



## AVVISO

### Ordine

1. Bacheca: annunci lavoro
2. IschiaPharma 2022

### Notizie in Rilievo

#### Scienza e Salute

3. Come si fa a diventare centenari?
4. POLIURIA: quel bisogno frequente di andare in bagno



#### Prevenzione e Salute

5. In ospedale con pressione alle stelle, colpa del tè alla liquirizia
6. Quando Effettuare una Visita dal PODOLOGO?

**GUACCI.**  
LA DISTRIBUZIONE FARMACEUTICA  
AL SERVIZIO DELLE  
FARMACIE INDIPENDENTI.

www.guacci.it

Proverbio di oggi.....

'O puorte appiso 'ngàgne

## IN OSPEDALE con PRESSIONE alle STELLE, COLPA del TÈ alla LIQUIRIZIA

*Verde' non è necessariamente sinonimo di innocuo e privo di rischi per la salute.*



E sempre più ignari lo sperimentano sulla propria pelle. L'ultimo caso documentato di un prodotto alle erbe, finito nel mirino dei medici, arriva dal Canada ed è quello di un 84enne, giunto **in ospedale con la pressione alle stelle**. Una crisi, scopri ranno successivamente i camici bianchi, **scatenata dal tè alla liquirizia** che era solito sorseggiare quotidianamente.

Il paziente è stato ricoverato per un'emergenza da alta pressione sanguigna. Quando è arrivato in pronto soccorso accusava **mal di testa, dolore toracico, affaticamento e ritenzione di liquidi nei polpacci**.

Dopo il ricovero in ospedale e il trattamento, l'uomo che aveva alle spalle una storia di ipertensione ha raccontato ai medici di aver bevuto ogni giorno nelle 2 settimane precedenti 1-2 bicchieri di un estratto di radice di liquirizia fatto in casa, una bevanda chiamata **'erk sous'**.

Il tè alla liquirizia, spiegano gli esperti, è popolare in Medio Oriente e in alcune zone d'Europa. Nello specifico l'erk sous è particolarmente consumata in Egitto durante il Ramadan.

La storia dell'84enne suona come un 'alert' per i medici. "Data la popolazione multiculturale del Canada, i camici bianchi dovrebbero prendere in considerazione lo screening per l'assunzione di radici di liquirizia in pazienti con ipertensione difficile da controllare".

"Quantità eccessive di alcuni prodotti a base di erbe possono avere effetti collaterali dannosi.

Nel dettaglio, i prodotti con estratto di radice di liquirizia possono aumentare la pressione sanguigna, causare ritenzione idrica e diminuire i livelli di potassio se consumati in eccesso". (*Salute, AdnKronos*)

**PREVENZIONE E SALUTE**

## Quando Effettuare una Visita dal **PODOLOGO**?

*Sono molte le persone che soffrono di problemi ai piedi, ma che ritardano o evitano eventuali visite, sia perché pensano si tratti di disturbi di poco conto, che prima o poi passeranno, sia perché non sanno a quale professionista rivolgersi.*

Esiste una specializzazione dedicata ai piedi e ai loro disturbi, ed è la podologia; una disciplina che permette di curare le problematiche legate alla conformazione e alla struttura del piede.

Ne parliamo con il dottor Davide Colli, podologo in Humanitas San Pio X.

### **Podologia: cos'è?**

La **podologia** è quella disciplina sanitaria che si occupa di tutte le patologie del piede, e che accompagna alla guarigione il paziente a qualsiasi età, dall'infanzia all'età adulta, agli sportivi eccetera.

Lo specialista in podologia è il **podologo**: questa figura, oltre che

- ✓ intervenire direttamente sul piede del paziente in casi di problemi a cute ed annessi cutanei (*lamina ungueali*),
- ✓ può curarne i disturbi legati ad un alterato appoggio plantare (ovvero *metatarsalgie, fasciti plantari, tendiniti, borsiti* ecc.) mediante la realizzazione di specifici plantari, al consiglio di esercizi o l'utilizzo delle calzature più idonee.



Particolare attenzione va fatta al **piede reumatico** e al **piede diabetico**, tutti i pazienti diabetici dovrebbero essere seguiti anche da un podologo, al fine di prevenire le ulcerazioni del piede.

### **Quando effettuare una visita dal podologo?**

Sono molti i problemi che una visita podologica può affrontare.

