



Chiamami Trentatré

Solidarietà è un nuovo camper mammografico

Il 19 febbraio "Rimini Solidale Onlus", ente no-profit che riunisce circa 450 soci sostenitori ha annunciato una campagna di raccolta fondi per dotare l'AUSL di Rimini di un nuovo camper mammografico, da utilizzare per lo screening mirato alla prevenzione del tumore della mammella. Una parte dei circa 450.000 euro necessari per l'acquisto sarà messa a disposizione dai soci della Onlus.

Il camper, che sarà dotato di un mammografo digitale di ultima generazione e ospiterà due tecnici, si aggiungerà al mezzo già in dotazione dell'AUSL, potenziando la possibilità di raggiungere con la campagna di prevenzione le donne di tutta la provincia. Si può contribuire con bonifico bancario senza spese a Banca Carim o Eticredito. Per info cell. 3356086212.



Farmacia Comunale n. 6

Informazione pubblicitaria

Alla scoperta della nutriceutica

La nuova disciplina che studia gli alimenti che fanno bene alla salute

di Lorella Barlaam

Antiossidanti, "integratori", aminoacidi, probiotici sono al centro della "nutriceutica", la nuova disciplina che studia gli alimenti che svolgono una funzione benefica per la salute, aiutando a mantenere l'equilibrio dell'organismo. Ne parliamo con la dott.ssa Antonella Agostini, direttrice della Farmacia Comunale n.6.

Dott.ssa Agostini, quanto sono importanti i nutrienti per la salute?

«La base del benessere è un'alimentazione corretta, ricca e varia, in cui siano presenti tutti i nutrienti necessari. Di tutto un po', con molta frutta e verdura, stando attenti alla qualità e salubrità del cibo. In particolari condizioni, come in gravidanza o durante l'allattamento, può essere utile un'integrazione di particolari sostanze come ferro e acido folico. Agli anziani può giovare un apporto ulteriore di selenio, che ha un effetto antiossidante e stimola la concentrazione mentale, di ginkgo biloba, che migliora la circolazione a livello cerebrale, o di calcio, utile per l'osteoporosi. Di origine vegetale, gli isoflavonoidi della soia aiutano le donne in menopausa, perché hanno un effetto estrogeno-simile. Spesso è il ginecologo a prescriberli, ma li consigliamo anche noi, se non si è a rischio di tumore al seno.»

Cosa si intende con "integratori alimentari"?

«Sono prodotti di libera vendita che contengono principi nutritivi come minerali, antiossidanti, aminoacidi essenziali, vitamine. Consigliati in genere dai medici, in base al tipo di carenza o patologia riscontrata nel paziente, possono contenere principi attivi fitoterapici, come quelli a base di Acerola e Rosa canina, ricchi di vitamina C, che previene e attenua le malattie da raffreddamento, di origine animale, come la pappa reale, che con l'aggiunta di eleuterococco è adatta a chi deve affrontare periodi di studio intenso, oppure minerali, come magnesio o zinco, o di sintesi.»

Cosa sono probiotici e prebiotici?

«I probiotici, come lattobacilli e bifidobatteri, in capsule o presenti in taluni yogurt, integrano la flora batterica intestinale, e la ricostruiscono quando è depauperata da un virus o dall'assunzione di farmaci. La flora batterica è costituita da batteri simbiotici "buoni", che aiutano ad assimilare i nutrienti e a difendersi dalle infezioni, i "prebiotici", presenti in ortaggi e frutta, ne costituiscono il substrato di crescita nel colon.»

Integratori alleati della bellezza?

«Gli antiossidanti giovano anche alla bellezza della pelle e dei tessuti. Come il coenzima Q

10, che migliora la funzionalità delle cellule, il betacarotene, la vitamina E ed il selenio, che aiutano le cellule a rigenerarsi, contrastando i radicali liberi, "cataboliti" della sintesi cellulare, che aggravano l'invecchiamento. Oggi ci

dell'uva per ridurre gonfiore e cellulite. Per contrastare la caduta dei capelli ci sono integratori di sintesi, e persino un principio estratto dalla zucca, utili soprattutto in primavera e in autunno, quando il processo di caduta acce-



Foto Migliorini

> Farmacia Comunale n. 6. Rimini, via Euterpe 2, orario continuato otto/venti. Chiusa il giovedì e festivi.

sono integratori a base di estratti d'albicocca e alfa-betacarotene anti età, di estratto di mirtillo per la ritenzione idrica, di bioflavonoidi

lora. Ma la bellezza è affidata anche a un gesto semplice come bere spesso un bicchier acqua: un'adeguata idratazione è la base di tutto.»

