



il Girasole
NEWS

Periodico d'informazione
quadrimestrale
Anno V - N. 2 gennaio 2018
Aut. Trib. N.° 8273 del 6.11.2012

Edito e di proprietà:
ADLER srl - Molinella

Direttore responsabile:
Raffaella Bernardi

Redazione: Poliambulatorio Il Girasole
Molinella (BO)

gennaio 2018

health NEWS

Ben ritrovati cari amici e buon inizio anno a tutti!

È sempre più frequente la ricerca sul web di risposte che possano farci capire che tipo di malattia abbiamo e che rimedi dovremmo adottare. Alzi la mano chi non ha mai cercato la diagnosi in rete del proprio malessere o disagio!

*Crediamo, quindi, sia il momento di capire che si devono accorciare le distanze fra paziente e medico, di spegnere telefoni e computer e parlarci **di persona**, raccontarci i sintomi, capirli e cercare il percorso migliore ed efficace assieme, con pazienza, chiarezza, usando parole semplici e senza fretta.*

*Noi del **Poliambulatorio Il Girasole** da ormai 18 anni abbiamo a cuore tutto questo e ci impegniamo sempre più ad offrire ai nostri pazienti un servizio di assistenza e cura competente e disponibile. Per questo cerchiamo di ampliare sempre il nostro staff di Medici inserendo professionisti **aggiornati** e qualificati.*

La segreteria è sempre disponibile a darvi tutte le informazioni necessarie per scegliere il Medico che meglio possa rispondere alle vostre esigenze.

Vi auguriamo un 2018 ricco di soddisfazioni!

Buona lettura! **La Direzione**



Cardiologia

Che cos'è il soffio cardiaco



Salute Donna

La prima visita ginecologica



Ortopedia

L'artrosi: diagnosi e cura



Pediatria

La salute dei nostri bambini



Medicina non convenzionale

Agopuntura: tecnica millenaria



Cardiologia

Che cos'è il soffio cardiaco

IL SOFFIO

Il soffio, lo dice la parola stessa, è un rumore che si apprezza ascoltando il cuore con il fonendoscopio (lo strumento che il medico usa per ascoltare il cuore ed i polmoni). Il soffio non è una malattia, ma solo un rumore! Normalmente il sangue, scorrendo attraverso le camere e le valvole cardiache, produce rumore che non è però udibile. Qualche volta tale rumore invece può essere ascoltato. Questo accade per cause banali (es. il torace piccolo dei bimbi rende più facile rilevarlo) ma può anche verificarsi come conseguenza di patologie cardiache. Nel primo caso il soffio si dice "innocente" nel secondo si dice invece "patologico" o "organico".

Il soffio innocente ha caratteristiche ben distinguibili, da un orecchio esperto, da quelle del soffio patologico ed è di gran lunga il più frequente. Le cause più frequenti sono l'anemia (carenza di globuli rossi nel sangue), la costituzione fisica, la gravidanza, ecc.. Quando permangono dei dubbi sull'origine di un soffio è bene sottoporsi ad un esame ecocardiografico.

Questa indagine consiste nella visualizzazione delle strutture cardiache e nello studio del flusso sanguigno attraverso il cuore per mezzo degli ultrasuoni.

È un esame non invasivo e senza rischi, per questo motivo chiunque vi si può sottoporre. Molte persone a cui viene diagnosticato un soffio cardiaco temono che l'attività fisica possa in qualche modo aggravare il problema o mettere a repentaglio la propria salute. Se ciò può essere vero in presenza di soffi patologici, di fronte ad un soffio "innocente" tale comportamento è assolutamente sbagliato.

Di fatto, se il soffio cardiaco non è patologico, non esiste alcuna controindicazione alla pratica di attività sportive, a qualsiasi livello esse vengano praticate.



D'altra parte abbandonare lo sport per paura di un soffio "innocente" mette pericolosamente a rischio la salute dell'intero apparato cardiovascolare dato che la sedentarietà si correla ad un maggior rischio di obesità, ipertensione, dislipidemie e problemi cardiocircolatori in genere. In certi casi, può accadere che l'attività fisica provochi la comparsa di un soffio assolutamente fisiologico (a causa dell'incremento della quantità di sangue che il cuore pompa) che si registra nel soggetto impegnato in discipline di resistenza.

