

UNA DELLE TRAGEDIE DEI NOSTRI GIORNI: LO SMARTPHONE



Correva il 2007, e la Apple lanciava sul mercato il primo iPhone. Da allora, le nostre vite sono cambiate profondamente.

Ovviamente non tutti hanno un cellulare di quel preciso marchio, ma è ormai difficile trovare qualcuno che non abbia uno smartphone capace di navigare in rete, di fare fotografie e di consultare le e-mail. È arduo dire se in meglio o in peggio, ma è sicuro che la nostra vita in questi dieci anni è cambiata profondamente.

Per il Pianeta, però, le cose stanno diversamente: lui, senza ombra di dubbio, sarebbe stato molto meglio senza l'impatto degli smartphone. Abbiamo sempre saputo, del resto, che la produzione e il successivo smaltimento dei cellulari comportava un prezzo decisamente troppo alto per l'ambiente. Adesso, però, al decimo compleanno degli smartphone,

abbiamo un'ulteriore conferma del loro costo ambientale.

Dal 2007 ad oggi, infatti, sono stati prodotti più di **7 miliardi di smartphone**, e questa enorme mole di cellulari intelligenti ci è costata l'impiego di circa **968 TWh di energia elettrica**, pari, per intenderci, al fabbisogno energetico annuo di un Paese popoloso quanto l'India.

A svelare queste cifre impetuose è uno studio condotto da Greenpeace Usa, intitolato

'From Smart to Senseless: The Global Impact of Ten Years of Smartphones'.

Il problema maggiore è che la produzione - e quindi il successivo smaltimento - dei cellulari non accenna assolutamente a diminuire. Anzi: l'impatto degli smartphone continuerà salire, se è vero che nel 2020 ci saranno in tutto 6,1 miliardi

di persone con in tasca uno smartphone, ovvero il 70% circa della popolazione mondiale.

Un successo inimitabile per questi dispositivi mobili, certo, ma una piaga pericolosissima per il nostro Pianeta.

Stando alle cifre raccolte dalla United Nations University, nel solo 2014 la produzione degli smartphone ha causato la creazione di ben **3 milioni di tonnellate di rifiuti elettronici**.

E queste, del resto, sono solamente una minima fetta del totale: si prevede infatti che, nei 12 mesi che stiamo vivendo, a livello mondiale si arrivi a circa 50 milioni di tonnellate di rifiuti elettronici. Le colpe sono equamente distribuite tra i produttori e i consumatori.



Da una parte, infatti, i grandi marchi dell'elettronica ci mettono del proprio per fare sì che i vari dispositivi non possano durare molto tempo. Come infatti ha riscontrato Greenpeace Usa, dei 13 modelli esaminati, solo due permettevano la sostituzione automatica delle batterie. In tutti gli altri casi, invece, i consumatori sono praticamente obbligati a cambiare l'intero telefono per il solo malfunzionamento di una batteria esausta. Il risultato è che negli Stati Uniti, mediamente, una persona cambia lo smartphone ogni 26 mesi.

A tutto questo va aggiunto che la produzione stessa degli smartphone prevede dei passaggi che tutto si possono definire tranne che sostenibili, sia dal punto di vista ambientale che umano. L'estrazione dei metalli preziosi - un cellulare attualmente contiene circa 60 materiali diversi - oltre che essere molto spesso inquinante per l'ambiente circostante, è caratterizzata talvolta da condizioni di lavoro disumane. Oltre a questo, poi, il controllo delle miniere è uno dei motivi principali dei continui conflitti armati che sconvolgono luoghi come la Repubblica Democratica del Congo.

Ma non è tutto qui: anche gli stadi successivi della produzione degli smartphone nascondono delle minacce per la salute umana, con l'esposizione degli operai a pericolosi agenti chimici. E l'impatto degli smartphone è

inoltre destinato ad aumentare insieme al progresso della tecnologia. Stando a Greenpeace Usa, infatti, più i cellulari diventano potenti, più energia viene richiesta per la loro produzione, il che significa potenzialmente un'accresciuta domanda di energia elettrica da carbone, soprattutto nei Paesi dell'Est. Ad oggi la popolazione mondiale conta 7,4 miliardi di persone. Di fatto, guardando agli smartphone prodotti negli ultimi 10 anni, che ne sarebbero praticamente a sufficienza per tutti. E questo è assurdo, perché l'impatto degli smartphone sul Pianeta è tragico, e minaccia di esserlo sempre di più.

