Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

farma DAY

Il notiziario in tempo reale per il farmacista a cura del Prof. Vincenzo Santagada

FONDAZIONE Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

Anno XIV – Numero 2929

Venerdì 07 Novembre 2025 – S. Ernesto Abate

Proverbio di oggi……

A ppava' e a mmuri', quanno cchiù tarde è pussìbbele.

GAMBE GONFIE: LE CAUSE E I RIMEDI

Indolenzimento, gonfiore, formicolio e crampi notturni alle gambe, uniti alla sensazione di gambe pesanti e stanche, possono segnalare un disturbo circolatorio.

Quali sono le cause alla base di questi sintomi e quali i rimedi più immediati?

Ne parliamo con la dott. **E. Casabianca**, angiologa e chirurga vascolare presso Istituto Clinico Humanitas.

GAMBE GONFIE, QUALI SONO LE CAUSE VASCOLARI?

Il **gonfiore delle gambe**, spesso concentrato intorno alle caviglie, soprattutto se associato a presenza di vene prominenti e bluastre, può indicare la presenza di un disturbo circolatorio.

Se non gestito adeguatamente, questo problema può diventare cronico o peggiorare con il passare degli anni, soprattutto durante un'eventuale gravidanza o con la menopausa, determinando conseguenze e complicanze che possono influire negativamente sulla qualità di vita.

Quando la **circolazione degli arti inferiori** è fisiologica, il sangue risale verso il cuore e i polmoni per ossigenarsi, tornando poi in circolo come sangue arterioso che distribuisce ossigeno e nutrienti a organi e tessuti. Tuttavia, fattori come:

- *Familiarità; obesità e sovrappeso; gravidanza; terapie farmacologiche*
- *stile di vita sedentario; attività lavorativa che prevede molte ore in piedi ed al caldo*

possono alterare questo processo di ritorno venoso, provocando la cosiddetta stasi flebo-linfatica, ovvero il ristagno di sangue e liquidi nelle gambe. Spesso, l'**insufficienza venosa**, ovvero l'incapacità del sangue di tornare efficacemente al cuore, si accompagna a un'alterazione del sistema linfatico, con conseguente accumulo di liquidi agli arti inferiori. Questo causa gonfiore a gambe e caviglie, dolore alle gambe, crampi notturni, formicolii e dolore al polpaccio.

QUALI SONO I RIMEDI IN CASO DI GAMBE GONFIE?

Per stimolare il circolo venoso e alleviare la sensazione di pesantezza e disagio dovuta a **gambe e caviglie gonfie**, talvolta è sufficiente una piacevole passeggiata, evitando gli orari più caldi della giornata.

Oltre all'attività fisica, l'uso di **calze elastiche** (*elastocompressive*) è altamente raccomandato; queste comprimono le vene dall'esterno, riducendo così il ristagno di sangue ed incrementando il drenaggio dei fluidi. È inoltre importante adottare stili di vita sani, inclusa una dieta ricca di frutta, verdura, vitamine e sali minerali, utili per mantenere una buona diuresi ed un peso equilibrato.

Per qualsiasi dubbio è utile una valutazione con ecocolordoppler, che associato alla visita angiologica consentirà di ricevere le più corrette e specifiche indicazioni terapeutiche. (*Salute, Humanitas*)

GUACCI SPA Distribuzione Farmaceutica dal 1946 — Dove la **storia** diventa **futuro** — AL **TUO** FIANCO OGNI GIORNO DI PIÙ.

PREVENZIONE E SALUTE

I RENI non si lamentano mai, ma dobbiamo proteggerli: le regole (semplici) della prevenzione

Per la diagnosi precoce dei problemi renali bastano semplici analisi del sangue e delle urine: una prevenzione che, insieme a poche regole per ridurre i fattori di rischio, fa davvero la differenza

I reni sono soldatini silenziosi, che **lavorano senza lamentarsi mai finché è troppo tardi**:

- *gettano la spugna quando hanno perso ormai il 70-80 % della loro funzione e c'è una* ***malattia renale cronica, un problema con un impatto clinico, sociale ed economico enorme****.*

Se ne è parlato durante un incontro del Tempo della Salute con **Vincenzo Di Leo**, dirigente medico dell'Unità di Nefrologia, Dialisi e Trapianti dell'Azienda Ospedaliero Universitaria Consorziale Policlinico Bari e **Vincenzo Vanacore**, presidente Aned (Associazione Nazionale Emodializzati), che hanno sottolineato innanzitutto che **5 milioni di italiani hanno una malattia renale cronica, ma il 90 % di chi ce l'ha in forma lieve non lo sa**. Ed è un grosso problema, perché ci si avvia inconsapevolmente lungo una strada in cui **aumenta la mortalità, fin dagli stadi iniziali**, e che **negli stadi più avanzati richiede terapie sostitutive come dialisi o trapianto di rene**.