#### **❖ Intorpidimento, dolore o gonfiore a un piede**

In certe occasioni soffrire di problemi ai piedi può essere anche normale (ad esempio dopo una corsa o dopo esser stati in piedi tutto il giorno), ma, se sintomi come dolore, intorpidimento e gonfiore si presentano senza una ragione evidente, potrebbe farsi fondamentale una valutazione podologica al fine di individuare la causa del problema.

#### **❖ Funghi**

In caso di funghi, l'infezione può diffondersi alle altre unghie o dita dei piedi se non trattata nel modo giusto.

#### **❖ Continuo dolore al tallone**

Questo dolore può dipendere da diverse cause: sarà il podologo a eseguire un esame clinico biomeccanico e posturale, accompagnato da eventuale radiografia, al fine di scoprire la causa principale e sviluppare un piano di trattamento.

### ❖ **Piede d'atleta**

Tra le infezioni fungine più comuni, il piede d'atleta può essere trattato con creme da banco. Tuttavia, se il problema continua a ripresentarsi, è consigliabile consultare un podologo.

### ❖ **Occhio di pernice**

L'“occhio di pernice” è una callosità tra le dita dei piedi, che dipende dal conflitto tra le dita e che può essere causato dall'uso eccessivo di calzature non idonee al proprio piede.

### ❖ **Unghie incarnite**

In caso di unghie incarnite è importante capire che non si tratta di un problema da risolvere dall'estetista;

questo disturbo potrebbe nascondere un'infezione che, se non trattata a dovere, può solo peggiorare.

### ❖ **Diabete**

Coloro che soffrono di **diabete di tipo 1** e di **tipo 2** hanno un rischio molto più elevato di avere problemi ai piedi, a causa di una cattiva circolazione e/o una alterata sensibilità possono insorgere ulcere ai piedi e conseguenti infezioni.

Tutti i pazienti diabetici dovrebbero essere seguiti anche da un podologo, al fine di prevenire le ulcerazioni del piede.

### ❖ **Borsite dell'alluce**

La borsite è una infiammazione della borsa (ovvero un tessuto molle) in corrispondenza della protuberanza ossea sviluppata all'esterno dell'articolazione dell'alluce che può avere diverse cause, alcune delle quali derivanti dalla deviazione in valgismo dell'alluce, da alterazioni dell'appoggio plantare o dall'indossare scarpe non idonee al proprio piede.

Il podologo può aiutare il paziente a trovare la causa e quindi individuare le migliori opzioni di trattamento.

### ❖ **Calli o duri**

Col tempo, calli e duri possono diventare dolorosi se la pelle diventa troppo spessa.

Un podologo può trattarli rimuovendole e valutando la causa della loro formazione vendendo un farmaco topico, o rimuovendo aree della pelle indurita per alleviare il dolore.

### ❖ **Dolore articolare al piede o alla caviglia**

Anche se questi dolori articolari si possono facilmente trattare con farmaci antinfiammatori da banco, è importante consultare un podologo per determinare la causa principale del dolore, soprattutto se il dolore al piede o alla caviglia persiste.

### ❖ **Problemi di postura**

I piedi influiscono non poco sulla postura, e di conseguenza influiscono anche eventuali problematiche a esso correlate, dal mal di schiena al dolore alle ginocchia.

La valutazione posturale proposta dal podologo può essere quindi determinante.

*(Salute, Humanitas)*



**SCIENZA E SALUTE**

# COME SI FA A DIVENTARE CENTENARI?

*Un gene che impedisce alle cellule danneggiate di suicidarsi sembra essere la chiave per invecchiare sani e diventare (ultra)centenari.*

In Italia, la speranza di vita alla nascita nel 2021 era **di 82,4 anni**:

- ✓ *vi sono però pochi fortunati che non solo superano questa cifra, ma arrivano a spegnere addirittura cento candeline.*

Secondo quanto riporta l'Istat, gli italiani ultracentenari a inizio 2022 erano oltre ventimila, un record storico:

- ✓ **ma cos'è che stabilisce chi raggiungerà il secolo di età?**

Basta fare attività fisica e mangiare sano, o serve qualcos'altro? Secondo uno studio pubblicato su *The Journals of Gerontology*, non basta essere sani per vivere a lungo:

- ✓ il segreto sembra essere la **presenza abbondante di un gene che previene la morte cellulare programmata**, che

rallenterebbe l'invecchiamento e permetterebbe ai fortunati di arrivare sani ai cento anni.

