



NUOVA PARAFARMACIA FRISONI

Omeopatia Misurazione pressione Erboristeria Autoanalisi del sangue

GONFIORE E PROBLEMI DI SOVRAPPESO?

SPESSE E' SOLO ACQUA O CATTIVE ABITUDINI ALIMENTARI

La linea DRENAX si avvale di complementi alimentari che sono in grado di favorire la riduzione dei liquidi in eccesso, responsabili di stati di gonfiore generali o localizzati e di tenere sotto controllo l'aumento eccessivo di peso. La linea DRENAX offre risposte alle più svariate esigenze anche nelle diverse modalità di somministrazione: liquido, bustine solubili, stick pack e compresse.



DRENAX FORTE SAZIA

È stato formulato per favorire il dimagrimento nei soggetti in sovrappeso ed obesi che mangiano male e/o troppo. Il prodotto contiene SAT-DX, un complesso di macromolecole polisaccaridiche di origine vegetale che, giunte nello stomaco, grazie all'elevato potere gelificante, si rigonfiano sino a 200 volte il loro peso, formando una massa voluminosa che riempie lo stomaco, riduce il senso di fame e contribuisce a ridurre i picchi glicemici. Assunto prima dei pasti contribuisce alla riduzione del peso in soggetti sovrappeso o obesi.



DRENAX FORTE MIRTILLO

È un complemento alimentare a base di succo di Aloe vera e di Mirtillo con Rutina ed estratti vegetali di Ortosifon, Betulla, Centella asiatica, Cardo mariano, Uva, Ribes nero, Carciofo, Tè verde, Curcuma e Lespedeza. L'Ortosifon e la Betulla sono utili per favorire un fisiologico effetto drenante e depurativo.



DRENAX FORTE GRASSI

È stato formulato per favorire il dimagrimento in soggetti in sovrappeso ed obesi che prediligono il consumo di alimenti ricchi in grassi. Grazie alla presenza di LIPO-DX, complesso a base di Macromolecole Poliglucosaminiche e Polisaccaridiche di origine vegetale, il prodotto riduce l'assorbimento dei grassi alimentari, diminuendo l'apporto calorico dei pasti, contribuendo alla riduzione del peso corporeo in soggetti sovrappeso o obesi.



Orvieto

Via A. Costanzi 59/b - Tel. 0763 316183
Numero interno 12

ORARIO CONTINUATO · APERTO ANCHE LA DOMENICA · Tutti i giorni dalle 9,00 alle 20,00



NATUROPATIA

RIFLESSOLOGIA E CRANIO-SACRALE SOMATO EMOZIONALE

La seconda tecnica che utilizzo opera invece direttamente sul corpo passando su determinati e specifici punti prestabiliti dallo stesso ideatore di questa tecnica. Egli ideò una serie di **tecniche Cranio Sacrali** che costituiscono il metodo di trattamento del movimento delle ossa del cranio, cioè il cosiddetto ritmo cranio sacrale. Una tecnica dall'approccio delicato e leggero. Questo nome deriva dalle ossa (il cranio e il sacro) che, insieme alla colonna vertebrale, circondano il Sistema Nervoso. L'encefalo e il midollo spinale sono ricoperti da tre membrane (dura madre, aracnoide, pia madre) tra le quali scorre il liquido cerebro-spinale. La produzione e l'assorbimento di tale liquido costituiscono quello che viene definito Ritmo cranio-sacrale, che è possibile valutare attraverso movimenti delicati.

La tecnica cranio-sacrale migliora globalmente lo stato di salute e rafforza la resistenza del corpo contro le malattie. L'operatore interviene sulle tensioni anomale per ripristinare la normale funzionalità delle parti del corpo affette da **sindrome dolorose o disfunzioni di varia natura, stress, dolori cervicali, dorsali, lombari, disfunzioni delle articolazioni temporo-mandibolari e molto altro**. Inoltre permette un profondo rilassamento, attraverso il quale è possibile liberare il corpo e la mente dagli effetti negativi di un trauma sia di natura fisica che emotiva. Tale tecnica è fondata sul presupposto che i tessuti gli organi e perfino le singole cellule abbiano la capacità di trattenere la memoria dei traumi subiti.

Quando accade che specifiche parti del corpo trattengono energia o ricordi di shock fisici o emotivi, si creano quelle che vengono definite "cisti di energia". Sebbene una persona sana sappia adeguarsi a tali accumuli energetici con il passare del tempo possono manifestarsi nel corpo disfunzioni o problemi.

Attraverso il tocco intenzionale e tecniche verbali e non, l'operatore contribuisce a liberare il corpo del cliente da tali traumi residui. Durante una seduta è possibile avvenimenti e situazioni vissute talvolta dimenticate arrivano alla consapevolezza per essere eliminate dalla memoria corporea.

La distensione emotiva e psichica che ne consegue attenua i problemi funzionali, creandole basi per l'instaurarsi di un atteggiamento sereno e fiducioso verso il presente. E' quindi anche una tecnica per conoscersi e migliorarsi, prender coscienza del proprio vissuto dando l'avvio ad una modifica sostanziale dell'impostazione della propria esistenza.

L'unione di queste tecniche mi permette di affrontare diverse patologie, eliminazione delle tossine e il ripristino della corretta funzionalità corporea. Un modo di ascoltare e dare voce al corpo per prendersi cura di se e alleviare dolori fisici o disagi emotivi rispettando le esigenze del nostro essere.



Potete inviare a info@ilvicino.it le vostre domande
LA NATUROPATA Maria Angela Santini RISPONDERÀ

Maria Angela Santini, Studio di Naturopatia
Riceve per appuntamento dal lunedì al sabato anche a domicilio via Monte Rosa 33, Orvieto Scalo (TR)
Tel. 338 6673565



PSICOLOGIA

37
INFO SALUTE

LA NASCITA DI UNA MAMMA

Abbracciando Elisa

La maternità racchiude in una sola immagine il mistero dell'universo, della vita che genera se stessa. La gravidanza è un evento di fondamentale importanza nella vita di una donna e di una coppia influenzato da fattori fisiologici, sociali ed economici e con connotazioni psicologiche le più diverse, complesse e uniche nell'individualità della persona.