LA GIUSTA PREVENZIONE

I sintomi sono aspecifici e per questo vengono spesso sottovalutati:

- *stanchezza e pallore,*
- *mal di testa, prurito,*
- *accumulo di liquidi, mal di testa,*
- *aumento della frequenza del respiro*

sono tutti segni che derivano dalla perdita delle tante funzioni di cui si occupa il rene, dal filtraggio delle scorie al controllo della produzione di globuli rossi o della pressione arteriosa.

«**La perdita della funzione renale è lenta, progressiva e silenziosa**», ha spiegato Di Leo.

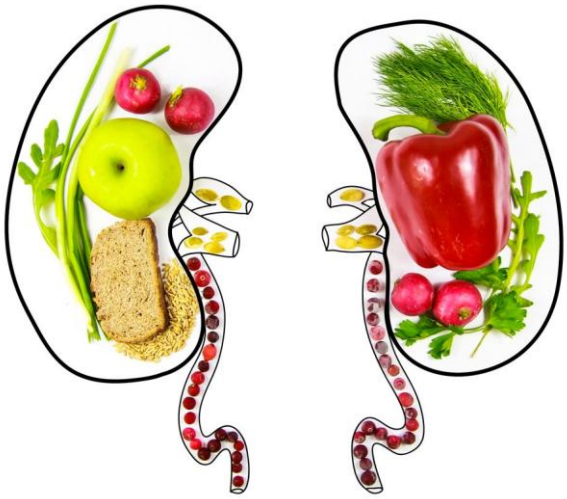
«Per questo **la prevenzione passa dal sottoporsi regolarmente agli esami del sangue**, per valutare la creatininemia che è un indicatore diretto della funzionalità renale, **e delle urine**, per misurare la presenza di albumina, una proteina che passa dalle 'maglie' del filtro renale quando si allargano perché la funzione è compromessa.

Questi esami sono molto importanti e vanno ripetuti spesso soprattutto in persone con fattori di rischio per la malattia renale cronica, ovvero persone con diabete, ipertensione, obesi, anziani in terapia con certi tipi di farmaci, persone con scompenso cardiaco.

La prevenzione infatti **passa anche dal controllo dei fattori di rischio**:

- occorre perciò **tenere sotto controllo glicemia, peso e pressione, non fumare, fare esercizio fisico regolare e seguire una dieta mediterranea povera di sale, bevendo almeno due litri di acqua al giorno**».

LE CURE



La diagnosi precoce è cruciale:

- ✓ studi dimostrano che uno screening regolare può ridurre del 40% la necessità di dialisi, aumentare del 20% l'aspettativa di vita e generare risparmi significativi.

Oggi **esistono farmaci che possono ridurre la perdita di funzionalità renale** e aumentare la sopravvivenza nei pazienti con malattia renale cronica, e come ha sottolineato Vanacore

- «**si può avere una regressione della malattia, ma a patto di intercettarla presto**.

Questa è una pandemia silenziosa ma poco nota, per questo è importante farla conoscere:

- **gli esami di controllo sono molto economici**, potrebbero per es. essere inseriti nei controlli della medicina del lavoro.

È importante anche far capire ai pazienti che se si ammalano non è finito tutto, dobbiamo aiutarli ad adattare la malattia alla loro vita e non viceversa.

Ma **l'obiettivo dovrebbe essere un mondo senza dialisi**: in Italia ci sono circa 50mila dializzati, tantissimi».

I costi sono enormi, sia personali per chi deve sottoporsi alla terapia, sia per il Sistema Sanitario Nazionale: il costo complessivo della dialisi è di

- *circa 2,5 miliardi di euro l'anno, pari al 2% del budget.*

«Anche per questo, specialmente per i pazienti più anziani, **dovrebbero essere più diffusi sistemi come la dialisi peritoneale**, che si può fare di notte a casa:

- riduce del 30 % i costi e migliora la qualità di vita dei malati», ha aggiunto Vanacore.

