



il Girasole
NEWS

Periodico d'informazione
quadrimestrale

Anno V - N. 4 novembre 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)

novembre 2018

Ben ritrovati cari amici!

Il dato che emerge da alcuni sondaggi è che la maggior parte degli italiani si preoccupa del proprio stato di salute soltanto al manifestarsi di qualche disturbo. La salute intesa come PREVENZIONE è un concetto che la maggior parte della gente tende ad ignorare. Sottoporsi ad un CHECK UP, almeno una volta all'anno, è importante per vivere meglio e più a lungo. I principali scopi del check up sono la prevenzione e la diagnosi su eventuali patologie.

Sarà il medico, dopo un'attenta anamnesi e un'accurata visita medica preliminare, a personalizzare il check up sulla base di quanto emerso.

Noi del Poliambulatorio Il Girasole crediamo sia fondamentale la PREVENZIONE, in considerazione di questo disponiamo al nostro interno di 30 branche specialistiche e diagnostiche, di oltre 40 medici specialisti e del reparto di terapia fisica e riabilitativa. Inoltre presso il nostro Centro Prelievi è possibile eseguire tutti gli esami di laboratorio con refertazione online in giornata.

Buona lettura! La Direzione



Agopuntura

Cefalea e vertigine: come trattarle



Centro Prelievi

L'importanza della Vitamina D



Fitoterapia

Echinacea, mille sfumature di salute



Prevenzione

Checkup Benessere



Specialistica Diagnostica e Novità

facebook.com/poliambulatorioilgirasole



instagram.com/poliambulatorioilgirasole



www.poliambulatorioilgirasole.it



Agopuntura

Cefalea e Vertigine da trattare con Agopuntura

Il collo è una causa comune e sottovalutata di vertigini. Il suo corretto movimento dà al cervello fonti di informazione sull'ambiente circostante.

Infatti, è parte dei tre sistemi che contribuiscono al senso dell'equilibrio: l'orecchio interno, gli occhi e il sistema sensoriale meccanico. Alla parte superiore del collo compete in gran parte il controllo del sistema meccanico, in quanto i recettori dei muscoli cervicali sono più numerosi che in ogni altra parte del corpo.

Traumi come per esempio il colpo di frusta o cattive posture (lavoro, sedute incorrette, prolungata permanenza alla guida, guancia scomoda) possono mantenere il collo in posizioni tali che **capogiri e dolori cervicali** ne siano la conseguenza.

Si parla di vertigini post-traumatiche e vertigini posturali, associati a cefalea frontale o muscolo tensiva.

Disallineamenti o degenerazioni della colonna vertebrale cervico-dorsale possono alterare il modo in cui questi meccanorecettori si attivano.

Se il cervello riceve messaggi deboli o inaccurati dal collo, allora si crea una discrepanza

sensoriale tra gli occhi e l'orecchio interno. Questo disaccordo è alla base delle vertigini e dei disordini sensoriali.

Oltre a intervenire su problemi posturali e cervico-mandibolari, si può intervenire con **l'agopuntura**.

È una tecnica antica che offre ottimi risultati in caso di infiammazioni e dolore.