Diventare genitori è un momento unico nella vita di una coppia, e se anche la maternità e la paternità sono solitamente associate a sentimenti positivi, bisogna considerare come questo sia anche un momento di crisi e di grossi cambiamenti a livello individuale, relazionale e sociale. Rispetto al passato, oggi la procreazione è spesso frutto di una scelta consapevole che carica i genitori di aspettative e responsabilità verso le quali possono non trovarsi preparati e molto spesso la nascita di un figlio induce al confronto con una realtà che si era immaginata completamente diversa. Questa nuova e straordinaria avventura ha inizio fin dal concepimento di una nuova vita e porta con sé gioia, felicità, ed anche un complesso lavoro di adattamento psicologico, di stanchezza dovuta all'accudimento del bambino con il rischio di rendere la madre emotivamente fragile. Il legame di attaccamento madre-bambino si sviluppa nei 9 mesi di gravidanza per poi fortificarsi e proseguire dal momento del parto in poi. In ogni coppia madre-bambino la comunicazione si svilupperà in modi diversi; essa è infatti strettamente dipendente dall'atteggiamento che la donna nutre nei confronti della maternità, dal rapporto avuto con la propria madre, oltre che dalle caratteristiche personali del bambino. La gravidanza è il momento della vita in cui mamma e figlio sono più vicini, in stretta simbiosi: è questo il momento in cui nasce un rapporto d'amore che durerà tutta la vita, un'attesa vissuta con gioia e serenità che diventa il terreno più favorevole allo sviluppo di un legame affettivo equilibrato. La gravidanza è la "storia di due corpi: un corpo contenente visibile ed un corpo invisibile in esso contenuto" che mette la donna a confronto con la propria capacità di percepirsi come un contenitore solido e in grado di accogliere il bambino al suo interno. Essere madre è un impegno ogni giorno e per sempre, che spaventa perché la paura è parte di noi tutti, ma che allo stesso tempo arricchisce del bene fondamentale, l'amore primario e permette alla donna di abbandonare il suo ruolo di figlia per nascere come madre.

Inviare a info@ilvicino.it le vostre domande la dott.ssa Paola Simoncini vi risponderà.

Dott.ssa Paola Simoncini - Psicologa, Psicoterapeuta
Riceve presso il suo studio di Orvieto su appuntamento
Tel. 339 6424329 Il primo colloquio è gratuito

STUDIO DENTISTICO

Dott. MAURIZIO GIARDINI

- **Protesi | Chirurgia**
dott. Maurizio Giardini
- **Conservativa | Endodonzia**
dott. Federico Ubaldi
- **Ortodonzia infantile e per adulti**
- **Invisalign**
dott.ssa Federica Paoncelli
- **Igiene Dentale**
dott.ssa Gianna Antonelli

CARIE €50
IGIENE DENTALE €40
SBIANCAMENTO DENTALE €100

PAGAMENTI PERSONALIZZATI A TASSO ZERO
CONVENZIONATO • Cassa Edile • Previmedical • Prontocare • Unisalute • Caspie

PER APPUNTAMENTI TEL. 0763 628996
PER URGENZE 347 7725335 • 348 5419301

APERTO TUTTI I GIORNI COMPRESO IL SABATO DALLE 09,00 ALLE 20,00

Largo Michelangelo Buonarroti, 5 Alleroni Scalo 05010 (TR)



POLIAMBULATORIO

- **Dermatologia | Veneorologia**
dott. Pierluigi Bruni
- **Fisioterapista**
dott.ssa Emanuela Pietrini
- **Medicina di base**
dott.ssa Paola Alesse
- **Nutrizionista**
dott.ssa Azzurra Fini
- **Ortopedia**
dott. Federico Sacchetti
- **Oculistica**
dott.ssa Francesca Riccitelli
- **Medicina estetica**
dott.ssa Micaela Giovannetti

PER APPUNTAMENTI TEL. 0763 628996

Largo Michelangelo Buonarroti, 5 Alleroni Scalo 05010 (TR)

La **ritenzione idrica** è un problema che **colpisce principalmente le donne** e molto raramente gli uomini: una donna su due risulta infatti colpita sia da ritenzione idrica che da cellulite. Anche gli **atleti** non sono completamente immuni da questo problema: infatti chi fa sport a livello agonistico presenta spesso elevate quantità di **aldosterone** (un ormone correlato allo stress) che promuove il richiamo di acqua e ne inibisce la sua eliminazione.

L'acqua all'interno del nostro corpo è divisa in due compartimenti principali: **acqua intracellulare** (cioè quella presente all'interno delle cellule) e **acqua extracellulare** (quella che si trova negli spazi tra le cellule). È proprio quest'ultima che può causare il problema: l'organismo infatti tende a trattenere grandi quantità di quest'acqua nelle zone ricche di **tessuto adiposo** creando l'effetto detto "a buccia d'arancia". Alla base dell'inestetismo vi è un cattivo funzionamento del microcircolo, cioè dei vasi sanguigni e linfatici che si trovano subito sotto la cute.

Vi sono diversi tipi di ritenzione idrica: **ritenzione idrica primaria** che è la ritenzione idrica propriamente detta, causata da un cattivo funzionamento del microcircolo, **ritenzione idrica secondaria**, che è la ritenzione idrica associata ad altre patologie soprattutto arteriose o linfatiche: ipertensione, linfoedema, insufficienza renale e **ritenzione idrica alimentare** che è causata dalla cattiva alimentazione soprattutto da eccessive quantità di sodio nella dieta. Anche altre abitudini scorrette possono influire negativamente: inadeguate quantità di frutta e verdura, consumo eccessivo di cibi già pronti, snack, sedentarietà, inattività fisica.

La ritenzione idrica è causata da un **difetto nella circolazione a livello cutaneo**: questo comporta un accumulo eccessivo di fluidi all'esterno delle cellule. Negli individui sani, le cause della ritenzione idrica sono riconducibili ad uno stile di vita poco sano.