«Quando si considerano tutti i materiali e l'energia richiesta per realizzare questi dispositivi, la loro durata e il basso tasso di riciclo, diventa

chiaro che non possiamo continuare su questa strada» ha spiegato Elizabeth Jardim di Greenpeace Usa, aggiungendo che «abbiamo bisogno di dispositivi che durino più a lungo e, in sostanza, abbiamo bisogno di aziende che adottino un nuovo modello di produzione circolare».

L'appello dunque non è tanto ai consumatori, quanto alle aziende produttrici, affinché portino sul mercato dei modelli più duraturi.

Per esempio, Jardim si domanda cosa farà Samsung con tutti i Galaxy Note 7s ritirati dal commercio: secondo lei, la casa sudcoreana «dovrebbe impegnarsi pubblicamente al riciclo del Galaxy Note 7s, riducendo al minimo l'impatto sulle persone e sull'ambiente».



COSA C'È DENTRO UNO SMARTPHONE



FARMACIA FRISONI E PARAFARMACIA

TI ASPETTIAMO...

Da noi puoi trovare tutte le novità CHICCO per te e il tuo bambino!

- Allattamento
- Cambio e bagnetto
- A tavola
- Prodotti per lo svezzamento
- Giochi



OFFERTE SOLARI ESTATE 2019:

Biotherm
TUTTI a soli **14,90€**

RILASTIL
Solari a **15€**
Su stick e fondotinta solare -20%
e acquistando 2 prodotti
un DOPOSOLE IN OMAGGIO

EAU THERMAGE Avene
-10% SU TUTTI I SOLARI
e BORSA MARE IN OMAGGIO
con l'acquisto di due prodotti

L'ERBOLARIO
Con l'acquisto di due o più solari
UN OMAGGIO
A SCELTA



Nuovi Numeri Whatsapp

per prenotazioni, richieste di disponibilità, informazioni su medicinali,
costi e promozioni

SALVA IL NUMERO

Farmacia **334 3639244**

Parafarmacia **366 5437130**

FARMACIA

Orario continuato dal lunedì al venerdì
9:00 - 19:45
Sabato 9:00 - 13:00 / 16:30 - 19:45
Domenica chiuso

Via Monte Nibbio,16 – 05018 Orvieto (TR)
Tel. 0763 301949

PARAFARMACIA

Orario continuato dal lunedì alla domenica
9:00 - 20:30

Via Angelo Costanzi 59/b
Presso Porta d'Orvieto
Tel. 0763 316183

DISTURBI DELLA BOCCA ED OSTEOPATIA

La bocca è un complesso sistema funzionale che interviene nella masticazione, nella deglutizione, nella respirazione e nella fonazione. Affinché queste funzioni possano essere svolte in maniera corretta dall'individuo, le componenti articolari che prendono parte al movimento devono conservare i rapporti funzionali ed il sistema muscolare deve essere tonico ed elastico. L'Osteopata attraverso il trattamento manuale è in grado di migliorare la funzione muscolo articolare dell'apparato stomatognatico e, collaborando con il tuo specialista di fiducia, può aiutarti a migliorare e risolvere il tuo problema. Disturbi della bocca per i quali è indicata la collaborazione dell'Osteopata con il tuo specialista di fiducia sono:

- Disturbi dell'articolazione temporo mandibolare (ATM);
- Malocclusione;
- Disturbi della fonazione;
- Disturbi della deglutizione.

RIEDUCAZIONE POSTURALE GLOBALE E SCOLIOSI

La scoliosi è una patologia caratterizzata dalla deformazione della colonna vertebrale sui tre piani dello spazio. L'eziopatogenesi più frequente è quella idiopatica, ovvero senza una causa conosciuta, e rappresenta l'80% dei casi. La scoliosi idiopatica si manifesta principalmente durante l'infanzia e la pubertà, dove l'accrescimento osseo subisce un'incrementale sviluppo, per questo sarebbe utile un controllo periodico della postura durante l'accrescimento del bambino. È fondamentale riconoscere una scoliosi precocemente, in modo da iniziare subito un trattamento

fisioterapico mirato ed evitare così il suo aggravarsi. La figura del fisioterapista svolge un ruolo importante nel progetto riabilitativo, ciò rende utile rivolgersi ad un operatore qualificato per un trattamento mirato. Grazie alla Riabilitazione Posturale Globale (R.P.G.) è possibile ottenere dei miglioramenti importanti sia della morfologia del rachide che dei sintomi ad esso correlati, garantendo al bambino una crescita corretta, seguendolo ed accompagnandolo lungo le varie tappe dello sviluppo.

