

Chiamami  
Trentatré

### Elezioni: gli ambulatori per elettori inabili

Anche in occasione delle elezioni del 6, 7 e 21 giugno sono attivi ambulatori per le certificazioni mediche per gli elettori inabili ad esprimere il voto nelle normali forme. I certificati possono essere fatti in qualunque sede, indipendentemente dal Comune di residenza. Gli ambulatori sono a: Bellaria, p.zza del Popolo; Cattolica, p.zza della Repubblica; Coriano, via Fleming 4; Gemmano, p.zza Roma 1; Misano Adriatico; via Settembrini 43; Mondaino, Montecolombo, San Clemente, Montefiore; Montegrillo-

fo, Torriana; presso i rispettivi municipi; Montescudo; via Eco; Morciano di Romagna; sede Ausl via Arno 4 e presso il municipio; Poggio Berni, via Roma 25; Riccione, via Cortemaggiore 6; Rimini, via Coriano 38; Rimini Ospedale (solo per i degenti); Saludecio, scuola elementare sede del seggio; San Giovanni in M., casa protetta; Santarcangelo, Distretto sanitario; Verucchio, sede Ausl di P.zza Borsalino 17 (Villa Verucchio).

Info orari e giorni apertura: presso i rispettivi Comuni.



Alliance Farmacie Comunalì  
AMFA S.p.A - Rimini

## La Farmacia Comunale n. 2

Informazione Pubblicitaria

# Prepararsi a star bene d'estate

Ancora più frutta e verdura più qualche "aiutino" cosmetico

di Lorella Barlaam

Finalmente è arrivata la bella stagione, col suo corredo di giorni da trascorrere all'aria aperta, di spiaggia e sole. Al momento della "prova costume" però si arriva sempre con un po' di trepidazione. I consigli delle farmaciste della Farmacia Comunale n. 2 in via Covignano possono aiutarci ad affrontare in scioltezza questo appuntamento.

Come prepararsi all'abbronzatura?

«Se mangiare frutta e verdura è importante tutto l'anno, lo è ancora di più in estate. Bisogna prepararsi all'esposizione solare per tempo, disintossicando l'organismo e stimolando naturalmente la produzione di melanina attraverso una dieta ricca di vitamine, carotenoidi, flavonoidi, antiossidanti come il betacarotene, contenuto nei frutti colorati come albicocche, fragole, pesche, melone. E' una dieta che viene incontro anche alla necessità di idratarsi perché con l'esposizione al sole si perdono liquidi.»

E durante l'esposizione al sole?

«Bisogna proteggersi dai raggi UVA e UVB con solari di protezione dal fattore alto, ricordandosi che vanno applicati frequentemente, ogni 20 minuti circa, soprattutto dopo aver fatto il bagno. Ci si abbronzano lo stesso, e si evitano scottature e melanomi: teniamo presente inoltre che il sole invecchia la pelle. Bisogna evitare i farmaci fotosensibilizzanti come antibiotici e cortisonici.»

E per la cellulite?

«La cellulite è una patologia dovuta alla stasi linfatica, che non permette ai tessuti di ossigenarsi, causando nel tempo la formazione di un edema sottocutaneo che può cronicizzare. Per prevenirla occorre evitare grassi, fumo e alcol e privilegiare gli alimenti che contengono antiossidanti e flavonoidi. Importante è anche l'esercizio fisico moderato e costante. Per gli inestetismi lievi della cellulite la farmacia offre tanti prodotti, dalle fiale e gel da applicare dopo un lieve scrub, alle creme da massaggiare.»

Perché scegliere la farmacia?

«Perché abbiamo tutte le migliori linee cosmetiche, dai prodotti per la pulizia del viso, fondamentale per mantenere la pelle giovane, a quelli da usare per le prime rughe e quelle profonde, dovute alla diminuzione di collagene post menopausa, alle creme per la cura del corpo, per mantenere un'idratazione ottimale e migliorare le smagliature. Prima si inizia a prendersi cura della pelle più lievi sono le problematiche che verranno fuori col tempo. In farmacia c'è la garanzia di linee ipoallergeniche, non testate su animali: oltre al cosmetico si trova la sicurezza, frutto della ricerca cosmetologica. E il consiglio del farmacista sul prodotto più adatto. Ma il cosmetico migliore resta accettarsi, prendendosi cura di se stessi senza aspettarsi che le creme facciano miracoli, con uno stile di vita sano tutto l'anno. A noi le clienti si rivolgono anche per chiedere



> La Farmacia Comunale n.2

informazioni sulle novità in medicina estetica, dagli ultrasuoni alla cavitazione all'endermologia, per farsi spiegare cosa sono e quali vantaggi portano.»