In conclusione un soffio cardiaco non è sinonimo di malattia di cuore; nella grande maggioranza dei casi è vero esattamente il contrario. Non è perciò il caso di allarmarsi se il soffio è diagnosticato "innocente". Se persistono dubbi l'esame ecocardiografico è l'indagine che permette di chiarire l'eventuale presenza di cardiopatia.

Cardiologia:
Dott. Antonio Federico
Specialista in Cardiologia



Salute Donna

La prima visita ginecologica



La **pubertà** è un momento molto delicato nella vita delle ragazze, soprattutto nella società di oggi, in cui l'età media dei primi rapporti sessuali fra gli adolescenti si è abbassata molto, inoltre in genere queste situazioni vengono affrontate senza avere le corrette informazioni. Quando non c'è la confidenza con il genitore di solito ci si confida con le coetanee, creando convinzioni errate. Per le madri è difficile spiegare alla propria figlia perché andare dal ginecologo anche in assenza di malattie, dolori o fastidi, e magari di un fidanzato. Si può dire chiaramente che non sempre si va dal medico quando si è ammalate o quando si hanno dei problemi, ma che lo studio del ginecologo è il luogo migliore

per chiarire tanti dubbi, per esempio sul ciclo mestruale, su quale metodo contraccettivo usare e come fare a prevenire malattie che si trasmettono sessualmente. Diventa, quindi, molto importante indirizzare le adolescenti da un medico specialista per affrontare, in tutta serenità, una prima visita ginecologica durante la quale si potranno chiarire tutti quei dubbi che a volte si rivelano solo **paure infondate**.

Il ginecologo è un medico specialista che si occupa dei vari aspetti della salute della sfera genitale femminile. È un professionista di riferimento per tutta la vita delle donne con cui condividere momenti molto importanti. La visita ginecologica andrebbe affrontata prima che compaiano le mestruazioni e non necessariamente quando si decide di avere rapporti sessuali e quindi scegliere il tipo di contraccezione.

Anche solo un colloquio informativo servirà alle giovani pazienti per fare quelle **domande** specifiche che le tranquillizzeranno:

- *Non ho ancora le mestruazioni: è normale oppure c'è qualcosa che non va?*
- *Ho delle mestruazioni troppo abbondanti?*
- *Come posso risolvere il dolore che ho durante i primi giorni del ciclo?*
- *Quale dovrebbe essere la normale periodicità del ciclo mestruale?*
- *Già prima del ciclo ho dolore alla schiena e malessere psicologico, cosa posso fare?*

Spesso alcune adolescenti non vogliono andare dallo specialista per timori infondati: va spiegato loro che, se non ci sono stati rapporti sessuali, la visita sarà solo degli organi esterni e non dolorosa.

Il ginecologo, dopo un'attenta analisi della situazione, indagando anche sullo stile di vita, darà tutte le risposte ed i consigli utili ad affrontare con serenità e consapevolezza la futura vita sessuale dell'adolescente.

Ginecologia:
Dott.ssa Tiziana Bartolotti
Dott.ssa Simona De Natale
Dott. Giuseppe Giardina
Dott.ssa Lucia Ricci Maccarini



Ortopedia

L'artrosi: come diagnosticarla e curarla

L'artrosi é la forma più diffusa di degenerazione articolare cronica nei paesi Occidentali. In Italia si stima che ne siano colpiti circa 8 milioni di individui.

Si tratta della progressiva usura della cartilagine, un tessuto elastico che agisce come ammortizzatore d'urto tra un osso e l'altro diminuendo l'attrito.

Se la cartilagine si usura provoca diminuzione del movimento articolare, rigidità, dolore e infine deformità.

É una malattia cronica degenerativa e ad evoluzione progressiva delle articolazioni, in

pratica é un'usura articolare che si perpetua nel tempo. L'artrosi può colpire qualsiasi articolazione del corpo, benché il ginocchio risulti essere particolarmente soggetto a questa patologia, con sintomi che vanno da lievi a invalidanti.