FISIOMED, al servizio della tua salute!

FISIOMED

FISIOTERAPIA ED OSTEOPATIA
MEDICINA SPECIALISTICA



DOTT. MATTEO COCHI
Osteopata D.O.
Dottore in Fisioterapia
Specializzato in Rieducazione posturale metodo Mézières, Riabilitazione neurologica e Fisioterapia sportiva.
Cell. 3922485551



DOTT. MATTEO FUSO
Dottore in Fisioterapia
Specializzato in Rieducazione Posturale Globale (R.P.G.) e trattamento della scoliosi, trattamento fasciale, rieducazione vestibolare ed Idrokinesiterapia.
Cell. 3279032936

Si riceve su appuntamento presso:

FISIOMED srl - Ciconia, Via Degli Aceri n. 58/60

IL MARE in una STANZA

Sarebbe comodo vivere a pochi passi dal mare o, pur vivendoci, avere il tempo di godere dei suoi benefici tutto l'anno, purtroppo questo è un privilegio per pochi.



aerosal

Perte di salute!

Sapevi che durante il suo primo anno di vita il tuo bimbo respira soprattutto con il suo naso?
Ricordati di tenerglielo sempre pulito, così respirerà meglio!



aerosal

Perte di salute!

Lo sapevi che il mare con il suo clima riduce i pollini?



aerosal

Perte di salute!

Lo sapevi che se si superano i 1600 metri si riducono gli acari e le muffe?



aerosal

Perte di salute!

Si stima che circa il 30% della popolazione adulta sia affetta da russamento (roncopatia)



aerosal

Perte di salute!

Il naso congestionato per allergie o raffreddori può causare le apnee notturne



aerosal

Perte di salute!

Per prevenire le infezioni respiratorie insegna al tuo bambino a lavarsi frequentemente le mani!

aerosal

Aerosalmed presso Clinica del Sale Orvieto

Maria Letizia Giorgio
Piazza del Fanello, 19 - Ciconia - Orvieto (TR)
Tel. 393 6710115

NOVITÀ ANGOLO Scholl

Le calzature che si prendono cura dei tuoi piedi.

COMODE VERSATILI E DI TENDENZA.

VIENI A SCEGLIERE IL MODELLO CHE PREFERISCI.



SOLARI AVENE
SCONTO **-10%**

Avène



Occhiali da sole
CON LENTI
POLARIZZATE

€ **29,90**



 **FARMACIA del FANELLO**  **FARMACIA CAMILLI**

Piazza del Fanello, 30 05018 Loc. Ciconia - Orvieto (TR) - Tel. 0763 300956 -  Farmacia del Fanello & Beautyfarma
Farmacia Camilli - P.zza Olona, 22 Sfferracavallo - Tel. 0763 342711 - BeautyFarma Tel e Whatsapp Tel. 331 2212046

ORARIO CONTINUATO: Centro estetico 9:00-19:00 - Farmacia 9:00-20:00

DOMENICA MATTINA APERTO

"Non c'è che una stagione: l'estate. Tanto bella che le altre le girano attorno. L'autunno la ricorda, l'inverno la invoca, la primavera la invidia e tenta puerilmente di guastarla."

Ennio Flaiano

È...STATE IN MOVIMENTO!

L'estate, tra tutte le stagioni, coincide con il massimo dello yang.

È la stagione in cui l'energia "maschile", quella del "fare", cresce e tocca il suo apice per poi decrescere con l'arrivo dell'autunno.

Il calore dell'estate, le giornate lunghe, la natura nel pieno della sua vitalità, rigogliosità e maturazione, sono aspetti che percepiamo anche al nostro interno.

L'esperienza comune ci insegna che in estate siamo generalmente più attivi, più energici...abbiamo meno voglia di dormire e più voglia di far tardi la sera, di correre, di fare passeggiate nel bosco, di divertirci, di innamorarci. Siamo più propensi al dinamismo, a mettere in movimento il corpo, a passare molto più tempo fuori casa... più aperti alla socialità, a sperimentare cose nuove...