## Intervista al dott. William Raffaelli dell'istituto Isal

# Per non soffrire inutilmente

Presto una legge che elimina il ricettario speciale per gli oppioidi

E' nata a Rimini una delle prime fondazioni Europee sul dolore, la fondazione ISAL, dalla crescita dell'istituto ISAL fondato dal prof. William Raffaelli nel 1993 per rispondere ai bisogni di ricerca e cura e formazione sul dolore. Collaborano con Isal scienziati di fama internazionale e i 450 medici che negli anni si sono formati presso la Scuola. «Tutti i docenti», ci ha spiegato il presidente di Isal, il prof. William Raffaelli, direttore della U.O. di Terapia Antalgica/Hospice dell'ospedale di Rimini «sono venuti gratuitamente ad insegnare all'Isal, dai migliori centri italiani come il Mario Negri, accettando solo un rimborso spese. Così i fondi che avevamo sono serviti interamente per la nascita della Onlus della Fondazione.» Oggi Isal coi suoi medici e volontari costituisce l'anima di un reparto antalgico all'avanguardia in Italia e il fulcro di una serie di iniziative di divulgazione della cultura del dolore.

Quanto è sensibile il nostro paese al problema del dolore?

«Una buona notizia è che alla Camera e al Senato è finalmente in discussione una legge-quadro sulla terapia del dolore e le cure palliative. Questa legge è stata anticipata dall'accordo Stato-regioni di aprile 2009 che ha destinato 100 milioni di euro della spesa sanitaria corrente per riorganizzare la terapia del dolore a livello nazionale. Sono stati stanziati inoltre 350.000 euro per l'indispensabile formazione dei medici di base in quattro regioni, tra cui l'Emilia



Romagna. Alla preparazione dei materiali informativi per questo progetto, "Territorio e ospedale senza dolore", stiamo lavorando noi. Un'altra buona notizia è che la nuova legge per la prima volta in Italia riconosce il valore di cura degli oppioidi, per la cui prescrizione non sarà più necessario il ricettario speciale, che metteva il medico in condizioni di impotenza terapeutica. Di questo sono particolarmente orgoglioso, avendo seguito personalmente come presidente di FederDolore l'audizione presso il Concilio Superiore di Sanità.»

Quali sono i progetti futuri della Fondazione?

«Fino al sette giugno è possibile visitare presso le Befane a Rimini la mostra dal titolo "Fa più male

non sapere", che raccoglie i lavori del concorso grafico "Senza dolore". Prosegue il progetto "Cento città contro il dolore", partito da Rimini a novembre coinvolgendo altre città con manifestazioni e giornate di apertura dei Centri algologici per educare alla cura del dolore. Il progetto si concluderà con la promulgazione del "decalogo dei diritti", alla centesima adesione. Tutte le nostre iniziative nascono per coinvolgere la cittadinanza in un ascolto diverso del problema del dolore.»

Perché è importante parlare del dolore?

«Il dolore è un sistema biologico deputato alla nocicezione, cioè alla percezione del dolore che si avverte quando un equilibrio si rompe. Può essere "buono" e segnalare che c'è una malattia che va curata per evitare danni. Può capitare invece che il sistema non sia più in grado di svolgere la sua funzione regolare, e si alteri un equilibrio sconfinando in un segnale patologico che genera dolore anche senza alcuna causa esterna. Come nella sindrome di tipo algodistrofico, che colpisce un 40% delle persone che hanno una lesione traumatica. La Fondazione studia come dare una risposta all'alterazione del sistema di percezione del dolore, di cui non conosciamo ancora tutti i meccanismi, data la loro estrema complessità. In Italia 12 milioni di persone sono colpite da dolore

cronico, con un danno biologico, psicologico ed economico enorme. Pazienti che hanno bisogno di una risposta che venga data per dritto, non per pietà.»

Cosa si può fare contro il dolore?

