



Proverbio di oggi.....

Arremediammo pe mmo, ca Dio nce penza appresso

“TUNNEL CARPALE, alimenti ricchi di vitamina B riducono il rischio?”

*Alcuni credono che assumere **alimenti** ricchi di **vitamina B** aiuti a ridurre il rischio di **tunnel carpale**. Vero o falso?*

FALSO.

Anche se la **vitamina B** ha un effetto protettivo sul tessuto nervoso, e quindi sulla vera sindrome del **tunnel carpale**, assumere **alimenti** ricchi di **vitamina B** non aiuta a ridurre il rischio di sindrome del **tunnel carpale**, una malattia della mano che provoca dolore e indolenzimento alle dita.

Infatti, la sindrome del **tunnel carpale** ha cause anatomiche che non si possono risolvere con l'assunzione di **alimenti** ricchi di **vitamina B** che si trova in tacchino, patate dolci, riso integrale, semi di girasole, ceci, salmone, maiale e pollo oltre a orzo e banane.

La gravidanza, come tutte le condizioni che determinano ritenzione di liquidi e cioè l'uso di anticoncezionali, la menopausa, le malattie della tiroide, alcune terapie ormonali, il diabete, e altre, può far emergere i sintomi da compressione del nervo mediano al polso (*sindrome del **tunnel carpale***).

In alcuni casi si tratta di una situazione temporanea che si risolve spontaneamente una volta ristabilite le normali condizioni metaboliche, altre volte si tratta di una vera sindrome del **tunnel carpale** e la condizione metabolica costituisce solo l'occasione per manifestare la malattia con disturbi che persistono.

In questi casi, l'elettromiografia aiuta a perfezionare la diagnosi di sindrome del **tunnel carpale**.

Inoltre, l'utilizzo di un tutore durante la notte pur aiutando ad alleviare i sintomi, non risolve il problema se alla base c'è una tale condizione di conflitto tra il nervo e il canale. In questo caso l'atto risolutivo è chirurgico.”

(Salute, Humanitas)



PREVENZIONE E SALUTE

PERICARDITE: QUALI SONO LE CAUSE DELL'INFIAMMAZIONE DEL PERICARDIO?

Il pericardio è la membrana che riveste e protegge il cuore ed è formato da due foglietti separati da un sottile strato di liquido.

L'**infiammazione del pericardio** prende il nome di **pericardite**, e può o meno associarsi a un incremento del liquido pericardico, che in alcuni casi può **comprimere il cuore** causando il tamponamento cardiaco.

Quali sono le cause di questo processo infiammatorio e quali le conseguenze sulla funzionalità cardiaca?

Ne parliamo con il dr **Davide Romagnolo**, cardiologo dell'IRCCS Istituto Clinico Humanitas di Rozzano.

PERICARDITE: LE CAUSE PIÙ COMUNI Sebbene nella maggior parte dei casi non venga identificata una chiara causa della pericardite (pericardite "idiopatica") si ritiene che più frequentemente l'infiammazione dei foglietti pericardici sia ascrivibile a un'**infezione virale**. Fra i virus più frequentemente implicati troviamo svariati **virus influenzali e parainfluenzali**, i virus delle malattie esantematiche, il virus della **mononucleosi** (EBV), ma anche il virus dell'immunodeficienza umana (**HIV**), il virus dell'**epatite C** ed il SARS-CoV-2 legato a COVID.

Questo spiega come mai frequentemente l'esordio della pericardite acuta sia preceduto da **febbre**, sintomi respiratori (**tosse, raucedine**) o gastrointestinali (**nausea, vomito, diarrea**).

Molto più raramente, è causata da batteri o altri patogeni infettivi, come accade nel caso del micobatterio della tubercolosi.

Fra le **cause non infettive**, vanno ricordati i tumori, i trattamenti chemio- e radioterapici, ma anche alcuni farmaci o tossine, nonché malattie sistemiche come l'**insufficienza renale cronica** o i disturbi tiroidei e le patologie autoimmuni come il **lupus eritematoso sistemico**, l'**artrite reumatoide** e la **sarcoidosi**.

