

FARMACIA EUROPAT

Farmacia.it
più informati
più sani
Anno VIII, n. 31

Via Botticelli, 38 - 03043 - Cassino - (FR) - Tel. 0776.337344 - fax 0776.26079

Durante la stagione invernale, per vincere il freddo e le basse temperature, il nostro organismo ha bisogno di un maggior apporto vitaminico. In condizioni normali è sufficiente seguire una dieta sana ricca di frutta, verdura e legumi. Tuttavia succede che proprio in questi mesi si può verificare una carenza. Questo perché si tende a mangiare meno cibi freschi rispetto al periodo estivo e a ricorrere in caso di febbre agli antibiotici. La mancanza di vitamine viene solitamente definita **ipovitaminosi**, cioè quando le vitamine sono presenti nell'organismo ma in quantità insufficienti. Si parla invece di **avitaminosi** quando determinate vitamine sono totalmente assenti. Una carenza ha sintomi specifici a seconda del tipo di vitamina e può causare diversi disturbi o malattie. Generalmente la somministrazione di dosi di vitamine, tramite l'alimentazione o integratori specifici, è sufficiente ad eliminare i sintomi.

Perché sono importanti?

Le vitamine sono sostanze organiche necessarie per l'accrescimento ed il normale livello di efficienza dell'organismo. Si dividono in **liposolubili** (solubili nelle sostanze grasse e nei solventi) e **idrosolubili** (solubili in acqua). Rientrano nelle liposolubili le vitamine: **A** importante per la vista e la pelle; **D** fondamentale per la formazione delle ossa; **K** ha un'azione antiemorragica; **E** ha un'importante funzione antiossidante e previene l'invecchiamento delle cellule.

Appartengono alle idrosolubili le vitamine: **B1** favorisce la trasmissione degli impulsi muscolari; **B2** indispensabile per mantenere in buona salute unghie, pelle e capelli; **B12** necessaria nella produzione di globuli rossi. Il segno più evidente della sua mancanza è una forma di anemia; **C** oltre agli effetti antiraffreddore, ha proprietà antitumorali.

Più vitamine d'inverno

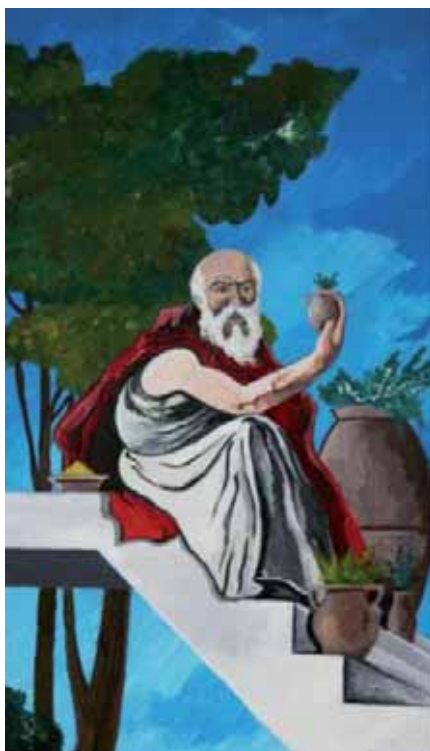


Da tanti anni si parla di servizi in farmacia, preziosi alleati di quella prevenzione che, proprio in farmacia, trova le condizioni migliori per esprimersi. Controllo della pressione, piccole analisi, campagne di prevenzione e solidarietà, la farmacia è sempre stata in prima fila, ma, oggi succede qualcosa di importante, la politica stabilisce che la farmacia sarà il terminale del Servizio Sanitario Nazionale ed erogherà i suoi servizi in modo omogeneo su tutto il territorio nazionale. È ancora presto per parlarne ma le prime indicazioni sembrano incoraggianti anche se alcuni servizi (come ad