«Il dolore cronico si può curare nell'80% dei casi, con un 60% di possibilità di guarigione e un 20% di presa in carico. Noi diamo anzitutto voce al dolore delle persone: il primo strumento diagnostico è l'ascolto del paziente. Ci sono sempre più terapie disponibili, che permettono di mantenere il dolore sotto controllo, e qui a Rimini siamo all'avanguardia, al centro di una rete di ricerca che coinvolge le realtà nazionali ed estere più importanti. Adesso ad esempio stiamo studiando gli effetti sui dolori fortissimi di un nuovo farmaco ricavato da una chiocciolina dei mari australi, con risultati incoraggianti. Il 35% dei pazienti del nostro Centro viene da fuori regione, ogni anno eroghiamo 7000 prestazioni ambulatoriali, si attuano 600 ricoveri di dolore non da cancro, 200 da cancro, pratichiamo 450 interventi chirurgici contro il dolore. Per i pazienti più fragili è attivo l'hospice che offre sostegno anche alle famiglie.»

Collaboratori dell'equipe di terapia antalgica e cure palliative: Dr. William Raffaelli (Direttore U.O.), Dr. Caminiti Alessandro, Dr.ssa Ferioli Isabella, Dr.ssa Monter ubbianesi Maria Cristina, Dr.ssa Righetti Donatella, Dr. Vasi Maurizio.

www.fondazioneisal.it

La Scienza Farmaceutica ha attraversato i secoli. Dagli antichi speziali ai moderni Farmacisti. Una sapienza antica che continua ancora oggi

nelle Farmacie Comunalì ...  
assistenza e informazione

nelle Farmacie Comunalì ...  
prevenzione e servizi sanitari

nelle Farmacie Comunalì ...  
analisi semplici prezzi contenuti

nelle Farmacie Comunalì ...  
dal pubblico e per il pubblico, sempre



Alliance Farmacie Comunalì  
AMFA S.p.A - Rimini

**Farmacia Comunale N. 1**  
San Francesco  
Via Michele Rosa 3 - Rimini tel. 0541 24414  
Apertura dalle 8,00 alle 13,00 dalle 15,30 alle 20,00  
Chiusura sabato e festivi

**Farmacia Comunale N. 2**  
Via Covignano n. 154 g - Rimini tel. 0541 771446  
Apertura dalle 8,30 alle 12,30 dalle 16,00 alle 20,00  
Chiusura sabato e festivi

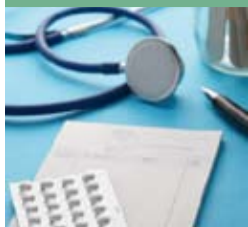
**Farmacia Comunale N. 3**  
Via Guadagnoli n. 46 - Rimini tel. 0541 386240  
Apertura dalle 8,30 alle 12,30 dalle 16,00 alle 20,00  
Chiusura sabato e festivi

**Farmacia Comunale N. 4**  
Via Marechiese n. 135 - Rimini tel. 0541 773614  
Apertura dalle 8,30 alle 13,00 dalle 15,30 alle 20,00  
Chiusura sabato e festivi

**Farmacia Comunale N. 5**  
Via Flaminia n. 48 a - Rimini tel. 0541 382000  
Apertura dalle 8,00 alle 13,00 dalle 15,30 alle 20,00  
Chiusura sabato e festivi

**Farmacia Comunale N. 6**  
Via Euterpe n. 2h - Rimini tel. 0541 778606  
Servizio 12 ore dalle 8,00 alle 20,00  
Escluso giovedì e festivi

**Farmacia Comunale "San Biagio"**  
Via Saffi n. 64 - Misano Monte (Rimini) tel. 0541 602016  
Apertura dalle 9,00 alle 12,30 dalle 16,30 alle 20,00  
Il sabato dalle 9,00 alle 12,00  
Chiusura sabato pomeriggio e festivi



**Chiamami Trentatrè**

### Parte la Guardia Medica per turisti

Al via anche quest'anno l'attività di Guardia Medica per Turisti, con sedi poco distanti dalla spiaggia attive su tutto il territorio provinciale.

Il servizio è offerto a turisti italiani e stranieri e a lavoratori stagionali non residenti sul territorio aziendale.