LA RINTENZIONE IDRICA

COSA FARE IN CASO DI RINTENZIONE IDRICA?

alimentazione

Se scorretta è probabilmente una delle principali cause. La prima cosa da fare è sicuramente diminuire la quantità di sale nella dieta: stop quin-



di a cibi salati come insaccati, affettati, formaggi stagionati, snacks, cibi pronti. Anche gli alimenti raffinati andrebbero ridotti o eliminati: crackers, biscotti, merendine.

attività fisica

Il movimento stimola la circolazione, mentre la sedentarietà favorisce il ristagno dei liquidi soprattutto negli arti inferiori. Le attività migliori sono l'acquagym, la bicicletta, il nuoto. Per chi non ha il tempo o la voglia di segnarsi in palestra basta una passeggiata veloce per 20-40 minuti tutti i giorni. Anche camminare in acqua apporta notevoli benefici.

fumo e alcol

Sono entrambi fattori che peggiorano il ristagno dei liquidi. Se proprio non si riesce a smettere di fumare, sarebbe opportuno almeno ridurre le quantità. I superalcolici, al contrario, andrebbero evitati.

abbigliamento

Tacchi troppo alti e abiti troppo

stretti ostacolano una buona circolazione: non occorre andare indossare solo scarpe da ginnastica e tute, ma trovare un buon compromesso per evitare di amplificare il problema.

a Tavola

La prima regola è sicuramente quella di bere adeguate quantità di acqua: essa infatti favorisce la depurazione dell'organismo. Bisognerebbe bere almeno un litro e mezzo di acqua al giorno, anche aiutandosi con tisane, spremute di arancia e occasionalmente succhi di frutta ovviamente non zuccherati (tè verde, succo di pompelmo, succo di ananas, succo di mirtillo). Consumare alimenti ricchi in fibre come legumi, cereali integrali, frutta e verdura. Tra que-

Dott.ssa Azzurra Fini
Biologa Nutrizionista

Riceve su appuntamento presso:
Centro Estetico Eden
Via Cupa 58, Castel Giorgio
Ambulatorio Medico
Via G. Marconi 5, Porano
Ambulatorio Medico
L.go Buonarroti 5, Alleroni Scalo
Artestetica di Bordo Sara
Via G. Marconi 34, Baschi (TR)
Ambulatorio Medico
Via Salvatore Quasimodo 13, Fabro Scalo
Ambulatorio Medico
Via della Costituente, Orvieto

Tel. 328 8633173
azzurra_fini@hotmail.it

sti i più consigliati sono quelli ricchi in Vitamina C (proteggono le pareti dei capillari): agrumi, ananas, pomodori e peperoni. Tra le carni scegliere quelle bianche senza dimenticare di consumare almeno 2-3 volte a settimana il pesce. Poiché il magnesio aiuta l'organismo ad eliminare il sodio in eccesso, tra gli alimenti consigliati non vanno dimenticati: frutta secca, verdura a foglia verde e yogurt.

SERVIZI OFFERTI

- Piani alimentari per infanzia, senilità gravidanza e allattamento
- Piani alimentari per condizioni fisiopatologiche accertate (ipertensione, dislipidemie, ecc.)
- Piani alimentari con esclusione degli alimenti non tollerati
- Piani alimentari dimagranti
- Piani alimentari per vegetariani
- Attività di consulenza alimentare per palestre, centri fitness ed estetici
- Corsi di educazione alimentare
- Progetti di educazione alimentare



CI STAI A CUORE ISCRIVITI AD AMICI DEL CUORE

- **PER ESSERE INFORMATO** SULLE NOSTRE ATTIVITÀ
- **PER SOSTENERE** I NOSTRI PROGETTI
- **PER USUFRUIRE** DELLA CONVENZIONE CON **ABBADIA MEDICA** STUDIO MEDICO POLISPECIALISTICO

PUOI ISCRIVERTI PRESSO I NOSTRI PUNTI AMICI:

- **NEGOZIO FIORI E PIANTE "BLUE ROSES"** piazza Ippolito Scalza, 8/A Orvieto, Tel. 0763 344020
- **EDICOLA DI POLLEGIONI SILVIA** Corso Cavour, 304 Orvieto, Tel. 0763 340568
- **ABBADIA MEDICA STUDIO MEDICO POLISPECIALISTICO** Strada dell'Arcone, 13Q Orvieto, Tel. 0763 301592

OPPURE PUOI EFFETTUARE UN VERSAMENTO SU:

- **C/C postale n. 10162055** intestato a: Associazione Amici del Cuore
 - **C/C bancario n. 01137014** della Cassa di Risparmio di Orvieto intestato a: Associazione Amici del Cuore
- PER INFORMAZIONI: 0763 374337 - 337 472585 - 333 5703075**

OPPURE SOSTIENI IL NOSTRO IMPEGNO

- Tramite una libera donazione
- Versando il 5 x mille. Basta firmare l'apposito riquadro della dichiarazione dei redditi indicando il codice fiscale della nostra Associazione: **C.F. 00633020557**

A TUTTO CUORE

DONA IL TUO 5 x 1000 agli Amici del Cuore di Orvieto



Aiutateci nella lotta contro l'arresto cardiaco.
Avete già fatto tanto.
Grazie al vostro aiuto,
potremmo fare ancora di più.

Per donare il 5 x 1000 agli Amici del Cuore di Orvieto basta una firma nell'apposito riquadro della denuncia dei redditi, riportando il codice fiscale della nostra Associazione:

C.F. 00633020557

VERSO UN CUORE PIÙ SANO



ABBADIA MEDICA
Str. dell'Arcone, 13Q - 05018 ORVIETO (TR)
tel. 0763 301592 - fax 0763 214433 - cell. 328 5885966
abbadiamedica@alice.it P.IVA. 11379311001

**ASSOCIAZIONE
AMICI DEL CUORE
DI ORVIETO**

cittàcardioprotetta

Corso Cavour 338 - 05018 Orvieto (TR)
tel. 0763 301592 - info@cittacardioprotetta.it
www.cittacardioprotetta.it



CONVENZIONE TRA AMICI DEL CUORE E ABBADIA MEDICA

ANGIOLOGIA

- Visita specialistica
- Ecocolordoppler tronchi sovra aortici
- Ecocolordoppler aorta addominale
- Ecocolordoppler arterioso e venoso arti inferiori