NEFROPATIA 'SPECIALE'

Si può fare molto, oggi, per curare la malattia renale cronica ma **anche per intervenire in caso di patologie per le quali non si può fare una reale prevenzione ma in cui resta decisiva la diagnosi precoce**, come la **nefropatia da IgA**:

- *si tratta di una malattia autoimmune causata dalla deposizione di immunocomplessi contenenti immunoglobuline A (IgA1) nei glomeruli renali.*

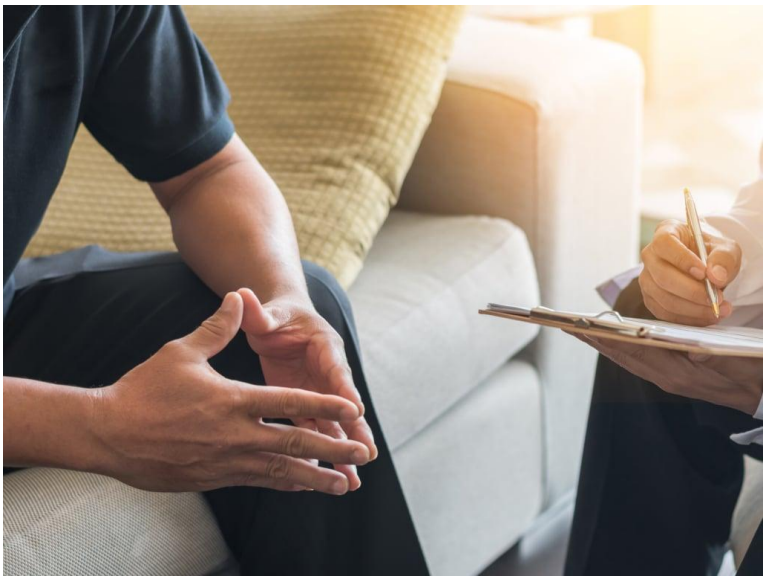
Questa patologia, che colpisce tipicamente adulti tra i 20 e i 40 anni, di solito si segnala con la presenza di sangue e/o proteine nelle urine e ipertensione.

Anche in questo caso **le prospettive stanno cambiando grazie a nuove terapie** che «da un lato agiscono **preservando la funzionalità renale** meglio dei sartani (*antipertensivi che, come gli Ace-inibitori, vengono utilizzati in caso di malattia renale cronica*, ndr), dall'altro **intervengono sui meccanismi immunologici della malattia** riducendo l'infiammazione che danneggia i reni», ha concluso Di Leo.

(*Salute, Corriere*)

PREVENZIONE E SALUTE

5 DOMANDE E RISPOSTE SUL TUMORE ALLA PROSTATA



Il tumore alla prostata è spesso asintomatico nelle fasi iniziali; quando i sintomi si manifestano, includono difficoltà a urinare, frequente necessità di urinare e dolore o bruciore durante la minzione.

Altri sintomi possono essere la presenza di sangue nelle urine o nello sperma e, nei casi avanzati, dolori ossei.

È importante notare che questi sintomi possono anche derivare da condizioni benigne, come l'ipertrofia prostatica benigna.

1. Chi è più a rischio di sviluppare il tumore alla prostata?

Gli uomini sopra i 50 anni, con problemi di obesità e con una storia familiare di tumore alla prostata, sono maggiormente a rischio.

2. Quali sono i sintomi più comuni del tumore alla prostata?

Difficoltà a urinare, aumento della frequenza urinaria e sangue nelle urine o nello sperma sono sintomi tipici, ma non esclusivi del tumore. Inoltre, soprattutto quando di piccole dimensioni, il tumore può essere del tutto asintomatico.

3. Come si diagnostica il tumore alla prostata?

Attraverso una visita urologica con esplorazione rettale e l'esame del PSA , seguiti da biopsia nei casi sospetti.

4. Esistono misure preventive per il tumore alla prostata?

Seguire una dieta sana, fare attività fisica, evitare il fumo e moderare il consumo di alcol sono pratiche che possono aiutare a ridurre il rischio.