E' ormai assodato che lo stile di vita abbia un ruolo centrale per il mantenimento della salute e che il miglior modo per prendersi cura di sé sia vivere in sintonia con i ritmi della natura. Nello Huangdi Neijing, antica opera della medicina cinese, riguardo a come si dovrebbe vivere in estate, troviamo queste indicazioni: dovremmo coricarci più tardi e alzarci comunque presto; dovremmo evitare rancore e rabbia, essere sereni e allegri in modo da fare scorrere il qi liberamente; dovremmo fare attività fisica regolarmente in modo da aprire i pori della pelle e sudare abbastanza. Che altro non è che vivere cercando di assecondare i ritmi naturali, la qualità energetica di questo periodo.



SHIATSU

In medicina cinese l'estate è la stagione del Cuore e si dice: il calore va al Cuore, il caldo moderato lo rafforza, il caldo eccessivo lo disturba e danneggia. Per questo è importante comportarsi per far sì che possa esprimersi al meglio in questa stagione senza patirne però i riflessi negativi.

L'emozione che nel sistema dei cinque movimenti viene associata all'estate, al Cuore e al calore è la gioia, per questo secondo lo Huangdi Neijing, rabbia e rancore dovrebbero essere evitati, perché tendono per loro stessa natura a far ristagnare il qi.

YOGA

Dal punto di vista ayurvedico in estate è l'energia di Pitta Dosha a prevalere, caratterizzata dal principio del calore e della trasformazione. L'ayurveda consiglia una routine quotidiana estiva in cui sve-

gliarsi presto al mattino, fare attività fisica nelle prime ore della giornata, bagnarsi al mare o al lago o in piscina, in quanto l'acqua agisce su pitta riequilibrandolo quando in eccesso, fare



passate serali al chiaro di luna per rinfrescare l'organismo. Un programma di yoga specifico, volto ad assecondare il dinamismo senza eccessi, che faccia sentire leggeri,

gioiosi, anche divertendosi, può essere di grande aiuto nel vivere appieno questa stagione godendone i frutti e ricaricandoci di freschezza ed energia.

PANCAFIT®

L'aumento di attività fisica nel periodo estivo, magari dopo un anno di lavoro sedentario, lo stress accumulato, o semplicemente una maggior attenzione allo stile ed alla qualità della vita, offrono un'ottima opportunità per sfruttare i benefici della Pancafit.

Tra cui:

- riallungamento di muscoli tesi o retratti attraverso un lavoro "simmetrico e globale",

- aiuto nel recuperare in tempi brevi atteggiamenti posturali scorretti,
- alleggerimento dei disturbi della circolazione venosa e linfatica,
- miglioramento delle prestazioni fisiche e sportive e recupero di un sano desiderio al movimento.

Centro Studi

Hamsa

YOGA · SHIATSU · PANCAFIT

DISCIPLINE PER IL TUO BENESSERE

Se sei interessato ad approfondire questo argomento in maniera dettagliata leggi l'articolo intero su fb: il Vicino e Hamsa Yoga e Shiatsu o sul sito web www.ilvicino.it

 Per restare aggiornato su tutte le nostre attività **INVIA un messaggio whatsapp: scrivi "INFO" al numero 3518503208**

DOMVS Pedagogico Clinica

Lavoro di alto artigianato in una piccola bottega... LE OPERE D'ARTE SONO LE PERSONE.

La clinica del territorio

QUANTO CONTA L'AMBIENTE...
per il bambino e per la Persona fragile.

**Incontrarsi in un ambiente semplice
e ricco di materiali di sviluppo,
aiuta il percorso terapeutico.**



L'ambiente pensato e preparato con cura, è maestro di indipendenza e di autonomia. Con i genitori o durante i trattamenti a casa, riflettere sul contesto in cui si vive è importante quanto lavorare direttamente sulla persona. Solo se pensato, ben studiato, realizzato e continuamente ri-adattato col mutare dei bisogni e delle capacità della persona, l'ambiente potrà essere funzionale a quel momento di pura costruzione psichica che è la concentrazione, necessaria alla crescita interiore. In un ambiente curato e ordinato infatti La Persona si sente sicura, è serena e può dedicarsi alle proprie attività.