Inoltre, frequentemente la pericardite può essere conseguente a un **danno del muscolo cardiaco**. Per esempio, la pericardite può associarsi a un'infiammazione del muscolo cardiaco (**miocardite**), e in tal caso si parla di **miopericardite**, nonché osservarsi come infiammazione locale conseguente ad un esteso **infarto del miocardio** (pericardite epistenocardica) o presentarsi come risposta autoimmune a distanza dal danno cardiaco (**sindrome di Dressler**). Inoltre la pericardite può insorgere in seguito a **interventi cardiocirurgici**, che tipicamente richiedono il taglio dei foglietti pericardici e del muscolo cardiaco, o conseguire a traumi contusivi al torace, con conseguente risposta infiammatoria.



Individuare la causa scatenante può essere determinante nella scelta del trattamento; infatti, se non viene trattata la causa sottostante, la pericardite potrebbe **recidivare o cronicizzarsi**. Inoltre, alcune forme di pericardite, come quelle da micobatteri o secondarie a tumori, possono associarsi a un decorso più severo, meritando un follow-up più ravvicinato.

I SINTOMI DELLA PERICARDITE

Le manifestazioni cliniche della pericardite sono molto variabili.

Nella maggior parte dei casi il sintomo tipico della pericardite acuta è il **dolore toracico**, che generalmente varia con la respirazione, tossendo o in base alla posizione, venendo tipicamente **alleviato in posizione seduta reclinata in avanti**, mentre peggiora se si è **sdraiati**.

Altri eventuali sintomi della pericardite sono quelli associati a un contestuale danno miocardico, come nel caso della miopericardite, oppure sintomi correlati alla causa sottostante, come nel caso dei sintomi respiratori e digestivi che si associano alle sindromi influenzali.

QUALI CONSEGUENZE PUÒ AVERE LA PERICARDITE?

L'infiammazione può talvolta associarsi a uno stravasamento di liquido che si accumula fra i due foglietti del pericardio, nella cavità pericardica, determinando un versamento pericardico.

Trattandosi di una **sacca poco elastica**, quando il fluido si accumula troppo rapidamente la pressione al suo interno può aumentare al punto da comprimere il cuore.

In queste condizioni, il cuore non può riempirsi di sangue, e si verifica il **tamponamento cardiaco**, un'urgenza medica che richiede un tempestivo intervento con drenaggio del liquido in eccesso.

Se invece il processo infiammatorio è particolarmente intenso, recidivante o persistente nonostante i trattamenti, può determinare

- **fibrosi e calcificazioni** dei foglietti pericardici, il cui ispessimento e irrigidimento ostacolano la fisiologica espansione del cuore.

Si determina così la **pericardite costrittiva**.

In questi casi, nonostante il corretto funzionamento del muscolo cardiaco, l'inadeguato riempimento delle camere impedisce al cuore di pompare sangue a sufficienza, configurando un quadro di **scompenso cardiaco**.

Infine, occorre considerare che talvolta la pericardite può recidivare anche dopo un adeguato trattamento (**pericardite ricorrente**).

Questi casi possono essere particolarmente difficili da trattare e richiedere terapie corticosteroidee particolarmente prolungate o l'utilizzo di farmaci immunosoppressori.

COME SI TRATTA LA PERICARDITE?

La prima linea nel trattamento della pericardite acuta è costituita dai **farmaci antinfiammatori non steroidei** (FANS) da assumere ad alte dosi al fine di spegnere l'infiammazione, per poi scalare progressivamente la dose per ridurre il rischio di recidive.

I **FANS** vanno **sempre associati a una terapia immunomodulante a base di colchicina**, che rappresenta un vero cardine della terapia nel medio e lungo termine, efficace nel ridurre il rischio di recidive.

Tuttavia, vi sono casi in cui la pericardite è refrattaria ai trattamenti di prima linea ed è necessario il ricorso a terapie immunosoppressive come la terapia corticosteroidea o, in casi selezionati, la terapia con

inibitori di interleuchine e citochine, come l'**ANAKINRA**.