CARDIOLOGIA

- Visita specialistica con elettrocardiogramma
- Elettrocardiogramma
- Elettrocardiogramma da sforzo
- Ecocolordoppler cardiaco
- ECG dinamico secondo Holter 24 ore
- ECG dinamico secondo Holter settimana
- Controllo della terapia anticoagulante

CENTRO DIAGNOSTICA ECODOPPLER

- Ecocolordoppler dei vasi

arteriosi e venosi del collo, dell'addome, degli arti superiori ed inferiori

- Ecodoppler per lo studio del varicocele

CENTRO DIAGNOSTICA ECOGRAFICA

- Ecografia muscolo-tendinea e delle parti molli
- Ecografia tiroidea
- Ecografia mammaria
- Ecografia addominale completa
- Infiltrazioni articolari ecoguidate
- Ecografia epatobiliare e pancreatica
- Ecografia renale e vescicale
- Ecografia della pelvi (maschile per vescica e prostata e femminile per vescica utero ed ovaie)
- **Ecografia anca neonatale**

DIABETOLOGIA

- Visita specialistica

FISIOCHINESITERAPIA

- Elettroanalgesia - Magnetoterapia - Laserterapia - Ultrasuoni - Ionoforesi Tecar
- Frensi Lorenz Therapy - Energia vibratoria
- Massoterapia - Massaggi integrati
- Neurotaping e bendaggio funzionale
- Riabilitazione neurologica
- Rieducazione nella incontinenza urinaria
- Preparazione ad interventi di chirurgia protesica
- Rieducazione post-traumatica e post-operatoria
- Rieducazione motoria e funzionale
- Ginnastica posturale individuale e collettiva
- Rieducazione posturale

metodo Mezieres

- Rieducazione posturale metodo raggi-pancafit

NEFROLOGIA

- Visita specialistica

NEUROLOGIA

- Visita specialistica

OCULISTICA

- Fondo dell'occhio

ABBADIA MEDICA

PER INFORMAZIONI:

ABBADIA MEDICA
Poliambulatorio Medico Specialistico
Direttore Sanitario:
dott. Giampiero Giordano
Strada dell'Arcone 13 Q
05018 Orvieto (TR)
tel. 0763 301592
cell 328 5885966
abbadiamedica@alice.it

A TUTTO CUORE

DONA IL TUO 5 x 1000 agli Amici del Cuore di Orvieto



Aiutateci nella lotta contro l'arresto cardiaco.
Avete già fatto tanto.
Grazie al vostro aiuto,
potremmo fare ancora di più.

Per donare il 5 x 1000 agli Amici del Cuore di Orvieto basta una firma nell'apposito riquadro della denuncia dei redditi, riportando il codice fiscale della nostra Associazione:

C.F. 00633020557

VERSO UN CUORE PIÙ SANO



ABBADIA MEDICA
Str. dell'Arcone, 13Q - 05018 ORVIETO (TR)
tel. 0763 301592 - fax 0763 214433 - cell. 328 5885966
abbadiamedica@alice.it P.IVA. 11379311001

**ASSOCIAZIONE
AMICI DEL CUORE
DI ORVIETO**

cittàcardioprotetta

Corso Cavour 338 - 05018 Orvieto (TR)
tel. 0763 301592 - info@cittacardioprotetta.it
www.cittacardioprotetta.it

ABBADIA MEDICA

POLIAMBULATORIO MEDICO SPECIALISTICO
DIRETTORE SANITARIO DOTT. GIAMPIERO GIORDANO

ATTIVITÀ SPECIALISTICHE E DIAGNOSTICHE

ALLERGOLOGIA

- Visita allergologica
- Prick test
- Diagnosi e trattamento di allergie respiratorie (oculorinite ed asma bronchiale)
- Diagnosi e trattamento di allergie alimentari
- Sindrome orticaria
- Angioedema
- Dermatiti allergiche

ANGIOLOGIA

- Visita specialistica
- Ecocolordoppler tronchi sovraortici
- Ecocolordoppler aorta addominale
- Ecocolordoppler arterioso e venoso arti inferiori
- Visita flebologica con eco-color doppler degli arti inferiori
- Valutazioni delle procedure di prevenzione e terapeutiche
- Visita proctologica con anosopia per patologia emorroidaria
- Valutazione del grado della patologia emorroidaria
- Valutazioni delle procedure di prevenzione e terapeutiche

CARDIOLOGIA

- Visita specialistica con elettrocardiogramma
- Elettrocardiogramma
- Elettrocardiogramma da sforzo
- Ecocolordoppler cardiaco
- ECG dinamico secondo Holter 24 ore
- ECG dinamico secondo Holter settimana
- Controllo della terapia anticoagulante

CHINESIOLOGIA

- Valutazione chinesiológica e trattamento

CHIRURGIA GENERALE

- Visita specialistica

CHIRURGIA DELLA COLONNA VERTEBRALE

- Visita specialistica

CHIRURGIA DELLA SPALLA

- Visita specialistica

CHIRURGIA DELLA ANCA

- Visita specialistica

CHIRURGIA DEL GINOCCHIO

- Visita specialistica

CHIRURGIA

DEL PIEDE E DELLA CAVIGLIA

- Visita specialistica

CENTRO DIAGNOSTICA ECODOPPLER

- Ecocolordoppler dei vasi arteriosi e venosi del collo, dell'addome, degli arti superiori ed inferiori

CENTRO DIAGNOSTICA ECOGRAFICA

- Ecografia muscolo-tendinea e delle parti molli
- Ecografia tiroidea
- Ecografia mammaria
- Ecografia addominale completa
- Ecografia epatobiliare e pancreatica
- Ecografia renale e vescicale
- Ecografia della pelvi (maschile per vescica e prostata e femminile per vescica utero ed ovaie)
- Ecografia anca neonatale

CENTRO DI DIAGNOSI E CURA DEL DOLORE OSTEOARTICOLARE E MUSCOLOSCHIELETRICO

- Terapia medica antalgica
- Mesoterapia antalgica
- Agopuntura di sintesi funzionale antalgica
- Carbositerapia antalgica
- Terapie infiltrative articolari anche ecoguidate