Le sedi sono 13: Bellaria; piazza del Popolo; Igea Marina, via S. Italo 8; Torre Pedrera, via Brava 17; Viserba, via Mazzini 22 (presso sede del Quartiere 5);

San Giuliano, via Coletti 102 (presso la locale scuola media); Rimini Centro, piazzale Benedetto Croce (già piazza Pascoli); Marebello, via Regina Margherita 20 (sul retro dell'edificio); diramare, via Locatelli (vicino alla sede del Quartiere 3); Riccione, via Cilea 6; Riccione, via Sicilia 61; Riccione, via Catullo (presso la locale scuola elementare); Misano, via Litoranea Sud 22; Cattolica, Lungomare Rasi Spinelli. Gli ambulatori sono aperti da lunedì 25 maggio



Via Valturio 20A, 47900 Rimini  
tel. 0541 785566 fax 0541 782377

[www.poliambulatoriovalturio.it](http://www.poliambulatoriovalturio.it)  
info@poliambulatoriovalturio.it

## Chirurgia vertebrale: intervista al dott. Roberto Donati

Informazione Pubblicitaria

# La colonna, così robusta e così delicata

## L'ernia del disco è la patologia più comune

di Lorella Barlaam

**I**l dott. Roberto Donati, laureato a Bologna in medicina e chirurgia nel 1982, si è specializzato in Neurochirurgia nel 1988 a Pavia, e ha fatto il suo apprendistato per sette anni al Bellaria di Bologna. Opera all'Ospedale Bufalini di Cesena, uno dei Trauma Center d'eccellenza della nostra regione, dalla creazione del reparto di Neurochirurgia, nel 1988. Da parecchi anni al Bufalini ricopre l'incarico ad alta professionalità per la chirurgia vertebrale. Il dottor Donati visita a Rimini presso il Poliambulatorio Valturio. «Mi occupo in particolare di chirurgia vertebrale cioè di tutte le patologie che affliggono la colonna vertebrale e il suo contenuto, midollo spinale e radici nervose.»

*Dottor Donati, come è fatta la colonna vertebrale?*

«La colonna è l'impalcatura ossea del corpo, formata da 34 vertebre con caratteristiche diverse a seconda del tratto (7 cervicali, 12 dorsali, 5 lombari, 5 sacrali, 5 coccigee). Nell'insieme consideriamo la colonna come una struttura dinamica con elementi passivi come le ossa o i legamenti ed elementi attivi come i muscoli. La funzione della colonna è una funzione di sostegno e di protezione delle strutture nervose in essa contenute.»

*Quali sono le patologie che interessano la neurochirurgia?*

«Principalmente patologie a carattere degenerativo come le ernie del disco, le instabilità degenerative del rachide, l'artrosi vertebrale, le patologie neoplastiche primitive e metastatiche che interessano l'osso e le strutture nervose, e le patologie di origine traumatica o malformativa. Non esiste un vero e proprio confine con l'ortopedia, anche se il neurochirurgo ha più confidenza con le strutture nervose, e si fa sempre più strada il concetto di chirurgo vertebrale, come branca particolare.»

*La patologia più frequente?*

«L'ernia del disco lombare è quella più riscontrata. L'ernia - una rottura o un indebolimento dell'anello fibroso del disco, cui consegue la dislocazione del nucleo polposo - può essere anche cervicale e dorsale, con implicazioni cliniche diverse. A livello lombare ci sono disturbi a carico degli arti inferiori, che raramente esitano in problemi importanti. Se nell'ernia cervicale è interessato il midollo spinale, ne conseguono problemi di mobilità a tutti e quattro gli arti. E' una patologia che può insorgere a ogni età.»

*Come si trattano le patologie vertebrali?*

«Il più delle volte cerchiamo di trattare la patologia degenerativa in modo conservativo, attraverso la terapia

del dolore, terapie fisiche riabilitative. Nel caso dell'ernia del disco lombare e cervicale senza compromissione del midollo per lo più l'intervento non è necessario; l'ernia ha in genere un'evoluzione benigna, va verso il riassorbimento spontaneo.