(Salute Humanitas)

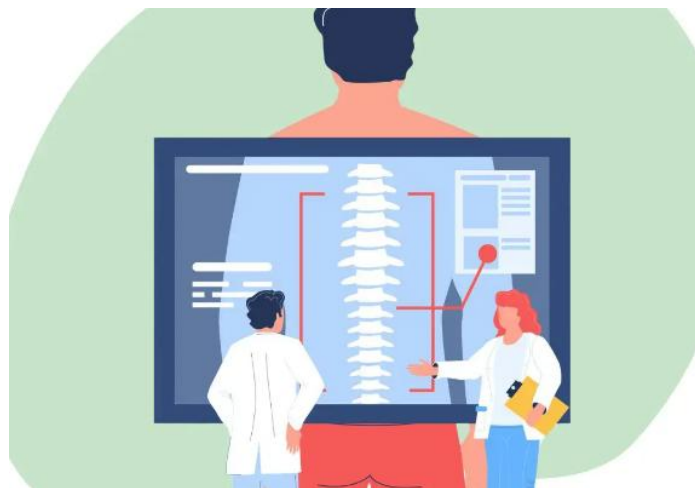
SPONDILOLISTESI: i vantaggi della chirurgia robotica

La spondilolistesi è una patologia che comporta uno scivolamento vertebrale, che si verifica per difetti congeniti, processi di invecchiamento e usura della colonna o dopo traumi e infezioni.

La spondilolistesi si manifesta generalmente con un dolore in area lombare (*schiena bassa*) e irradiato alle gambe, che può aumentare in posizione eretta.

Viene trattata con terapie conservative farmacologiche o, quando è in fase avanzata, con un **trattamento chirurgico**.

In particolare, la **chirurgia robotica della colonna vertebrale** permette di intervenire in modo estremamente preciso sulla specifica condizione del singolo paziente.



Si tratta quindi di una tecnologia avanzata che, grazie al supporto di sistemi guida e immagini molto dettagliate, consente al chirurgo un controllo e una precisione maggiori rispetto all'intervento tradizionale.

Ne parliamo con il dottor **Gabriele Capo**, Capo sezione di Neurochirurgia cranica e spinale presso l'IRCCS Istituto Clinico Humanitas di Rozzano.

COS'È LA SPONDILOLISTESI?

La spondilolistesi è una condizione della colonna vertebrale in cui **una vertebra "scivola" rispetto a quella sottostante**.

Questo spostamento, associato a una micro-instabilità, può provocare dolore e interferire con la corretta funzionalità della colonna vertebrale.

Può essere causata da diversi fattori, tra cui: usura e invecchiamento della colonna vertebrale, traumi o microtraumi ripetuti, difetti congeniti (*spondilolistesi istmica*), infezioni o altre patologie che indeboliscono le strutture spinali.

Le vertebre più spesso interessate da spondilolistesi sono le **lombari inferiori**, in particolare quarta lombare (L4), quinta lombare (L5) e prima sacrale (S1) e i **sintomi** dipendono principalmente alla gravità dello scivolamento della vertebra.

Il sintomo più comune è il **dolore in area lombare**, che può manifestarsi in maniera episodica o essere cronico e, in alcuni casi, irradiarsi alle gambe.

La spondilolistesi tende a peggiorare con il tempo e per un uso scorretto della colonna vertebrale. In alcuni casi, tuttavia, la spondilolistesi è **asintomatica** e viene diagnosticata per caso nel corso di accertamenti eseguiti per altri motivi.

SI PUÒ PREVENIRE LA SPONDILOLISTESI?

Per evitare l'insorgenza di spondilolistesi è bene intervenire sulle condizioni che la favoriscono. Bisogna quindi **evitare sovraccarichi** della colonna vertebrale, in modo da diminuire il rischio di deterioramento e rottura delle vertebre, e proteggere la colonna dal rischio di traumi.

Anche in questo caso è importante mantenere uno stile di vita sano, con un'**alimentazione equilibrata** e un'**attività fisica leggera** praticata in modo regolare secondo consiglio medico.

SPONDILOLISTESI: I TRATTAMENTI

Se la spondilolistesi è asintomatica in genere non vengono prescritti trattamenti. Quando, invece, si manifestano sintomi dolorosi, in base alla gravità del disturbo il trattamento può essere conservativo o chirurgico.

Per contenere il dolore sono indicate terapie con **farmaci antinfiammatori e analgesici** e periodi di **riposo**. Utile anche eseguire delle sedute di ginnastica posturale per rinforzare la schiena, da evitare però quando il dolore si acutizza.

Se, invece, i sintomi sono particolarmente intensi, è necessario ricorrere alla **chirurgia di artrodesi del rachide lombare**, che consente di consolidare e stabilizzare le vertebre.

CHIRURGIA ROBOTICA: COS'È E QUANDO SERVE

Per eseguire l'intervento chirurgico per risolvere la spondilolistesi si ricorre all'ausilio di una **tecnica avanzata** che, grazie alla **robotica**, consente una maggior precisione in fase di pianificazione e svolgimento del trattamento.