DERMATOLOGIA e TRICOLOGIA

- Clinica dermatologica e dermatologia chirurgica

DIABETOLOGIA e ENDOCRINOLOGIA

- Visita specialistica

DIETOLOGIA CLINICA

- Diete personalizzate

FISIATRIA

- Visita specialistica

FISIOCHINESITERAPIA

- Elettroanalgesia
- Magnetoterapia
- Laserterapia
- Ultrasuoni
- Ionoforesi
- Tecar
- Frensi Lorenz
- Therapy

Energia vibratoria

- Massoterapia
- Neurotaping e bendaggio funzionale
- Preparazione ad interventi di chirurgia protesica
- Riabilitazione neurologica
- Rieducazione nella incontinenza urinaria
- Rieducazione post-traumatica e post-operatoria
- Rieducazione motoria e funzionale
- Ginnastica posturale individuale e collettiva
- Rieducazione posturale metodo Mezieres
- Rieducazione posturale metodo raggi-pancaft
- Rieducazione in acqua

GASTROENTEROLOGIA

- Visita specialistica

GERIATRIA

- Visita specialistica

MEDICINA DELLO SPORT

- Certificazione per idoneità sport agonistico

MEDICINA INTERNA

- Visita specialistica

MEDICINA LEGALE e DEL LAVORO

- Visita specialistica

MEDICINA ESTETICA

- Biorivitalizzazione
- Biostimolazione
- Carbositerapia
- Cavitazione
- Linfodrenaggio
- Mesoterapia omtossicologia
- Radiofrequenza

NEFROLOGIA

- Visita specialistica

NEUROCHIRURGIA

- Visita specialistica

NEUROFISIOLOGIA

- Elettroencefalografia
- Elettromiografia

NEUROLOGIA

- Visita specialistica

OCULISTICA

- Visita specialistica con tonometria e fundus oculi
- Visita specialistica per chirurgia della cataratta, del glaucoma, degli annessi e della retina
- Consulenza per laser terapia Argon e YAG per la patologia della retina, del glaucoma e della cataratta, per esami diagnostici strumentali per la patologia del glaucoma e della retina (GLAID, campo visivo computerizzato, OCT, ecografia oculare, ecc.), per l'eliminazione di miopia, astigmatismo ed ipermetropia

ORTOPEDIA

- Visita specialistica

OSTEOPATIA

- Valutazione e trattamenti di terapia manuale

OSTEOPOROSI

- Mineralometria Ossea Computerizzata (MOC) con tecnica DEXA (Dual X-ray Absorptiometry)
- Visita specialistica

OSTETRICIA E GINECOLOGIA

- Visita specialistica
- Pap test
- Colposcopia
- Visita senologica con ecografia mammaria
- Ecografia ginecologica: Ecocolordoppler - Isterosonoscopia
- Ecografia ostetrica: Ecografia morfologica - Ecografia 3D, 4D, 5D - Flussimetria
- Diagnosi prenatale: Amniocentesi - Screening biochimico anomalie cromosomiche fetali - Cardiotocografia
- Sterilità: Ecomonitoraggio dell'ovulazione

OTORINOLARINGOIATRIA

- Visita specialistica
- Esame audiometrico ed impedenziometrico
- Consulenza per chirurgia del naso, per chirurgia faringolaringea, per chirurgia dell'orecchio e per chirurgia del collo, per chirurgia oncologica ORL
- Diagnosi e terapia vertigine, sordità e acufeni

PNEUMOLOGIA

- Visita specialistica con spirometria semplice
- Spirometria con test di broncodilatazione

Test del cammino (6 MWT)

- Diagnosi e terapia della interstiziopatia polmonare

PODOLOGIA

- Trattamento di unghie ipertrofiche, micotiche, deformate, di lesioni periungueali e verruche plantari e digitali, di ipercheratosi cutanee, cheratosi, discheratosi e lesioni conseguenti, e ulcerazioni trofiche
- Rieducazione ungueale
- Prevenzione e cura del piede piatto infantile, del piede doloroso e artrosico, del piede diabetico
- Ortesi digitali in silicone per dita a martello e alluce valgo
- Valutazione dei carichi plantari ed eventuale indicazione per plantari

POSTUROLOGIA

- Valutazione specialistica

PSICHIATRIA

- Visita specialistica
- Disturbi della sessualità
- Psicoterapia individuale e di coppia

PSICOLOGIA

- Consulenza specialistica

SCIENZE DELLA ALIMENTAZIONE E NUTRIZIONE UMANA

- Consulenza specialistica
- Diete per patologie

UROLOGIA

- Visita specialistica
- Ecografia renale e vescicale
- Ecografia vescico prostatica sovrapubica e transrettale
- Uroflussimetria

MOC (Mineralometria Ossea Computerizzata con tecnica DEXA (Dual X-ray Absorptiometry)

RISONANZA MAGNETICA ARTICOLARE per studio piede, caviglia, ginocchio, mano, polso e gomito.

PALESTRA PER GINNASTICA POSTURALE COLLETTIVA, YOGA, PILATES, PILATES IN GRAVIDANZA, MEDITAZIONE

A DOMICILIO consulenze cliniche e strumentali, prestazioni massofisioterapiche, servizi infermieristici

Aggiornamento aprile 2015



Strada dell'Arcone 13Q - 05018 ORVIETO (TR)
Tel +39 0763 301592 - Fax +39 0763 214433
Cell 328 5885966 - E-mail: abbadiamedica@alice.it
www.abbadiamedica.it

PALESTRA MEDICA

- GINNASTICA POSTURALE INDIVIDUALE E COLLETTIVA
- RIEDUCAZIONE POSTURALE METODO MEZIERES
- RIEDUCAZIONE POSTURALE METODO RAGGI-PANCAFT
- CORSI DI RIABILITAZIONE MUSCOLARE DEL PRIMITIVO PELVICO
- PROGRAMMA DI PREVENZIONE CADUTE DEL RANZANO
- PILATES
- PILATES IN GRAVIDANZA
- YOGA



ABBADIA MEDICA sportsofus

PODOLOGIA

- Trattamento di unghie ipertrofiche, micotiche, deformate, di lesioni periungueali e verruche plantari e digitali, di ipercheratosi cutanee, cheratosi, discheratosi e lesioni conseguenti, e ulcerazioni trofiche.
- Rieducazione ungueale. Prevenzione e cura del piede piatto infantile, del piede doloroso e artrosico, del piede diabetico. Ortesi digitali in silicone per dita a martello e alluce valgo. Valutazione dei carichi plantari ed eventuale indicazione per plantari.