Prevenzione e diagnosi precoce dei tumori femminili e del colon-retto

Lunga vita alle signore... e ai signori!

Da gennaio esteso il range d'età dello screening mammografico

Più la diagnosi di un tumore è precoce, migliori sono le possibilità di cura e guarigione. E' per questo che dal gennaio di quest'anno il programma di prevenzione e diagnosi precoce del tumore alla mammella promosso dal 1996 dalla regione Emilia Romagna e attuato attraverso i centri screening delle AUSL locali, che coinvolgeva le donne dai 50 ai 69 anni, è stato esteso dai 45 ai 74 anni, comprendendo così tutto il range d'età in cui il rischio di ammalarsi è più alto. Dal mese di maggio lo screening mammografico sarà attivato anche nei sette comuni dell'Alta Valmarecchia aggregati alla Provincia di Rimini. Salgono così a 62.000 le residenti nella nostra provincia interessate allo screening mammografico, promosso dal 1998 dall'AUSL di Rimini in collaborazione con i medici di famiglia e adesso allargato. Ogni anno, dai 45 ai 49 anni, e ogni due, dai 50 ai 74 anni, le aventi diritto riceveranno una lettera

che le invita a sottoporsi gratuitamente a una mammografia cioè a "un esame radiologico della mammella, che permette di individuare eventuali lesioni di piccole dimensioni, ancor prima che le si possa sentire al tatto", come spiega "Lunga vita alle signore!", la nuova campagna informativa del programma regionale. Programma che dal 1996 prevede anche uno screening per la prevenzione e diagnosi precoce dei tumori del collo dell'utero, rivolto alle donne dai 25 ai 64 anni, attraverso un pap-test, l'esame delle cellule della cervice uterina, in grado di individuare precocemente lesioni tumorali. 79.000 le donne interessate nella nostra provincia, che dal 1997 a cadenza triennale vengono invitate per lettera a sottoporsi all'accertamento. I due test di screening sono completamente gratuiti, così come gli approfondimenti diagnostici e terapeutici che si rendessero eventualmente necessari. Il terzo percorso regionale di pre-

venzione attivato dall'AUSL di Rimini è quello per la diagnosi precoce dei tumori al colon-retto, che interessa i residenti, sia donne che uomini, tra i 50 ed i 69 anni.

Ogni due anni gli interessati sono invitati a eseguire un test gratuito per la ricerca del sangue occulto nelle feci (FOBT), attraverso una lettera da presentare in farmacia per ricevere il kit per la raccolta dei campioni, che indica anche i punti di prelievo dove consegnarli. Aderire ai programmi di prevenzione è una sana, positiva abitudine.

Nella nostra regione la percentuale dei partecipanti ai programmi di screening, più alta della media nazionale, ha consentito negli anni una più che positiva ricaduta sul numero di tumori identificati in fase precoce.

Per info numero verde 800 033 033.

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

nelle Farmacie Comunali ...
assistenza e informazione

nelle Farmacie Comunali ...
prevenzione e servizi sanitari

nelle Farmacie Comunali ...
analisi semplici prezzi contenuti

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



Alliance Farmacie Comunali
AMFA S.p.A - Rimini

Farmacia Comunale N. 1 "San Francesco"
Via Michele Rosa 3 - Rimini
tel. 0541 24414
dalle 8,30 alle 12,30; dalle 15,30 alle 19,30.
Chiusura sabato e festivi

Farmacia Comunale N. 2
Via Covignano 154/G - Rimini
tel. 0541 771446
dalle 8,30 alle 12,30; dalle 15,30 alle 19,30. Chiusura sabato e festivi

Farmacia Comunale N. 3
Via Guadagnoli 46 - Rimini
tel. 0541 386240
dalle 8,30 alle 12,30; dalle 15,30 alle 19,30. Chiusura sabato e festivi

Farmacia Comunale N. 4
Via Marecchiese 135 - Rimini
tel. 0541 773614
dalle 8,30 alle 13,00; dalle 15,00 alle 19,30.
Chiusura sabato e festivi

Farmacia Comunale N. 5
Via Flaminia 48/A - Rimini
tel. 0541 382000
dalle 8,30 alle 12,30; dalle 15,30 alle 19,30.
Chiusura sabato e festivi

Farmacia Comunale N. 6
Via Euterpe 2/H - Rimini
tel. 0541 778606
Servizio non stop 12 ore
dalle 8,00 alle 20,00.
Escluso giovedì e festivi

Farmacia Comunale "San Biagio"
Via Saffi 64 - Misano Monte (Rimini)
tel. 0541 602016
dalle 9,00 alle 12,30; dalle 16,00 alle 19,30.
Il sabato dalle 9,00 alle 12,00
Chiusura sabato pomeriggio e festivi