Un'articolazione affetta da artrosi, con cartilagine danneggiata, durante il movimento ha uno sfregamento diretto delle ossa l'una contro l'altra e questo ovviamente provoca dolore e infiammazione.

TRA I FATTORI DI RISCHIO CI SONO:

- **L'età** (sopra gli 80 anni colpisce il 44% della popolazione)
- **L'obesità** (che causa un sovraccarico delle articolazioni)
- **I fattori genetici** (familiarità per patologie artrosiche)
- **Il sovraccarico funzionale** (dovuto a particolari attività lavorative o sportive).

Inoltre l'artrosi può essere favorita da pregresse lesioni traumatiche dell'articolazione o da instabilità articolare soprattutto se associata a menisectomia e riduzione del tono muscolare. Nelle fasi precoci di artrosi é utile la somministrazione di farmaci come l'**acido ialuronico** iniettato localmente, sia per

diminuire il dolore e la tumefazione articolare sia per favorire i processi riparativi delle lesioni di modesto grado. I benefici del trattamento tendono a mantenersi per diversi mesi. Purtroppo quando l'usura della cartilagine supera una certa soglia, l'unico trattamento possibile per la risoluzione della sintomatologia é la sostituzione dei capi articolari con una protesi (artroprotesi di spalla, anca e ginocchio).

Informarsi sulla propria malattia e rendersi partecipi del proprio trattamento sono atteggiamenti corretti per affrontare qualsiasi problema di salute.

É bene ricordare che solo un medico specialista ortopedico può fare una diagnosi esatta e quindi prescrivere ed eseguire il trattamento adeguato.



Ortopedia:
Dott. Marco Calderoni
Dott. Guido Nasta
Dott. Marco Tabarroni



Pediatria

La salute dei nostri bambini

La **pediatria** é quella branca della medicina che s'interessa del benessere fisico, mentale ed emotivo di neonati, bambini ed adolescenti. Normalmente ci si rivolge al pediatra per le comuni patologie dell'età infantile e per i periodici controlli dell'accrescimento e dello sviluppo neuromotorio del proprio figlio.

Sono molti i dubbi che i genitori possono avere sulla salute del proprio bambino, infatti la maggior parte di essi sente la giusta necessità di essere guidata, in questo bellissimo percorso di crescita, da un medico esperto.

Le prime visite pediatriche sono sempre un momento delicato, sia per il bambino che ha bisogno di tempo per adattarsi in tutta serenità

al nuovo ambiente, sia per i genitori che devono instaurare un rapporto di fiducia con il pediatra che deve capire, visitandolo, i sintomi che il piccolo non riesce ad esprimere.

Analizzando una recente indagine, sul comportamento di un campione rappresentativo di donne italiane con figli in età compresa tra 0 e 10 anni, si é evinto che di fronte ad episodi di febbre dei propri piccoli, oltre il 60% delle mamme é incerta su cosa fare.

Molte si affidano ancora ai vecchi rimedi per abbassare la temperatura, ad esempio applicando la borsa del ghiaccio o facendo spugnature sulla testa, sui polsi o sulle caviglie, che potenzialmente potrebbero generare un effetto contrario rispetto a quello sperato.

L'atteggiamento migliore é sempre, in caso di dubbi, affidarsi al parere di un Pediatra che valuterà la situazione specifica e consiglierà la cura più adatta.

Pediatria:
Dott.ssa Beatrice Bassi
Specializzata in Neonatologia,
Pediatria e Allergologia Pediatrica





Agopuntura: tecnica millenaria

L'agopuntura è una tecnica terapeutica della Medicina Tradizionale Cinese giunta ai nostri giorni dopo duemila anni di pratica clinica, è praticata in tutto il mondo ed è scelta come terapia da milioni di persone.

La stimolazione di punti della superficie corporea per mezzo di strumenti appuntiti a scopo terapeutico è documentata in Cina sin dall'età neolitica.

In Italia può essere praticata solo da un laureato in Medicina e Chirurgia.

L'agopuntura è una tecnica di stimolazione fisica con l'impiego di aghi, appositamente prodotti per questo uso, di spessore variabile. Gli aghi vengono infissi in punti specifici che rappresentano siti preferenziali di stimolazione del corpo: secondo l'esperienza degli antichi Cinesi, questi punti erano zone che servivano a regolare la circolazione dell'energia all'interno del corpo.