Dott.ssa Feliciano Gabrielli Podologa

CENTRO DIAGNOSTICA ECOGRAFICA

- Ecografia muscolo-tendinea e delle parti molli
- Ecografia tiroidea
- Ecografia mammaria
- Ecografia addominale completa
- Ecografia epatobiliare e pancreatica
- Ecografia renale e vescicale
- Ecografia della pelvi (maschile per vescica e prostata e femminile per vescica utero ed ovaie)
- Ecografia anca neonatale



VISITA IL SITO

www.abbadiamedica.it

Cefalee del bambino.

In Italia, secondo recenti statistiche, il mal di testa è il disturbo più frequente in età pediatrica e colpisce con emicrania e cefalea muscolo-tensiva circa il 30% dei bambini in età scolare (6-10 anni) e il 14% degli adolescenti dopo la pubertà (12-17 anni); nei casi più gravi questi episodi minano le capaci-

LE CEFALIE MUSCOLO-TENSIVE

Le cefalee muscolo-tensive rappresentano la forma di mal di testa più diffusa tra i bambini, ma con caratteristiche diverse rispetto all'età adulta: la durata degli attacchi è più breve e

gnato da un battito forte alle tempie, da una ipersensibilità alla luce ed ai rumori. Le immagini in movimento possono accentuare il fastidio. In alcuni casi l'emicrania può essere preceduta dall'aura: una serie di fastidi visivi (scintillii, macchie, flash) o fisici (sentire una mano o un braccio formicolante), difficoltà di movimento, difficoltà a parlare, nausea, precedono l'attacco. Gli attacchi di emicrania nei bambini sono meno lunghi che negli adulti e possono durare da due ore a due giorni. Spesso sono accompagnati da nausea, vomito, diarrea.

Le cause dell'emicrania non sono ancora del tutto chiare. È certo però che gli attacchi possono essere scatenati da alcuni fattori e nel caso dei bambini quelli più comuni sono:

- **lo stress:** causato da difficoltà scolastiche o familiari;
- **la fame:** il digiuno o una introduzione alimentare insufficiente può causare il mal di testa;
- **la dieta:** alcuni alimenti (ad esempio il cioccolato e alcuni formaggi) possono provocare l'emicrania;
- **un'attività fisica troppo intensa:** lo sforzo fisico può innescare il dolore;
- **la mancanza di sonno:** dormire poco o avere dei ritmi non adatti a un bambino può essere un fattore di rischio;
- **i fattori ambientali:** odori, rumori o luci troppo forti, inquinamento, cambiamenti climatici e meteorologici.

EMICRANIA ADDOMINALE

Esiste anche una forma di mal di testa caratteristica dei bambini; in inglese è chiamata abdominal migraine (letteralmente "emicrania addominale"); è piuttosto frequente ed è caratterizzata da vomito ciclico, nausea e dolori di addominali.

Il mal di testa influisce molto sulla qualità di vita dei bambini che ne soffrono; limita le loro possibilità di giocare e divertirsi, influenza molto il loro rendimento scolastico e può anche

limitarne la vita sociale.

Per questo motivo è importante non sottovalutare il problema quando si presenta, rivolgersi con serenità al medico non appena compaiono i primi sintomi e capire qual è la causa del dolore per trovare la cura più idonea.

TRATTAMENTO

Come per gli adulti, il primo sistema per curare la cefalea dei piccoli è correggere e limitare i fattori di rischio. Bisogna prestare attenzione all'alimentazione, rispettare degli orari precisi per il sonno (e dormire almeno otto ore per notte), evitare sforzi prolungati e situazioni stressanti.

I farmaci sono generalmente sconsigliati per i bambini e vengono prescritti solo nei casi più gravi.

I rimedi naturali sono molto efficaci nella cura e nella prevenzione del mal di testa nei bambini, in particolare lo shiatsu riesce a stabilire un contatto al quale il bambino può affidarsi abbandonando le proprie tensioni muscolari ed emotive, riarmonizzando la postura e riequilibrando il sistema nervoso vegetativo.



Per ulteriori informazioni
Claudia Micocci
338/4048511

Operatore Shiatsu Prater
Metodo Palombini
Sistema Namikoshi
Insegnante A.I.M.I. Associazione
Massaggio Infantile
Si riceve per appuntamento
presso gli studi di
Orvieto (TR)
Castiglione in Teverina (VT)
Viterbo (VT)

tà del soggetto sia in ambito scolastico che in quello sociale. La cefalea è molto frequente anche fra i più piccoli, ma nella fascia di età al di sotto dei sei anni è più difficile da classificare, in quanti spesso i bambini non sanno esprimere con precisione il tipo di dolore che provano e di conseguenza non sempre è facile per i genitori capire che si tratta di mal di testa.

Fino alla pubertà il mal di testa colpisce maschi e femmine allo stesso modo. Dai dodici-tredici anni in poi, invece, colpisce molto più spesso le ragazze, a causa dei cambiamenti ormonali che iniziano con lo sviluppo.

I bambini possono soffrire di mal di testa **cronici** (cefalee primarie, tra cui le più diffuse sono la cefalea muscolo-tensiva e l'emicrania) o **acuti** (cefalee secondarie); in queste ultime, il mal di testa è occasionale ed è il sintomo di un altro disturbo primario; esse possono, infatti, derivare da:

- **infezioni:** nel caso, per esempio, dell'influenza, della sinusite (infiammazione dei seni paranasali);
- **traumi:** dovuti a cadute o piccoli infortuni alla testa;
- problemi a **denti e mandibole;**
- problemi agli **occhi**, per esempio una miopia.

Le cefalee più frequentemente accusate dai bambini e dagli adolescenti sono la cefalea muscolo-tensiva e l'emicrania.