LA LIBERTÀ: l'ambiente preparato garantisce libertà di movimento, la libertà di esplorazione, la libertà di interagire socialmente, con gli altri.

luppare la capacità di cogliere le relazioni tra gli oggetti, sviluppare l'orientamento e divenire così padrone dell'ambiente.

L'ORDINE: il bambino è particolarmente sensibile nei confronti dell'ordine, soprattutto quello tra i 0 e i 3 anni, che vive appieno il periodo sensitivo dell'ordine. Il bambino non può lavorare bene in un ambiente caotico: l'ordine esterno infatti non è per lui solo un criterio estetico, come per l'adulto, ma una condizione necessaria per svi-

LA BELLEZZA: l'ambiente e i materiali all'interno dovrebbero essere attraenti, capaci di invogliare il bambino all'attività, trasmettendogli pace e tranquillità. Dare importanza alla natura: per Maria Montessori la natura è fonte di grande ispirazione. Lo stesso bambino è paragonato, nel suo complesso processo di autocostruzione e

realizzazione, a un delicato bocciolo che cerca di sbocciare e manifestare la sua incredibile bellezza. Nell'ambiente del bambino è importante dare spazio a piante e fiori e usare quanto più possibile materiali naturali: legno, bamboo, cotone sono largamente preferiti alla plastica. Dall'ambiente Montessori a quello a tappeto del Modello Floortime, si possono organizzare luoghi dove il bambino e la persona fragile si riappropriano di libertà, della scelta e della gestione dei propri tempi.

Negli studi Domvs l'intento è quello di far sperimentare alla Persona i perimetri del luogo in cui si lavora come avvolgenti e ricchi di stimoli. Il fine è quello di abituarsi a strutturare il proprio ambiente "esterno ed interno". La scelta degli oggetti intermediari, i materiali di sviluppo per facilitare lo scambio, la comunicazione, l'immaginazione.



Dott. Luisa Vera

- Laurea in Pedagogia, iscrizione n.2432 Pedagogia clinica.
- Laurea in Logopedia, iscrizione albo n 17 Umbria.
- Master in Logopedia clinica
- Master in Neuropsicologia del cerebroleso adulto e Psicopatologia dell'apprendimento
- Master in Posturologia e Osteopatia integrata
- Psicomotricista funzionale.
- e-mail: veraluisa@alice.it
- Cell. 371 1879533

Lavoro in ambito clinico e formativo dal 1993. Docente di logopedia al Master Psico-Geriatria - Università di Roma la Sapienza. Titolare dello Studio Domvs di Orvieto e Viterbo. Parto da una formazione Pedagogica e Riabilitativa e mi muovo in contesti quali la scuola, lo studio, la casa. Adopero il ventaglio metodologico Pedagogico clinico dal 1996; Seguo le famiglie nella traiettoria evolutiva dello sviluppo tipico e atipico, con l'approccio Brazelton "Touchpoint", nel rispetto della maturità dei bambini e degli scatti evolutivi. Nei disturbi del neuro sviluppo seguo il modello multidisciplinare D.I.R che partendo dal profilo indi-

viduale lavora su attenzione, regolazione, processazione sensoriale, sviluppo motorio e linguaggio, con il coinvolgimento attivo dei genitori. Nel funzionamento cognitivo limite, applico il Bright Start ed il Feuerstein; Mi occupo dello SMOF squilibrio muscolare oro-facciale, coniugando l'approccio posturologico globale a quello logopedico. Seguo Persone con aspetti involutivi nella terza età, Parkinson, Alzheimer, Afasia, cerebro lesioni acquisite. L'aspetto qualitativo della Voce "Speech", rimane un interesse sempre vivo, e in continuo approfondimento, nei contesti professionali e talora negli aspetti disfunzionali DISFONIE E DISFLUENZE.



CLINICHE ARCONONE

Eccellenza dentale ad Orvieto



La Clinica Arcone oggi è ancora più competitiva. Il nostro team, già eccellente, si arricchisce di ottimi professionisti per garantire la qualità delle prestazioni ormai consolidate nel tempo.