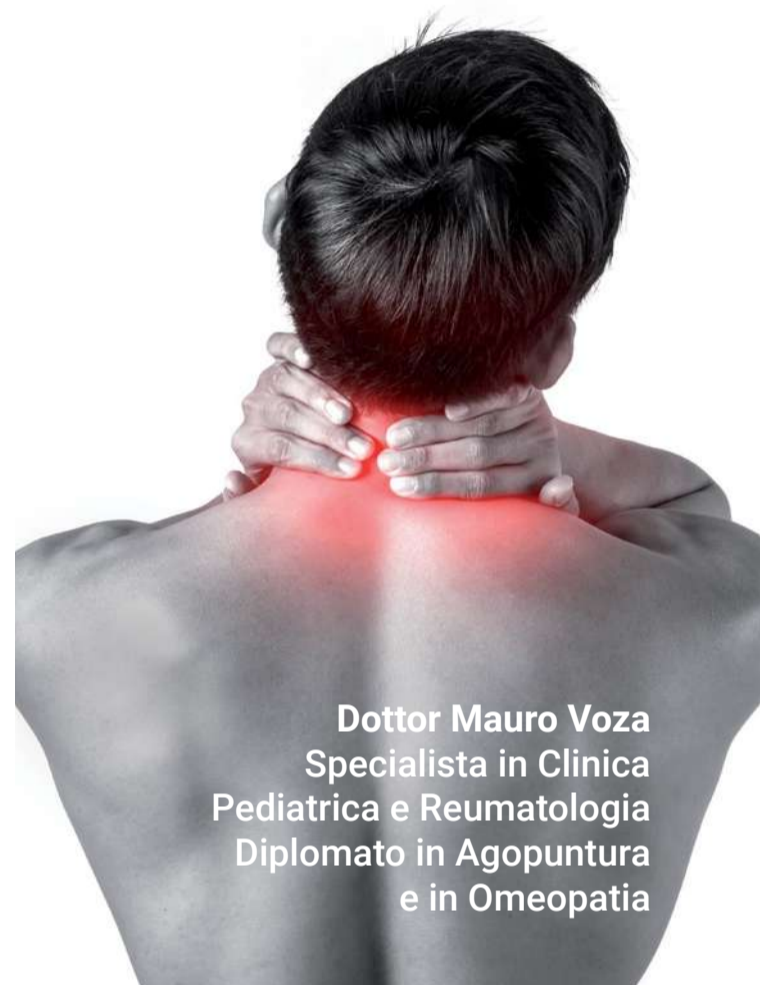
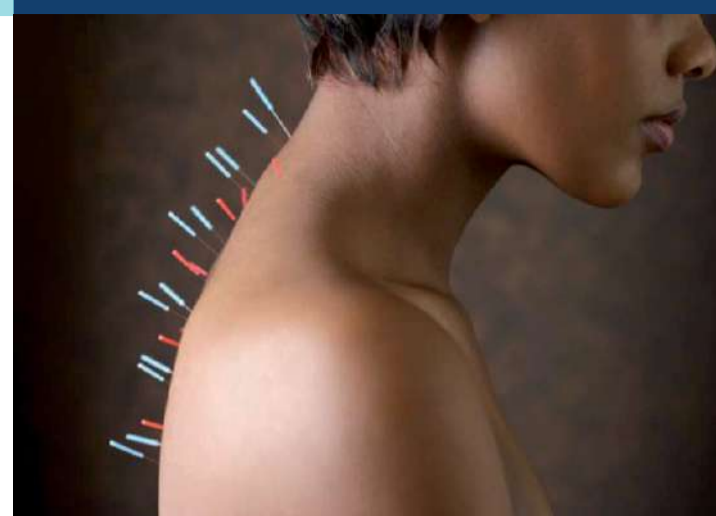
Non può correggere l'asimmetria ma può diventare un valido aiuto in caso di ansia, attacchi di panico, cefalee, dolori e vertigini.

Secondo una ricerca della *University of Rochester Medical Center of New York*, le "punture" inflitte dai terapeuti sono in grado di togliere o ridurre il dolore grazie al rilascio dell'adenosina, un antidolorifico naturale che secerne il nostro organismo.

Questa sostanza vanta anche virtù antinfiammatorie molto potenti **in grado di agire contro i dolori cronici**.

Il numero di sedute a cui sottoporsi dipende dalla cronicità del disturbo e dall'entità della disfunzione cervico-dorsale.

Una ginnastica posturale correttiva può mantenere stabili i risultati ottenuti con la terapia agopunturale, che può essere effettuata a cicli, ripetuti nel tempo.