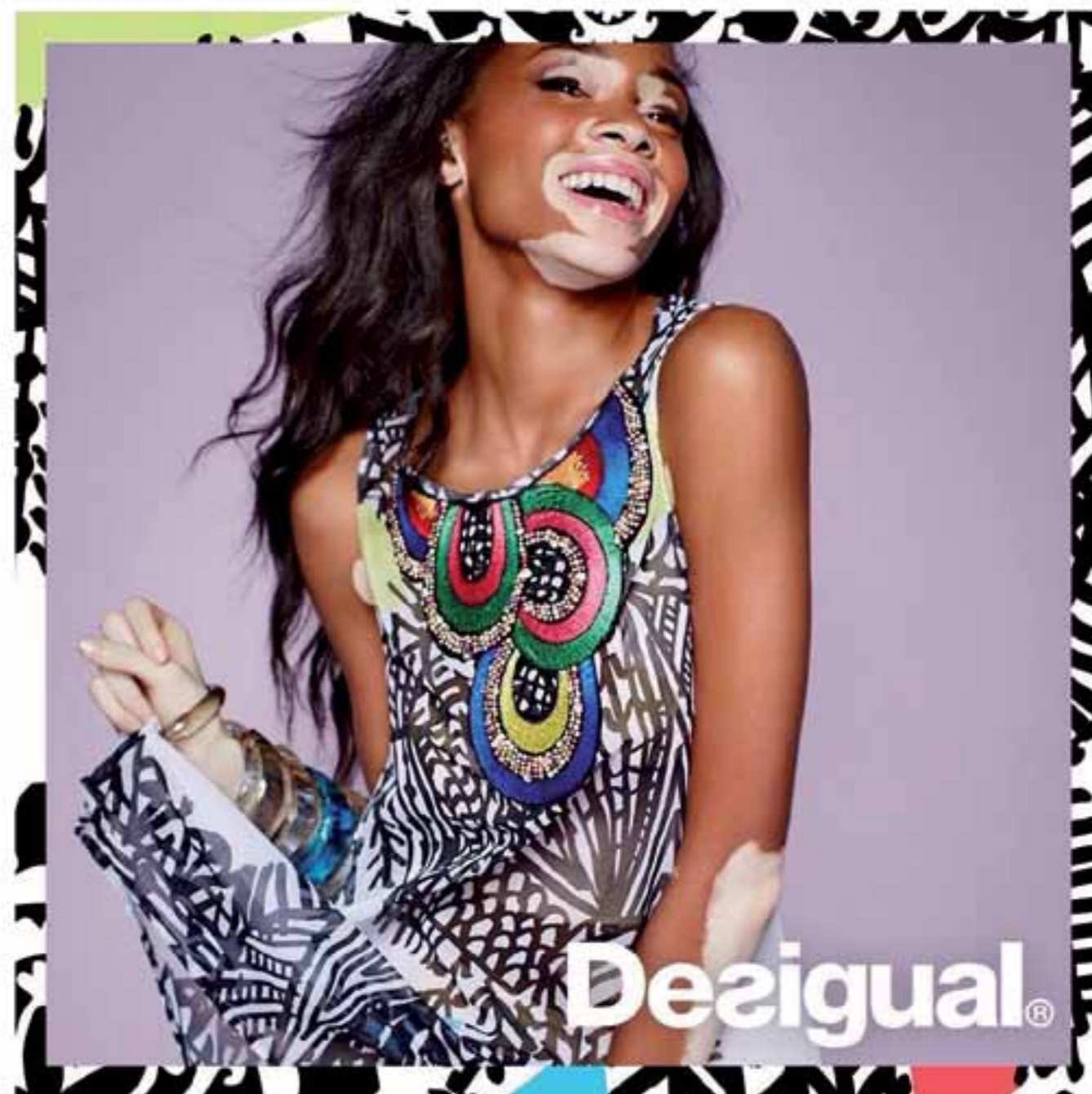
la contrazione muscolare meno frequente; intensi attacchi di emicrania possono sovrapporsi a crisi di cefalea tensiva quotidiana nel 35-40% dei bambini.

La cefalea muscolo-tensiva è causata dalla contrazione dei muscoli del collo, delle spalle e del volto; il dolore interessa entrambi i lati della testa, è continuo e non pulsante. Generalmente non è molto forte, ma è fastidioso e persistente. Un attacco di cefalea tensiva può durare da mezz'ora a più giorni. La luce e i rumori possono accentuare la crisi dolorosa.

Fino ad oggi non sono state individuate le cause della cefalea muscolo-tensiva nei bambini, ma la contrazione dei muscoli può essere dovuta a posizioni errate del corpo, per esempio durante lo studio, o durante i giochi, a masticazione scorretta, oppure a stati di tensione nervosa e di ansia dovuti a difficoltà scolastiche, familiari, sociali; frequentemente, infatti, le crisi si manifestano quando il bambino è sottoposto ad eventi stressanti, come ad esempio la frequenza scolastica (specialmente il rientro dopo le vacanze) o la nascita di un fratellino.

L'EMICRANIA

L'emicrania colpisce circa il 5-10% dei bambini che soffrono di mal di testa. **Il sintomo primario dell'emicrania è un forte dolore alla testa, localizzato in uno dei due lati dell'encefalo, accompa-**



NUOVA COLLEZIONE
PRIMAVERA/ESTATE 2015



bus-stop

VIA PO - 19
SFERRACAVALLO

SEGUICI SU

Nuova club up!
Qualità Volkswagen, stile esclusivo.



www.volkswagen.it

Di serie con:

- Cerchi in lega
- Finiture cromate di design
- Dashpad colorato
- Cambio, volante, freno a mano in pelle
- Eleganti interni in stile "Tartan"

Anche a metano.

Gamma up! tua da 8.900 euro.



Das Auto.

autover s.r.l.

VENDITA - ASSISTENZA

Via dei Vasari, 2 - Orvieto (TR) - Tel. e Fax 0763.316244
 info@autoverorvieto.it

Prezzo riferito a take up! 44 kW/60 CV 3 porte da € 8.900 (IPT escl.). Listino € 10.950 (IPT escl.) meno € 2.050 (IVA incl.) grazie anche al contributo delle Ciesc Volkswagen, a fronte del ritiro, in permuta o rottamazione, di un veicolo di proprietà di almeno un anno. Escluso contributo Pneumatici Fuori Uso (PFFU) ex DM n.82/2011. Offerta valida fino al 31/03/2015. La vettura raffigurata è puramente indicativa.