Ciascuna colonna vertebrale è infatti diversa, e la tecnologia alla base della chirurgia robotica, con **immagini TAC** estremamente dettagliate, permette di pianificare l'intervento sulle necessità del singolo paziente. Inoltre, i **sistemi di guida** degli strumenti chirurgici supportano lo specialista per tutto l'intervento, assicurando una maggior precisione e un maggior controllo.

La **chirurgia robotica** della colonna vertebrale è inoltre mininvasiva e permette di diminuire il trauma ai tessuti durante l'intervento e di ricorrere a incisioni più piccole. In questo modo anche il dolore post-operatorio è inferiore a quello che si sviluppa in seguito a un intervento tradizionale e il recupero della funzionalità della colonna vertebrale è più rapido. *(Salute, Humanitas)*

SCIENZA E SALUTE

PERCHÉ IL RESPIRO DURANTE L'ORGASMO CAMBIA IN MODO RICONOSCIBILE

Rispetto ad altre attività fisiche, il sesso comporta un'attività più intensa del sistema nervoso, soprattutto per quanto riguarda la percezione sensoriale e l'emotività.

I movimenti della respirazione possono essere controllati volontariamente, e tuttavia, se non si intende farlo, vengono regolati da impulsi inconsci che partono dai centri respiratori, che si trovano nel midollo allungato *(la parte inferiore del cervello, che collega quest'organo al midollo spinale)*. Eccitabile fino al midollo.

Il midollo allungato a sua volta riceve stimoli da altre zone cerebrali, incluse quelle relative alla percezione sensoriale e all'emotività.

Le particolari condizioni psicologiche e fisiche in cui ci si trova quando si fa sesso influenzano quindi in modo specifico i centri del midollo allungato, che rispondono attivando lo "schema" respiratorio caratteristico dell'orgasmo, e diverso da quello di un normale sforzo fisico. *(Focus)*



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
Frattaminore	FT/PT	349 250 4921	23 Febbraio
Torre Annunziata	FT/PT	347 243 9751	23 Febbraio
S. Maria la Carità	FT/PT	339 155 7509	23 Febbraio
Napoli vomero	FT/PT	direzione@farmaciacannone.net	17 Febbraio
Castellammare	FT/PT	333 833 0707	17 Febbraio
Napoli centro	FT/PT	338 338 3224	17 Febbraio
Napoli Soccavo	FT/PT	335 814 5405	09 Febbraio
Meta di Sorrento	FT/PT	elifani@me.com	09 Febbraio
Capri	FT/PT	329 019 4506	09 Febbraio
Giugliano	FT/PT	farmaciasanluca46@gmail.com	09 Febbraio
Napoli	FT/PT	081 681265	02 Febbraio
Terzigno	FT/PT	393 768 7444	02 Febbraio
S. Giuseppe Vesuviano	FT/PT	329 614 9008	02 Febbraio
Capri	FT/PT	329 019 4506	02 Febbraio
Marano	FT/PT	393 932 8902	19 Gennaio
Napoli - Miano	FT/PT	339 497 2645	19 Gennaio
Pozzuoli	FT/PT	338 410 7957	19 Gennaio
Afragola	FT/PT	333 970 0629	19 Gennaio
Napoli S. Giovanni	FT/PT	farmacia.apice@tiscali.it	19 Gennaio

ORDINE: III° Edizione progetto ELDERCARE 2026

Giornate geriatriche di prevenzione

L'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli ha organizzato la III Ediz. del progetto **Eldercare**.

L'obiettivo delle giornate geriatriche di prevenzione è di svelare precocemente i prodromi di declino cognitivo, di stratificare il rischio cardiocerebrovascolare e di fornire immediate informazioni su opportune modifiche delle abitudini alimentari e degli stili di vita ha detto il presidente **Vincenzo Santagada** promotore insieme a **Raffaele Marzano**.