La farmacia dei servizi

esempio quello degli infermieri) partono con delle limitazioni (non potranno fare le iniezioni). La farmacia sarà inserita in progetti di assistenza domiciliare (insieme ad altre figure professionali che già operano nel settore) e sarà possibile fare le prenotazioni di visite specialistiche pagando l'eventuale ticket, proprio come oggi si fa con il C.U.P. Questi servizi andranno ad aggiungersi ad altri che oggi ven-

gono erogati per conto del Servizio Sanitario Regionale e che consentono importanti risparmi ed una maggiore facilità di accesso. Ci riferiamo alla Distribuzione Per Conto di farmaci finora distribuiti solo dalle farmacie ospedaliere ed alla distribuzione di Presidi per Diabetici (che prevedevano la preventiva autorizzazione da parte delle A.S.L.). "La farmacia dei servizi" sarà l'argomento che aprirà il prossimo ciclo degli "Incontri a Tema" ed in quella occasione faremo il punto della situazione. Non mancate, vi aspettiamo martedì 12 gennaio alle ore 16,30



INCONTRI A TEMA – III EDIZIONE

I consigli dello specialista tra prevenzione e terapia

PROGRAMMA DELLA MANIFESTAZIONE
DAL 12 GENNAIO AL 30 MARZO
SALA POLIVALENTE FARMACIA EUROPA,
VIA BOTTICELLI 34, CASSINO

Martedì 12 gennaio 2010 - ore 16,30

dr. Sergio Ricciuti

Farmacista - v. presidente SIFIT Soc. Italiana Fitoterapia

La farmacia dei servizi

Martedì 19 gennaio 2010 - ore 16,30

dr. Gianni Aricò

Biologo - docente Scienze Infermieristiche Univ. Cassino

La tiroide questa (s)conosciuta - generalità, diagnostica di laboratorio ed interpretazione del dato

Martedì 26 gennaio 2010 - ore 16,30

dr. Leonardo Manzari

Presidente AIOLP Ass. Italiana Otorinolaringoiatri liberi professionisti

L'orecchio ed i disturbi dell'equilibrio

Martedì 2 febbraio 2010 - ore 16,30

d.ssa Maria Felice Pacitto

Psicoterapeuta, psicologo clinico

Anoressia e bulimia: capire il perché, sciogliere gli equivoci, placare le angosce

Martedì 9 febbraio 2010 - ore 16,30

prof. Sergio Paolini

Docente facoltà Medicina Università Perugia - Neuromed - Neurochirurgo

La mini invasività in neurochirurgia

Martedì 16 febbraio 2010 - ore 16,30

dr. Luigi Tamburrini

Ospedale Civile S.Scolastica Cassino - responsabile centro glaucoma

Il glaucoma, ladro silenzioso della vista

Martedì 23 febbraio 2010 - ore 16,30

dr. Ottavio Di Marco

Neuropsichiatra - Ospedale di Sora

I rischi dell'automedicazione nel trattamento del mal di testa

Martedì 2 marzo 2010 - ore 16,30

dr. Mario Prata

Specialista Urologia - Osp. Civile "SS. Trinità Sora"

Iperprostatia: prevenzione e trattamento

Martedì 9 marzo 2010 - ore 16,30

prof. Roberto Di Giorgio

Professore associato Univ. La Sapienza Roma

L'occlusione e la postura: correlazioni con la mandibola ed il dolore cervicale

Martedì 16 marzo 2010 - ore 16,30

prof. Filippo Pericoli Ridolfini

Già primario medicina Ospedale Sora - Accademia Italiana della Cucina - San Benedetto e la civiltà della tavola

Martedì 23 marzo 2010 - ore 16,30

dr. Luigi Iorio

Già primario nefrologia Ospedale di Cassino

L'insufficienza renale: cause e rimedi

Martedì 30 marzo 2010 - ore 16,30

dr. Gianni Aricò

Biologo - docente Scienze Infermieristiche Univ. Cassino

Le nuove frontiere nella diagnostica delle allergie