5. Quali sono le opzioni terapeutiche disponibili?

Le principali opzioni includono chirurgia, radioterapia, ormonoterapia e chemioterapia, a seconda dello stadio della malattia.
In alcuni casi però è possibile tenere la malattia monitorata nel tempo senza procedere con interventi terapeutici. (*Salute, Fondazione Veronesi*)

PREVENZIONE E SALUTE

TUMORE AL SENO: sintomi

Il tumore al seno, o carcinoma mammario, è una neoplasia che origina dalla crescita incontrollata di cellule all'interno della ghiandola mammaria.

Quando il tumore è confinato ai dotti o ai lobuli della mammella, viene definito *in situ* (**Stadio 0**).

In seguito, il tumore può iniziare a diffondersi ma restando di dimensioni ridotte (minore di 2 cm) e senza coinvolgere i linfonodi (**Stadio 1**).

Successivamente, le dimensioni possono aumentare raggiungendo o meno i linfonodi (**Stadio 2**), fino ad estendersi ai tessuti nelle vicinanze del seno (**Stadio 3**) con un forte coinvolgimento linfonodale.

Infine, si arriva alla fase più avanzata (**Stadio 4),** nota come tumore al seno metastatico, in cui si ha una diffusione anche in altri organi come ossa, fegato, polmoni.

Esistono diverse tipologie di carcinoma mammario, ciascuna con differenti tassi di crescita e risposte alle terapie. Pertanto, è fondamentale sottoporre il tessuto tumorale a test specifici per determinare il tipo di neoplasia presente.

Sintomi

Sebbene l'obiettivo principale sia diagnosticare il tumore al seno prima della comparsa dei sintomi, è importante per ogni donna imparare a conoscere il proprio corpo e prestare attenzione a segnali come:

- **Presenza di noduli, protuberanze o inspessimenti del seno**: presenza di masse palpabili o infossamenti nel seno, variazioni di forma e dimensioni.
- **Alterazioni dell'aspetto della pelle:** gonfiori e arrossamenti o sensazioni di calore:
- **Modifiche del capezzolo**: secrezioni sierose o ematiche e lesioni simili a eczema, non collegabili a gravidanza o allattamento
- **Ingrandimento dei linfonodi**: gonfiore dei linfonodi sotto l'ascella.

Questi sintomi non indicano necessariamente la presenza di un tumore, ma è consigliabile consultare uno specialista in caso di riscontro. (*Salute, Fondazione Veronesi*)

CONCERTO DI NATALE, CADUCEO D'ORO 2025, MEDAGLIE di BENEMERENZA alla PROFESSIONE e GIURAMENTO di GALENO: Lunedì 15 Dicembre

Concerto di Natale e Medaglie alla Professione - Lunedì 15 Dicembre ore 19.30 – Teatro di San Carlo, Napoli – ***I Colleghi tutti sono invitati a partecipare***

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

MEDAGLIE *alla* PROFESSIONE

Cerimonia di Consegna

Lunedì 15 Dicembre 2025 - ore 19,30
Teatro di San Carlo - Napoli

Come Partecipare

Ritirare il biglietto presso gli Uffici dell'Ordine a partire dal 13 Novembre

Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli
La Bacheca

ORDINE: BACHECA CERCO LAVORO

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

Farmacia - Luogo	Tipologia lavoro	Contatto	Data Annuncio
Somma Vesuviana	FT/PT	393 106 8364	4 Novembre
Capri	FT/PT	329 019 4506	4 Novembre
Giugliano	FT/PT	farmacialombardo@gmail.com	29 Ottobre
Napoli Secondigliano	FT/PT	333 586 3690	29 Ottobre
Napoli Soccavo	FT/PT	335 814 5405	21 Ottobre
Quarto	FT/PT	333 634 0521	21 Ottobre
Ottaviano	FT/PT	335 150 7290	21 Ottobre
Somma vesuviana	FT/PT	349 775 5820	15 Ottobre
Varcaturo	FT/PT	farmaciasanluca@gmail.com	15 Ottobre
Pozzuoli	FT/PT	338 410 7957	15 Ottobre
Napoli Porta Capuana	FT/PT	339 659 0618	2 Ottobre
Napoli Ponticelli	FT/PT	339 659 0618	2 Ottobre
Napoli	FT/PT	338 636 1309	18 Settembre
Marano	FT/PT	335 778 0088	18 Settembre
Napoli Posillipo	FT/PT	338 268 9601	18 Settembre