Altrimenti, nel caso in cui il dolore sia persistente e invalidante si ricorre a un intervento chirurgico. Gli interventi possibili sono tanti, bisogna individuare quello più idoneo per ogni tipo di paziente. E' difficile riassumere in poche parole: oggi sono possibili interventi di stabi-



> Dott. Roberto Donati

lizzazione vertebrale, da qualche anno si impiantano dispositivi interspinosi e persino protesi di disco per non bloccare le vertebre e garantire il movimento. Noi praticiamo la "microdissectomia", una tecnica chirurgica che permette l'asportazione di un disco vertebrale degenerato attraverso una piccola incisione, usando il microscopio operatorio. Una tecnica che si pratica in anestesia generale, che ha una vasta validazione scientifica e permette di dimettere il paziente il giorno dopo l'operazione. Per far questo occorre avere dimestichezza con le tecniche chirurgiche ed esperienza in questo campo. A Cesena è possibile eseguire tutte le tecniche consolidate, di provata efficacia: noi non facciamo chirurgia sperimentale e non applichiamo tecniche mininvasive come il laser e l'elettroterapia intradiscale, che non hanno una

validazione scientifica: non ci sono cioè lavori scientifici seri basati su una valida casistica che stabiliscano una reale utilità di queste pratiche. La colonna nuova non la fa nessuno, ma è possibile sistemare il punto che si considera sintomatico. Io sono poco interventista, ma un intervento può essere decisivo per migliorare la qualità della vita, in caso di metastasi invalidanti o che provochino molto dolore o anche nell'artrosi. Il nostro obiettivo intervenendo è sempre migliorare la vita del paziente, renderlo più autonomo.»

*Quale recupero è necessario dopo l'operazione?*

«Ci vogliono 30 giorni circa di convalescenza per l'ernia, durante i quali si può camminare, uscire ecc. Noi consigliamo un supporto fisiatrico a chi arriva già con deficit motorio, e la ri-educare funzionale del rachide lombare per cercare di rafforzare i muscoli della colonna e per imparare a usarla bene.»

*Chi deve fare una visita neurochirurgica?*

«Una visita neurochirurgica è consigliabile per tutti coloro che hanno problemi sia cerebrali che alla colonna vertebrale, in cui le indagini abbiano individuato una patologia degenerativa, neoplastica o esiti di trauma.

Ed è bene farla, come visita di II livello, nel caso di disturbi complessi, a volte conviene farla prima ancora di sottoporsi ad accertamenti, per orientare correttamente gli stessi.

Ad esempio, in caso di atassia, incontinenza e decadimento mentale in tarda età invece di esami-

minare ogni problema singolarmente si può riscontrare un problema di idrocefalo normoteso, una patologia endocranica con dilatazione dei ventricoli cerebrali per accumulo di liquido cefalo-rachidiano. In questo caso l'anamnesi e la visita sono importanti per fare un diagnosi differenziale.»

*Quali sono le buone pratiche di prevenzione?*

«Evitare situazioni che comportino un eccessivo stress della colonna, come sollevare pesi a strappo, e cercare di sollevarli invece piegandosi sulle gambe, portando i pesi vicino al corpo per non flettere la colonna, perché la flessione anteriore sollecita i dischi.

E naturalmente curare lo stile di vita, con un'attività fisica adeguata - ottimo il nuoto - evitando il sovrappeso. Come nella gran parte delle patologie, uno stile di vita equilibrato è fondamentale.»

### VISITE SPECIALISTICHE:

#### • ECOGRAFIE OSTETRICHE:

genetiche con bi test  
morfologiche  
ecografo 4d

#### • ECOGRAFIE GINECOLOGICHE

con sonda transvaginale  
• ECODOPPLER VASCOLARE  
(aorta - carotidi - femorali)

#### • ECODOPPLER VENOSO

arti inferiori

#### • ECOGRAFIE:

internistiche - tessuti molli  
tendinee - articolari

#### • DENSITOMETRIA OSSEA TOTAL BODY

• STUDIO COMPOSIZIONE CORPOREA  
(massa magra, massa grassa)

con densitometro lunar

#### • HOLTER PRESSORIO

#### • HOLTER CARDIACO

• TEST ERGOMETRICO MASSIMALE

#### • ECOCARDIO + DOPPLER

#### • VISITE PER MEDICINA DEL LAVORO

#### • CHECK UP PERSONALIZZATI:

1° LIVELLO

2° LIVELLO

#### • PUNTO PRELIEVO

per analisi chimico cliniche

#### • FLEBOCLISI ENDOVENESE

visite per rinnovo patenti:

auto, moto, nautiche, licenza di caccia

[www.poliambulatoriovalturio.it](http://www.poliambulatoriovalturio.it) - [info@poliambulatoriovalturio.it](mailto:info@poliambulatoriovalturio.it)



Via Valturio 20A, 47900 Rimini  
tel. 0541 785566 fax 0541 782377