CANDIDA ORALE: sintomi, cause e terapia

La candida orale è una delle infezioni fungine più diffuse e colpisce specificatamente la mucosa della bocca. Si premette che la bocca contiene naturalmente un alto numero di microrganismi, alcuni dei quali sono benefici, altri commensali potenzialmente pericolosi ed altri patogeni transitori. In particolare Candida albicans è un normale fungo che colonizza la saliva e la mucosa orale e che può trasformarsi in un agente patogeno causando candidosi orofaringea o mugugno orale. Esistono differenti specie di Candida nella cavità orale tra cui C. albicans, C. glabrata, C. krusei, C. parapsilosis, C. pseudotropicalis e C. tropicalis. Ad ogni modo, ad eccezione di alcuni aspetti, le differenti specie sono molto simili nelle loro caratteristiche. In particolare sono in grado di metabolizzare il glucosio sia in presenza che in assenza di ossigeno, mentre una temperatura sufficientemente alta (37°C) promuove la loro crescita nell'ospite nella forma di pseudo-ifa.

CAUSE

Quali sono le cause della candida orale? Le lesioni da micosi orali sono causate per lo più dalla specie fungina Candida albicans, che costituisce una delle componenti della normale microflora orale e circa il 30-50% delle persone ne è portatore. Più passano gli anni e tanto più la presenza di Candida è sempre più frequente. Si stima, infatti, che nella popolazione anziana sia presente nel 60% della cavità orale. La proliferazione della Candida orale è più frequente nei neonati e negli anziani. Gli studi su Candida hanno portato alla scoperta che è un fungo altamente adattabile all'ambiente e dispone di numerosi meccanismi promuoventi l'infezione. Per esempio aderisce bene all'epitelio delle mucose, rilascia tossine ed enzimi (es. proteasi), oltre ad essere in grado di cambiare forma passando da una morfologia più innocua ad una aggressiva e lesiva per i tessuti circostanti. Le alterazioni dello stato immunitario della persona consentono alla Candida di passare dallo stato di commensalismo alla virulenza secondo fattori non ancora pienamente compresi. Ad ogni modo si sa che la sua patogenicità è favorita dalla distruzione del microbiota orale, dalla presenza di lesioni della barriera epiteliale, dall'alterazione della quantità e qualità della saliva. C. albicans è, tuttavia, capace di scatenare micosi anche nelle persone sane quando entra nelle gengive o colonizza la superficie dentale favorendo, insieme a Streptococcus mutans, le carie. Sono stati evidenziati diversi fattori di rischio per lo sviluppo di una candidosi orale, tra cui le alterazioni a carico della salivazione orale. Nella saliva, infatti, esistono differenti proteine anti-microbiche (es. lattoferrina, lisozima, anticorpi), che interagiscono con la mucosa orale e prevengono la proliferazione di Candida. D'altra parte è ben noto che le dentiere predispongono alle infezioni, che possono riguardare ben il 65% dei casi nelle persone anziane. Ciò è dato dal fatto che portare la dentiera produce un micro-ambiente favorevole per la crescita di candida a causa del poco ossigeno, basso pH, scarsa salivazione e scarsa igiene orale. Altri fattori di rischio dipendono dalla presenza di tumori nella cavità orale e dall'alimentazione ricca di carboidrati. Infatti la crescita di Candida nella saliva è agevolata dalla presenza di glucosio e persino la sua aderenza all'epitelio orale è incrementata in caso di tanti zuccheri. Alcuni farmaci come i corticosteroidi sistemici e gli steroidi assunti per via inalatoria hanno mostrato di aumentare il rischio di candidosi, probabilmente attraverso la soppressione della funzionalità immunitaria. Così come avviene in caso di farmaci immuno-soppressori, come i chemioterapici, i quali distruggono anche la superficie delle mucose ed alterano le proprietà della saliva. Senza tralasciare che gli antibiotici a largo spettro alterano la flora locale creando un ambiente adeguato per la sovra-crescita della Candida. Altri fattori coinvolti sono il fumo, i deficit immunitari ed alcune alterazioni endocrine presenti nel diabete mellito, ipertiroidismo, sindrome di Cushing, insufficienza renale e gravidanza. Infine la candidosi orale è anche influenzata da fattori dietetici come evidenziato nella carenza delle vitamine e dell'anemia sideropenica.

SINTOMI

I sintomi della candida orale indicano che essa si manifesta in particolare con l'insorgenza di placche bianche ed estese sulla lingua, mucosa boccale, palato soffice e faringe. Benché generalmente non progredisca in infezioni particolarmente gravi, può comportare disturbi nell'ambito della deglutizione, disidratazione e malnutrizione.