**CENTENARI E GENI.** Per arrivare a queste conclusioni, i ricercatori hanno reclutato tre gruppi di volontari:

- ✓ il primo composto da 88 persone tra i 65 e gli 80 anni, con genitori vivi di oltre 97 anni,
- ✓ il secondo composto da 63 centenari e il terzo da 88 volontari **non** discendenti da centenari.

Dagli studi è emerso che i figli dei (quasi) centenari erano molto meno fragili rispetto ai coetanei senza parenti così anziani, e che **i geni delle persone vicine ai 100 anni e dei discendenti di altri centenari erano molto simili**. Esiste dunque una predisposizione genetica all'invecchiare bene (e tanto)?

## CELLULE STOICHE.

La risposta è sì, o almeno così sembra: dalle analisi genetiche è emerso che i centenari e i discendenti di centenari hanno una maggiore quantità del gene **Bcl-xL** (dall'inglese *B-cell lymphoma-extra large*), che previene la morte cellulare programmata, o apoptosi. Le nostre cellule sono programmate per suicidarsi quando vengono danneggiate, per evitare che il danno si diffonda nell'organismo.

Questo gene fa sì che una cellula, prima di morire, resista un po' di più, e che l'organo nel quale si trova **invecchi più lentamente** e mantenga più a lungo le proprie funzionalità.

Sembra inoltre che le proteine prodotte dal gene Bcl-xL **prevengano la fragilità**: «L'abbiamo visto nelle sperimentazioni condotte su vermi e mosche, e ora lo stiamo studiando anche nei topi», spiega alla rivista spagnola *El Confidencial* Consuelo Borrás, una degli autori dello studio sugli ultracentenari.

**LA FORTUNA FA LA SUA PARTE.** Insomma, pare proprio che per quanto ci sforziamo di avere abitudini sane, se i nostri geni non collaborano sarà difficile soffiare su cento candeline:

«I geni giocano un ruolo importante», sottolinea Borrás.

«**Ci sono persone che hanno condotto una vita per nulla sana, ma arrivano lo stesso ai cento anni di età**».

Quel che è chiaro agli studiosi è che l'obiettivo della ricerca non è solo far sì che le persone vivano sempre più a lungo, ma che vivano sempre più a lungo *in salute*, giocando nel modo migliore le carte date dalla vita.

(Salute, Focus)



**SCIENZA E SALUTE**

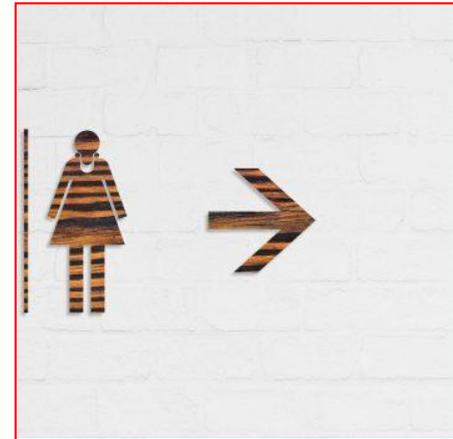
# POLIURIA: quel Bisogno Frequente di Andare in BAGNO

*Capita facilmente se siamo sotto **stress**.*

Il bisogno di urinare si fa più frequente e intenso proprio per colpa dell'emotività che accentua tutti gli stimoli. Se però questo sintomo si ripresenta anche in situazione normali, quando siamo tranquilli, allora forse soffriamo di **poliuria** (o pollachiuria).

Questo disturbo, legato al bisogno di **urinare più di 3 o 4 volte all'ora**, può essere un segnale da non sottovalutare.

Vediamo di che cosa si tratta e quali potrebbero essere i motivi legati a questo disturbo insieme al dottor Francesco Greco, responsabile di urologia di Humanitas Gavazzeni.



## UNA SETE ECCESSIVA

I medici raccomandano di bere un litro e mezzo d'acqua al giorno. Al massimo due. Questa quantità è necessaria ad idratare le cellule ma anche a far lavorare i **reni**, nonché ad assicurare che il corpo traspiri adeguatamente e che possa termoregolarsi.

Se la **sete** è maggiore, magari perché si è un po' ansiosi o perché si segue una dieta ipocalorica, è bene ricordare che l'idratazione deriva anche dall'alimentazione. In particolare da frutta e verdura.

## LA PRESSIONE ALTA E I DIURETICI

Chi ha la **pressione alta** è costretto a prendere i **diuretici** proprio per aiutare ad abbassarla.