Dottor Mauro Voza
Specialista in Clinica
Pediatrica e Reumatologia
Diplomato in Agopuntura
e in Omeopatia



Centro Prelievi

L'importanza della vitamina D

La vitamina D è nota anche come "Vitamina del sole" perché, grazie al sole, il nostro corpo è in grado di **sintetizzarla e produrla**.

È la più strana tra le vitamine perché viene assorbita solo per un 20% da quello che mangiamo, per il resto la sintetizziamo, come fosse un ormone, attraverso la pelle e grazie all'esposizione al sole.

Infatti la fonte principale di vitamina D è proprio il **sole**: esponendosi in modo corretto, la nostra pelle produce circa l'80% del suo fabbisogno, basterebbe esporre alla luce diretta del sole la pelle di viso, braccia e gambe per circa 20 minuti almeno tre volte a settimana. Capire che siamo in **carezza di vitamina D** non è semplice, non ci sono sintomi particolari correlati, è possibile però vederlo dalle **ANALISI DEL SANGUE**.

Il ruolo principale della vitamina D è quello di aiutare il **calcio** a fissarsi nelle ossa,

serve quindi a tutte le età, prima per costruire lo scheletro, poi per rafforzarlo, infine per prevenire le fratture da osteoporosi, la fragilità delle ossa che colpisce soprattutto le donne dopo la menopausa.

Gli studi confermano che gran parte della popolazione italiana è affetta da mancanza di vitamina D, quindi assumere più **vitamina D** fin dall'infanzia significa rischiare meno fratture osteoporotiche in età adulta.

Recentemente diversi studi hanno anche dimostrato come questa vitamina sia in grado di agire in altri distretti quali muscoli, occhi, cuore, polmoni, o sulla proliferazione cellulare, in quanto il suo recettore è presente dovunque nel nostro organismo. Ecco perché molti medici prescrivono un'integrazione della vitamina D e del

calcio, comunque conviene sempre seguire il loro consiglio e allontanare la tentazione di curarsi da sé.





Fitoterapia

Echinacea, mille sfumature di salute

L'Echinacea è una pianta originaria del Nord America e riconosciuta ufficialmente come "pianta officinale" solo nel 1916.

Il genere **Echinacea** appartiene alla famiglia delle Asteraceae (Compositae), la stessa della margherita e della camomilla, l'Echinacea ha una lunga tradizione come pianta medicinale per numerosi tipi di malattie essenzialmente legate ad infezioni, ma anche contro il morso dei serpenti e come purificante del sangue. Tradizionalmente l'Echinacea è descritta come un anti-infettivo, indicato in caso di infezioni batteriche o virali, setticemia leggera, foruncolosi ed altre affezioni della pelle. Altri usi tradizionali includono catarro nasofaringeo e tonsillite, come supporto nel trattamento delle infezioni di tipo influenzale e infezioni ricorrenti del tratto respiratorio e urinario ed esternamente per le ferite superficiali. Un vero e proprio antibiotico naturale, una pianta che dovremmo sempre avere in casa in quanto ricca di proprietà e benefici anche se non esente da controindicazioni.

Le radici dell'Echinacea, contengono varie sostanze attive, di cui il principale rappresentante è l'echinacoside, alle quali sono attribuite proprietà benefiche sulle naturali difese dell'organismo, infatti, l'Echinacea, deve la sua notorietà all'attività immunostimolan-



te, anche se, alla luce delle ultime ricerche, sarebbe più opportuno definirla immunomodulante. Tra le attività biologiche più indagate, infatti, vi è l'attivazione della risposta immunitaria vale a dire quella linea di difesa del sistema immunitario che è in grado di affrontare gli agenti patogeni appena questi si presentano. In Italia il **raffreddore** rappresenta il principale motivo di richiesta di una visita dal medico di famiglia ed uno dei principali motivi di assenza dal lavoro. Alla luce, quindi, delle ultime ricerche che hanno evidenziato come l'Echinacea possa risultare benefica non solo nella riduzione dell'incidenza ma anche nella durata del raffreddore. Recenti studi condotti sull'uomo non sembrano aver trovato nessuna differenza di biodisponibilità **tra estratti in polvere e liquidi**, mentre si raccomanda una

durata del trattamento a base di Echinacea non superiore alle 8 settimane.

