

SALUTE

IN BREVE

3 Virus influenzali più aggressivi La vaccinazione resta fondamentale

L'influenza stagionale si sta rivelando «più aggressiva» ed è opportuno, per il ministero, «prolungare la vaccinazione». Mezzo milione di italiani sono a letto con la febbre. Il picco dell'epidemia, riferiscono i medici sentinella della Simg, è atteso a metà febbraio.

4 Test veloce per le malattie intestinali

DiaSorin ha lanciato il test della calprotectina. Nel sospetto di malattie infiammatorie croniche intestinali (Crohn e rettocolite ulcerosa), invece di eseguire la colonscopia, si può ottenere un responso veloce e indolore

1 Mal di testa, le donne sono più colpite

I soggetti più colpiti dal mal di testa sono le donne, rapporto di 1 a 5 rispetto agli uomini. La crisi può essere dolorosa al punto da costringere a isolarsi al buio in silenzio. Un disturbo spesso sottovalutato o affrontato con abuso di farmaci, che nel tempo portano alla cronicizzazione del dolore. «Da queste premesse – spiega Paolo Martelletti, Direttore del Centro Cefalee del Sant'Andrea di Roma – si è avviato nel Lazio, per estendersi in tutta Italia, il Percorso Diagnostico Terapeutico Assistenziale (PDTA) messo a punto da un pool di esperti: un network di centri specializzati per ciascun livello di cura.

2 Gola in fiamme, tisane e infusi spongono il fastidio

Il mal di gola è un'inflammatione che colpisce i tessuti che rivestono la gola causando una sensazione di bruciore e difficoltà a deglutire. Si tratta in genere di una condizione di lieve entità e di breve durata, può essere trattata con tisane calde e miele, infusi alla cannella, chiodi di garofano e frutta secca messa a macerare nell'acqua bollenti, e ancora propoli prodotti integratori che rinforzano le difese, come la papaya. Nei casi in cui il mal di gola persista per più giorni è bene rivolgersi al medico. In questo caso potrebbe essere un'infezione virale o batterica, e solo in casi particolari si rende necessario l'impiego di antibiotici.

5 Frutta fresca elisir di benessere

I volontari Airc (Associazione italiana ricerca sul cancro) tornano nelle piazze italiane con le Arance della Salute (info www.airc.it). Gli studi mostrano che oltre il 60 per cento delle forme tumorali si possono prevenire adottando sani stili di vita, introducendo cibi salutari come la frutta fresca nella dieta, e curare per tempo grazie a screening regolari.



L'arancia con le sue vitamine ha un effetto protettivo

GENETICA

Screening sui neonati

Ciclo di conferenze a Roma, Firenze e Padova sugli screening per la prevenzione metabolica nei neonati. Info www.fondazioneSIGMATAU.it

OCULISTICA

Protesi retinica E torni a vedere

È attivo in Italia il numero verde 800 879 697 per informazioni sulla retinite pigmentosa e sulla nuova protesi retinica. Info www.2-sight.eu

TERAPIE

Firmata la Carta delle cure termali

Diffusa sul web la «Carta della comunicazione e del marketing termale» firmata al convegno di Bagno di Romagna dedicato ai centri termali www.fondazioneforst.it