Valori massimi di up!: consumo di carburante ciclo comb. 4,7 l/100 km - CO₂ 109 g/km...



Agenzia Immobiliare dal 1972

IMMOBILIARE TIRSENA

Garanzia di serietà e competenza

GESTIONE AFFITTI

Il moderno sistema gestionale "SweetHome" ti permette di affittare rapidamente ogni tipologia di immobile in maniera professionale ed innovativa



ORVIETO: A Corbara, casale recentemente ristrutturato composto di due appartamenti con ingresso indipendente per una superficie complessiva di circa Mq.250. Il Piano Terra è composto da ampio soggiorno con camino, cucina, sue stanze da letto (matrimoniale e doppia) e due bagni. Il Piano Primo è composto da soggiorno con camino, ampia cucina, due stanze da letto (matrimoniale e doppia) e due bagni. Gli appartamenti sono completamente arredati e dotati di ogni comfort. Il casale è circondato da un giardino con piscina. Panoramicissimo con vista sulla rupe di Orvieto.

COD. CS 196



ORVIETO: A Corbara, piccolo casale di Mq.120 circa con portico ed antico forno. È composto da soggiorno con camino-cucina, due stanze da letto e due bagni. Completamente arredato e dotato di ogni comfort. Giardino recintato e piscina di uso condominiale. Posto in posizione appartata gode di un bellissimo panorama con vista sulle colline e sulla rupe di Orvieto.

COD. CS 199

PORANO: affittasi casa indipendente con duplice ingresso di Mq.90 circa con annesso locale taverna - garage al Piano Terra. E' composta ingresso, cucina con camino, soggiorno, due stanze da letto, bagno con antibagno e ripostiglio. Terrazzo. Soffitta. Grotta. Giardino Mq.200 circa. Arredata. Panoramica.

Cod. AP. 231

BASCHI: sulla piazza appartamento con ingresso indipendente al Piano Primo di Mq.60 circa (ingresso - salotto, cucina, stanza da letto, cameretta e bagno). Parzialmente arredato. Balcone. Cantina. Termoautonomo.

COD. AP 368

SFERRACAVALLO: affittasi appartamento Piano Secondo ed ultimo di Mq.80. E' composto da ingresso, cucinotto-finello, soggiorno, due stanze da letto, bagno e terrazzo. Parzialmente arredato. Riscaldamento autonomo a metano.

Cod. AP. 384

CASTIGLIONE IN TEVERINA: affittasi appartamento posto al Piano Secondo ed ultimo di Mq.100 circa. E' composto da ingresso-soggiorno con camino, cucina, tre stanze da letto, bagno ed antibagno. Balconi. Porzione di garage condominiale. Ampio locale finestrato ad uso magazzino al Piano Terra. Soffitta e terrazzo condominiale. Riscaldamento autonomo a gasolio. Panoramico. Palazzina di soli due appartamenti.

ORVIETO: km.5,5 affittasi appartamento in casa di campagna posto al Piano Terra con ingresso indipendente di Mq.90 circa (salotto - pranzo con camino, cucinotto, tre stanze da letto, bagno e ripostiglio). Arredato. Cantina scavata nel tufo. Riscaldamento autonomo a gasolio. Panoramico e di facile accesso.

Cod. AP. 379

CICONIA: affittasi appartamento Piano Primo Mq.95 circa (ingresso, cucina con camino, ampio salone, tre stanze da letto e due bagni). Parzialmente arredato. Terrazzi. Posto auto coperto. Magazzino. Termoautonomo.

Cod. AP. 360

ORVIETO: Strada dell'Arcone affittasi appartamento Piano Primo Mq.55 circa (salotto-pranzo, cucinotto, stanza da letto e bagno). Arredato. Spazio esterno privato a giardino di Mq.200 circa a cui si accede da una area comune. Due grotte-cantina. Termoautonomo.

Cod. AP.311

ORVIETO SCALO: centralissimo appartamento Piano Terzo con ascensore Mq.70 (ingresso, soggiorno, cucinotto, disimpegno, due stanze da letto, bagno e ripostiglio). Balcone. Cantina. Termoautonomo. Arredato.

Cod. AP 205

VICENO: affittasi appartamento con ingresso indipendente Piano Primo Mq.70 (soggiorno-cucinino, due stanze da letto e bagno). Terrazzo d'ingresso. Giardino privato. Posto auto. Termoautonomo.

Cod. AP.366

CICONIA: in posizione centralissima appartamento Piano Quarto ed ultimo Mq.102 (ampio ingresso, cucina - tinello con camino, soggiorno, due stanze da letto matrimoniali e due bagni). Terrazzi e ripostigli sottotetto. Locale uso garage di Mq.20 circa. Ascensore. Termoautonomo.

COD. AP 287

BARDANO: fronte strada affittasi capannone uso commerciale di Mq.800 circa. Grande sala espositiva, locali uso ufficio e due bagni. Appartamento uso abitativo al Piano Primo di Mq.170 (ingresso, ampio soggiorno con camino, cucina con camino, tre stanze da letto e due bagni). Ampia terrazza. Vari locali uso magazzino, ripostiglio e garage. Forno esterno. Area di corte esterna di Mq.1.660 con annessa area agricola di Mq.2.620. Affitto anche frazionato.

Cod. CP 7

CICONIA: a km.2 casale in pietra ristrutturato di Mq.150 circa composto da ampio soggiorno con camino, cucina con camino, studio, stanza da letto, bagno al Piano Terra, tre stanze da letto e bagno al Piano Primo. Arredato. Ampio locale rimessa, forno e barbecue. Giardino.

Cod. CS.207

**CERCHIAMO PER I NOSTRI CLIENTI
 APPARTAMENTI IN VENDITA
 E IN AFFITTO NEL CENTRO STORICO**

**V.le 1° Maggio, 5 - ORVIETO SCALO - Tel. e fax 0763.305389
 www.immobiliaretirsenait - info@immobiliaretirsenait**



 altaroocca
wine
resort



 altaroocca
restaurant



 altaroocca
spa



ristorante

relax&spa

matrimoni

eventi

meeting

Altaroocca Wine Resort | Rocca Ripeseana 62 Orvieto | Tel. 0763 344210 0763 393437 | altaroocawineresort.com