Va prestata comunque attenzione, in caso di nota ipersensibilità, a piante della famiglia delle Compositae; come per tutti gli immunostimolanti, non si consiglia l'uso in caso di disturbi sistemici progressivi o patologie autoimmuni. In conformità con la prassi medica generale, il prodotto non deve essere utilizzato durante la gravidanza e l'allattamento senza prima aver sentito il parere del medico.

PARAFARMACIA

Dott.ssa Monica Galli

Via G. Mazzini, 205
Molinella (Bo)

Tel. 051 880729



Prevenzione

Check Up Benessere al Girasole

Mai come in questi tempi possiamo intervenire in prima persona per migliorare il nostro **stato di salute**, perché se è verissimo che la medicina in questi ultimi anni ha fatto passi da gigante è sempre valido il detto: **prevenire è meglio che curare**.

Abbiamo ideato un semplice Check Up per introdurre le persone nel mondo della prevenzione.

Questo controllo si svolge normalmente nell'arco di due giornate, all'interno del nostro Poliambulatorio e prevede una serie predeterminata di prestazioni mirate alla prevenzione e alla **diagnosi precoce**, differenziandosi a seconda che sia destinato all'uomo o alla donna.

Si inizia di mattina con la consegna del campione delle urine, con il prelievo del sangue e con un elettrocardiogramma a riposo.

Il paziente tornerà un pomeriggio successivo (saranno già disponibili gli esiti degli esami) per eseguire un'ecografia addominale completa e una visita internistica finale conclusiva, dove al termine verrà consegnata una relazione clinica e un programma mirato di prevenzione.

Il risultato sarà quello di un'approfondita conoscenza del proprio stato di salute, di identificazione dei propri fattori di rischio con le conseguenti indicazioni sul tipo di controlli clinici futuri ed i suggerimenti, se necessario, di modifica del proprio stile di vita.

Per saperne di più, il nostro personale è a disposizione per ogni informazione.



Attività Specialistica e Diagnostica

ATTIVITÀ SPECIALISTICA	SPECIALISTI
ALLERGOLOGIA	Dott. Claudio Bombi
CARDIOLOGIA	Dott. Antonio Federico
CHIRURGIA E ANGIOLOGIA	Dott. Gianluca Liberatore
	Dott. Alberto Pezzoli
	Dott. Paolo Vanini
DERMATOLOGIA	Prof. Massimino Negosanti
	Dott. Maurizio Zanni
DIABETOLOGIA	Dott. Alvisè Pascoli
DIETOLOGIA	Dott. Alvisè Pascoli
	Dott. Alberto Santini
	Dott.ssa Tiziana Valdinoci
	Dott.ssa Francesca Calandriello
ENDOCRINOLOGIA	Dott.ssa Alessandra Guerra
	Dott. Alvisè Pascoli
FISIOTERAPIA	Dott.ssa Giuliana Ghiselli
	Dott. Mauro Menarini
GASTROENTEROLOGIA	Prof. Sergio Gullini
GINECOLOGIA E OSTETRICIA	Dott.ssa Tiziana Bartolotti
	Dott.ssa Simona De Natale
	Dott. Giuseppe Giardina
	Dott.ssa Lucia Ricci Maccarini
MEDICINA DEL LAVORO	Dott. Giuseppe Malenchini
	Dott. Panagiotis Lagatoras
MEDICINA DELLO SPORT	Dott. Tommaso Cuzzani
	Dott. Paolo Pecorari