Molti sono stati gli studi scientifici tesi a ricercare particolari caratteristiche di queste zone.

L'ipotesi attualmente più accreditata vede la corrispondenza di questi punti con aree particolarmente innervate del **sistema nervoso centrale**. Il principale vantaggio di un trattamento agopunturale è che non si devono assumere farmaci poiché l'agopuntura stimola una risposta dell'organismo basata sul nostro sistema nervoso; l'effetto si mantiene per lungo tempo.

L'agopuntura si ferma davanti ad una malattia organica. Quando una malattia sfugge al controllo del sistema nervoso non è più condizionabile dall'agopuntura.

In questi casi l'agopuntura diventa una cura

palliativa che basa la sua utilità non tanto nel condizionare la progressione e l'esito della malattia, quanto nel migliorare il più possibile **la qualità della vita**.

In una seduta di agopuntura il presupposto essenziale per la scelta di un trattamento è sempre la corretta diagnosi della patologia di cui il paziente soffre, secondo la medicina occidentale.

È necessario che il paziente informi il medico delle terapie farmacologiche o fisiche in atto ed effettuate in precedenza e che porti con sé i referti delle indagini svolte.

Al termine della visita medica si concorda con il paziente il trattamento adeguato, informandolo delle varie opportunità di trattamento che la medicina scientifica offre, dei benefici e dei rischi di un trattamento con agopuntura e delle percentuali di riuscita.

L'agopuntura non è una medicina alternativa ma una medicina integrata, riconosciuta dai massimi enti mondiali (OMS-Organizzazione Mondiale della Sanità, FDA-Food and Drug Administration) quale metodica efficace.

Una seduta di agopuntura dura circa mezz'ora e la frequenza delle sedute varia, a discrezione del medico, a seconda della patologia trattata, della sensibilità individuale del paziente, dello scopo che si vuole ottenere.

Per la terapia vengono utilizzati aghi monouso sterili di calibro molto sottile che vengono inseriti con una manovra assolutamente **indolore** negli strati superficiali della cute.

Medicina non convenzionale:

Dott. Mauro Voza

Specialista in Clinica Pediatrica

Diplomato in Agopuntura e in Omeopatia

ALCUNI ESEMPI DI PATOLOGIE TRATTATE :

- Dolore cervicale, dolori articolari e della colonna vertebrale
- Cefalee (muscolo tensiva, emicrania a grappolo)
- Nevralgia trigeminale e post-Herpetica
- Vertigini e acufeni (rumori dell'orecchio)
- Lombosciatalgia
- Disturbi del sonno; sindromi ansiose e da stress
- Disturbi gastrointestinali (stitichezza, gonfiore addominale)
- Alterazioni del mestruo e problemi della menopausa
- Sterilità e impotenza
- Malattie dermatologiche



POLIAMBULATORIO IL GIRASOLE

ULTIME NOVITÀ

Lo staff del Poliambulatorio si arricchisce con l'arrivo di nuovi professionisti:

- **Dottor Nicola Castaldini**
Specialista in Medicina Interna
(Ecografie, Ecocolor Doppler)

- **Dottorssa Beatrice Bassi**
Specialista in Pediatria, Neonatologia
e Allergologia Pediatrica

ORARI E APERTURE

Lunedì | Venerdì ore 7.30 • 12.30
ore 14.30 • 19.00
(da Settembre a Giugno)

Lunedì | Venerdì ore 7.30 • 12.30
ore 15.00 • 19.00
(Luglio e Agosto)

Fisioterapia:
Lunedì | Venerdì ore 8.30 • 12.30
ore 14.30 • 20.00

Centro Prelievi (senza prenotazione)
Lunedì | Venerdì ore 7.30 • 9.30
Sabato ore 7.30 • 9.00

SERVIZI

- Centro Prelievi
- Analisi di laboratorio
- Medicina del lavoro
- Medicina dello sport
- Diagnostica strumentale
- Poliambulatorio Specialistico
- Fisioterapia e Riabilitazione