Questo serve a diminuire il volume corporeo del sangue e, in questo modo, anche ad abbassare la pressione interna.

Se la produzione di urina è eccessiva è bene consultare un medico. Questo sintomo può dipendere da una disidratazione interna.

## PRESENZA DI DIABETE

Il **diabete** è una malattia metabolica che impedisce all'insulina di controllare i livelli di zuccheri nel sangue. Quando nel corpo resta troppo **glucosio** l'organismo cerca di eliminarlo producendo più urina e danneggiando allo stesso tempo i nervi della vescica, con la conseguenza di un rischio più alto di infezioni urinarie.

## PROBLEMI ALLA PROSTATA

L'**ipertrofia prostatica benigna** colpisce gli uomini non più giovani e consiste nel bisogno frequente di urinare anche se l'urina prodotta è poca.

Può svilupparsi dopo i 45 anni per via dell'ingrossarsi della vescica che preme sull'uretra. In tal caso è consigliabile una visita urologica che possa escludere anche la presenza di patologie più serie, come quelle tumorali.

## CISTITI E FIBROMI

Uno dei sintomi più lampanti della **cistite** è proprio il costante bisogno di urinare, anche in assenza di stimolo reale. Infestata dai batteri, la vescica è infiammata e gonfia e gli spasmi al suo interno fanno immaginare di dover correre in bagno anche se in realtà l'urina è presente in quantità veramente minime.

Anche la presenza di un **fibroma**, un tumore benigno che si può sviluppare più facilmente nelle donne in età fertile per via degli estrogeni, può creare una pressione sulla vescica che aumenta il bisogno di urinare.

*(Salute, Humanitas)*

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli  
**LA BACHECA**



## CONVEGNO ISCHIA PHARMA 2022, Ischia 14 – 16 Ottobre

*L'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli ha organizzato il Congresso "ISCHIA PHARMA 2022 – Terza Edizione"*

l'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli ha organizzato il Congresso "ISCHIA PHARMA 2022 – III° Edizione" che si terrà a Ischia – Località Lacco Ameno dal 14 al 16 Ottobre 2022 presso la sede *Hotel Reginella e San Montano*.

Capri MED

2022  
**ISCHIA PHARMA®**  
TERZA EDIZIONE  
LACCO AMENO  
14-16 ottobre 2022

# Bacheca Annunci Lavoro in Farmacia / Parafarmacia



CERCO/OFFRO  
LAVORO

Per segnalare disponibilità di lavoro in Farmacia e/o Parafarmacia basta inviare messaggio whatsapp

Farmacia - Luogo	Tipologia lavoro	Contatto	Data Pubblicazione Annuncio
Ercolano	FT/PT	333 139 8885	15 Luglio
Torre del Greco	FT	366 108 5904	15 Luglio
Portici	FT	366 108 5904	15 Luglio
Grumo Nevano	FT/PT	347 787 7919	15 Luglio
Napoli - Vomero	FT	direzione@farmaciaricciardiello.it	15 Luglio
Portici	PT	far.bellavista@gmail.com	15 Luglio
Napoli - Soccavo	FT	331 929 9602	07 Luglio
Arzano	FT	389 425 3645	07 Luglio
Aversa	FT	farmaciaeddadiana@virgilio.it	05 Luglio
Napoli	PT	farmaciasangerardo@libero.it	05 Luglio
Napoli - Vomero	Assunzione	roberto.pignatiello@farmaciameo.com	30 Giugno
Mugnano	Assunzione	377 452 3967	30 Giugno
Quarto	Assunzione	327 290 3946	30 Giugno
Napoli-Pianura	Assunzione	333 333 9826	30 Giugno
Vico Equense	Assunzione	servizivicopharma@libero.it	23 Giugno
Napoli-Centro	Assunzione	331 872 8897	23 Giugno
Napoli-Centro	Assunzione	f.mezzocannone@libero.it	23 Giugno
Casoria	Assunzione	339 525 2888	23 Giugno
Napoli -Centro	Assunz. PT	347 797 8867	23 Giugno
Caivano	Assunzione	349 051 0278	14 Giugno
Melito	Assunzione	338 181 0350	14 Giugno
Bacoli	Tirocinio	329 730 6581	14 Giugno
Napoli/Melito/Casoria	Assunzione	farmaciadelcorsomelito@gmail.com	14 Giugno
Napoli - Centro	Assunzione	334 227 2691	14 Giugno