ATTIVITÀ SPECIALISTICA	SPECIALISTI
MEDICINA INTERNA	Dott. Nicola Castaldini
	Dott. Roberto Zoni
MEDICINA LEGALE e delle ASSICURAZIONI	Dott. Fidel Serra
NEUROLOGIA	Dott. Roberto Zoni
OCULISTICA	Dott.ssa Sandra Bertocchi
ONCOLOGIA	Dott. Francesco Lancewicz
ORTOPEDIA	Dott. Marco Calderoni
	Dott. Guido Nasta
	Dott. Marco Tabarroni
OTORINOLARINGOIATRIA	Dott. Rinaldo Paolino
PEDIATRIA	Dott.ssa Beatrice Bassi
	Dott.ssa Sara Forti
PNEUMOLOGIA	Dott. Claudio Bombi
PODOLOGIA	Dott.ssa Caterina Palmieri
PROCTOLOGIA	Dott. Daniele Catenacci
	Dott. Paolo Vanini
PSICHIATRIA E PSICOTERAPIA NEUROPSICHIATRIA INFANTILE PSICHIATRIA FORENSE	Dott. Gabriele Tonelli
PSICOLOGIA E PSICOTERAPIA	Dott.ssa Sabrina Franzosi
REUMATOLOGIA	Dott. Mauro Menarini
UROLOGIA	Dott. Claudio Ferri

ATTIVITÀ DIAGNOSTICA	
DENSITOMETRIA OSSEA DEXA	Femori Colonna Vertebrale Avambraccio Total body
ECOCOLORDOPPLER	Aorta addominale Arterie renali e rene Arterioso e venoso degli arti Cardiaco Carotidi-tronchi sovra aortici (tsa) Scrotale
ECOGRAFIA	Addome Anse Intestinali Ghiandole salivari e linfonodi Ginecologica e transvaginale Mammaria Ortopedica Ostetrica (3-4 d) Prostata transrettale Reni e vie urinarie Testicoli e tessuti molli Tiroide
ELETTROCARDIOGRAMMA HOLTER ECG E HOLTER PRESSORIO ESAME AUDIOMETRICO SPIROMETRIA	
ESAMI DI LABORATORIO	



Convenzioni



Siamo lieti di annunciare la novità dell'autunno 2018: la convenzione con **UniSalute** e con **CAMPA**, specialisti della Sanità Integrativa per tutta la famiglia.

La convenzione si applica agli **assistiti** per le visite specialistiche, la diagnostica per immagini e le prestazioni di terapia fisica e riabilitativa.

Poliambulatorio Il Girasole

ULTIME NOVITÀ

Un cordiale benvenuto ai tre nuovi collaboratori del Poliambulatorio Il Girasole:

- **Dott.ssa Francesca Calandriello**
Biologo Nutrizionista
- **Dott.ssa Sara Forti**
Specialista in Pediatria
- **Dott.ssa Alessandra Guerra**
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Ricambio

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 8.00 • 13.00
ore 14.30 • 19.30
- Centro Prelievi (senza prenotazione)**
Lunedì | Venerdì ore 7.30 • 9.30
Sabato ore 7.30 • 9.00

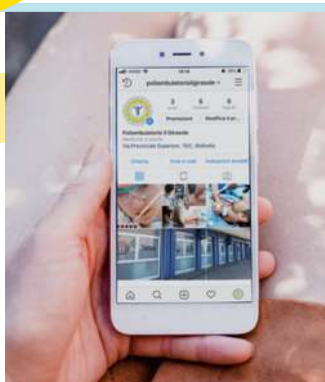
SERVIZI

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



DA OTTOBRE
ci trovi anche
QUI ▶

@poliambulatorioilgirasole



Via Provinciale Superiore 19/c
40062 Molinella (Bo)
Tel. 051 690340 - Fax 051 690341
info@poliambulatorioilgirasole.it
www.poliambulatorioilgirasole.it

Aut. com. n. 41 del 22/05/2014 - Dir. San. Dott.ssa G. Ghiselli
grafica **nerocumino.it** - stampa: F.Ili Cava srl