Di seguito il calendario

6 Febbraio	Farmacia la Montagna	Acerra	8 Maggio	Farmacia Procaccini	Napoli
13 Febbraio	Farmacia De Angelisi	Napoli Miano	15 Maggio	Farmacia Cirino	Napoli
20 Febbraio	Farmacia Florio	Napoli Vomero	22 Maggio	Farmacia Dello Iacovo	Napoli Ponticelli
27 Febbraio	Farmacia Monaco	Napoli Ponticelli	29 Maggio	Farmacia Visconti	Nola
6 Marzo	Farmacia delle Grazie	Giugliano	5 Giugno	Farmacia Elifani	Meta di Sorrento
13 Marzo	Farmacia Pezzullo	Qualiano	12 Giugno	Farmacia Verdi	Giugliano
20 Marzo	Farmacia Comunale	Bacoli	19 Giugno	Farmacia Morrica	Marano
10 Aprile	Farmacia Lauri	S. Gennaro Vesuviano	26 Giugno	Farmacia Associate	Afragola
17 Aprile	Farmacia Maluvia	Pozzuoli	3 Luglio	Farmacia Romano	Casalnuovo
24 Aprile	Farmacia Aionfarma	S. Antonio Abate	10 Luglio	Farmacia Cifariello	Napoli



PREVENZIONE IN FARMACIA

Evento gratuito

Promosso dall'Ordine dei Farmacisti in
collaborazione con Eldercare



A CHI È DEDICATO

- Persone over 60
- Persone con lievi disturbi cognitivi



PRESTAZIONI DISPONIBILI

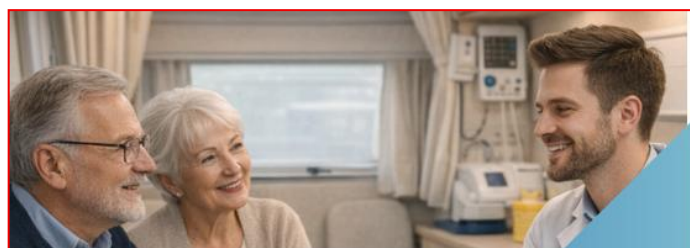
- ✓ Visita geriatrica
- ✓ ECG
- ✓ Ecocolordoppler TSA
- ✓ Valutazione neuropsicologica



INFORMAZIONI IMPORTANTI

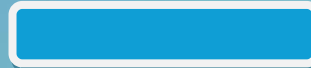
- Posti limitati
- Prenota subito

Per maggiori informazioni e prenotazioni chiedere al nostro personale direttamente in farmacia oppure telefonare in negozio al numero 06 880 5639. Farmacia Florio Via Radicofani, 147, 00138 Roma RM



LA TUA MEMORIA MERITA ATTENZIONE

Screening cognitivo gratuito per gli Over 60



Presente il camper sanitario di Eldercare insieme
all'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Napoli

Perché farlo?

Lo screening permette di individuare precocemente eventuali fragilità cognitive e di intervenire per tempo.

Cosa comprende:

- Raccolta anamnestica
- Visita geriatrica con ECG
- Ecocolordoppler dei vasi del collo (TSA)
- Valutazione neuropsicologica

Al termine riceverai indicazioni per eventuali approfondimenti.

A chi è rivolto:

- Persone over 60
- Chi nota piccole dimenticanze
- Chi vuole fare prevenzione seria e professionale

Come partecipare:

È obbligatoria la prenotazione in farmacia.

Il giorno porta con te:

- Elenco dei farmaci assunti
- Tessera sanitaria

QUOTA ISCRIZIONE ALL'ORDINE 2026

Pagamento quota iscrizione 2026 : di seguito le modalità ed il link tramite il quale potrà essere scaricato il bollettino PagoPa



AVVISO IMPORTANTE

Gentile **Collega**,

Ti comunico che l'Ordine sta recapitando **tramite PEC** l'avviso di pagamento mediante bollettino **PagoPA** relativo alla Tassa di **iscrizione all'Ordine per l'anno 2026**

Ti ricordo che i bollettini PagoPA vengono recapitati **ESCLUSIVAMENTE** agli indirizzi di posta elettronica certificata (**PEC**) comunicati all'Ordine.

All'interno della email verrà recapitato un [link](#) tramite il quale potrà essere scaricato il bollettino **PagoPa 2026** per il pagamento della tassa annuale di iscrizione all'Ordine

Qualora non avessi ancora ricevuto il bollettino **PagoPA 2026** è possibile **scaricarlo** direttamente accedendo alla propria Scheda Personale Iscritto **effettuando la Registrazione sul portale RUF (Rete Unica Federale)** cliccando sul seguente link:

<https://www.ordinefarmacistinapoli.it/news/3943-registrazione-degliiscritti-su-portale-ruf>