TERAPIA

Qual è la terapia per la candida orale? La gravità della candidosi è il risultato finale di tutte le variabili accennate sopra. Ecco perché ridurre i fattori di rischio rappresenta una scelta primaria per affrontare la proliferazione incontrollata della Candida. Inoltre, accanto ad una terapia adeguata e specifica contro la Candida, è importante rafforzare anche il sistema immunitario al fine di potenziare le nostre naturali capacità di difese di fronte all'aggressione dei microrganismi patogeni. Infine è bene prendersi cura del microbiota orale sia in chiave preventiva che in campo terapeutico rivolgendosi ad uno specialista.

Strada dell'Arcone, 13 - Orvieto (TR)
Tel. 0763/302429 - 392/2926508
studioarcone@gmail.com

NOVITÀ

APERTO dal LUNEDÌ al SABATO dalle 9:00 alle 19:30

ORARIO CONTINUATO

Prima visita e check-up completo senza impegno

Finanziamenti a tasso 0

AMPIO PARCHEGGIO

Prof. Sergio Corbi
Medico Chirurgo Odontoiatra
Specialista in chirurgia Maxillofaciale
Già Direttore del reparto di Odontoiatria
e Implantologia Azienda Ospedaliera
San Camillo di Roma



Dr. Marco Gradi
Specialista in
Implantologia
e Protesi



Dr. Alex Adramante
Conservativa
Endodonzia - Protesi -
Pedodonzia
Odontoiatria
Legale e Forense



Dr. William Adramante
Odontoiatria Generale
Protesi - Gnatologia
per disturbi dell'ATM
- Estetica Additiva



Dr. Laura Rosignoli
Spec. in
Ortognatodonzia
Ortodonzia Estetica
- invisalign



Dr. Noemi Bilotta
Igenista Dentale
Sigillature
Estetica del
sorriso



Dr. Chiara Gradi
Igenista Dentale
Sigillature
Estetica del
sorriso



Deborah Bilotta
Assistente dentale



LABORATORIO ANALISI

chimico-cliniche e batteriologiche



PRESSO LAB 2000



Dr. Antonio Rosalelli
Biologo Nutrizionista
Tel. 349 7256747

- Diete Dimagranti Personalizzate
- Diete per Sportivi
- Menù per Mense
- Test Intolleranze Alimentari
- Test Genetici DNA e Dieta
- Test Bio-impedenziometrico per la valutazione della composizione corporea
- Test Adipometrico, Ecografia stratigrafica per la valutazione Muscolare e Adiposa



Dott.ssa Picchiami Giulia Ada
Responsabile Tecnico di Laboratorio Biomedico

ORVIETO (TR) Vicolo Corsica n°1-3
Tel. e Fax 0763 391095
Per prelievi domiciliari 360 616783
e-mail: lab2000orvieto@gmail.com

ORARIO:

- Apertura Lun/Ven 8.00/12.00 Sab 8.00/10.00
- Prelievi 8.00-9.30
- Consegna referti 10.00/12.00

CHECK-UP SALUTE DONNA:

- Emocromo completo con formula
- Esame urine
- Glicemia
- Azotemia
- Creatinina
- Acido urico
- Gamma GT
- Got, GPT
- Protidogramma + proteine totali
- Colesterolo TOT, HDL, LDL
- Trigliceridi
- Sideremia
- Ves
- TSH

70€

CHECK-UP SALUTE UOMO:

- Emocromo completo con formula
- Esame urine
- Glicemia
- Azotemia
- Creatinina
- Acido urico
- Gamma GT
- Got, GPT
- PSA libero + PSA totale
- Colesterolo TOT, HDL, LDL
- Trigliceridi
- TSH
- Protidogramma + proteine totali

80€

CHECK-UP SALUTE BAMBINO-GIOVANI:

- Emocromo completo con formula
- VES
- TAS
- PCR
- Tampone rapido per streptococco beta
- Emolitico gruppo A

40€

• ORMONI TIROIDEI:

- FT3
- FT4
- TSH

15€

CHECK-UP COAGULAZIONE:

- PT
- PTT
- Fibrinogeno
- Omocisteina
- Antitrombina III

40€

CHECK-UP LIPIDICO:

- Colesterolo TOT, HDL, LDL
- Trigliceridi
- Glicemia

10€

CHECK-UP ORMONALE DONNA:

- LH
- Prolattina
- FSH
- Estradiolo
- Progesterone

40€

MARKERS TUMORALI DONNA:

- Alfa - fetoproteina
- CEA
- CA 125
- CA 15-3

50€

MARKERS TUMORALI UOMO:

- Sangue occulto (1 campione)
- PSA
- PSA free
- CA 19-9
- CEA

50€

CHECK-UP TIROIDEO BASE:

- FT3
- FT4
- TSH

15€

PSA LIBERO E TOTALE

- Urinocultura

25€

MORBO DI CROHN: LA CORRETTA NUTRIZIONE

La zona più colpita dal Morbo di Crohn, malattia infiammatoria cronica a carattere genetico ed autoimmune dell'apparato digerente, è l'ileo terminale (porzione finale dell'intestino tenue) e il colon (intestino crasso). A livello dell'ileo terminale l'intestino svolge l'azione di captare Vitamina B12 e di riassorbire i sali biliari immessi dalla cistifellea durante la digestione. La Vitamina B12 svolge all'interno dell'organismo delle importantissime funzioni; assieme al fattore intrinseco secreto nello stomaco, questa vitamina compone il fattore di maturazione eritrocitario, che porta alla maturazione dei globuli rossi a livello del midollo osseo. Inoltre la Vitamina B12 è implicata nella sintesi del DNA e regola il metabolismo dei glucidi, dei lipidi e delle proteine. Nel Morbo di Crohn, la carenza di Vitamina B12 si instaura velocemente portando ad un'alterazione dei globuli rossi, all'insorgenza di uno stato anemico per carenza di ferro. Un deficit da Vitamina B12 è associato a debolezza, pallore, ittero, stanchezza, lingua liscia, talvolta pruriginosa e arrossata, formicolii, ridotta percezione del dolore, irritabilità, mal di testa, tendenza alla depressione, riduzione dell'efficienza mentale, compromissione dell'equilibrio ed alterazioni del sonno. Le donne gravide affette da malattia di Crohn devono integrare questa vitamina in maniera più accurata rispetto a coloro che non ne sono affette. Nel Morbo di Crohn si riscontra sovente l'alterazione della flora batterica intestinale, talvolta eccessivamente stimolata, mal nutrita o addirittura modificata (a causa della steatorrea e della compromissione generale dell'intestino).

DIETA PER LA FASE CRONICA

La dieta comune da adottare in caso di Morbo di Crohn non richiede accorgimenti particolari, ma si può rivelare indispensabile per alleviare i sintomi e i disturbi più importanti apportando un certo sollievo al soggetto malato. Sicuramente è importante prestare attenzione ad una corretta cottura delle pietanze; i metodi più adeguati sono la bollitura, la cottura a vapore, la cottura in pentola a pressione e la cottura a bassa temperatura. Sono da escludere le frittiture, le cotture alla griglia e piastra. Da moderare i metodi di stufatura e brasatura, come anche saltatura in padella e gli arrostiti al forno. In questo modo non solo è possibile ridurre l'utilizzo dei grassi, ma anche la presenza di cataboliti tossici che si possono generare durante la cottura. Anche nel corso della fase asintomatica, meglio escludere il

consumo di latte ed i latticini se non si è abituati ad assumerli con regolarità. Lo zucchero (lattosio) non assorbito, staziona nel lume intestinale esercitando potere osmotico sulla mucosa, richiamando così acqua dai tessuti periferici verso il lume intestinale causando diarrea e disidratazione. Il kefir essendo una sostanza altamente digeribile, in grado di regolarizzare l'intestino e migliorare lo stato di benessere in pazienti affetti da patologie intestinali come colite, morbo di Crohn e malattie digestive, potrebbe rappresentare una valida alternativa al latte anche per coloro che presentano intolleranza al lattosio. Il Kefir infatti stimola la digestione promuovendo le secrezioni salivari, gastriche e pancreatiche; stimola inoltre la produzione di anticorpi e aumenta le difese immunitarie; grazie all'elevata concentrazione di batteri lattici in esso presenti, protegge e rinforza la flora batterica intestinale. Colui che è affetto da Morbo di Chron non ne deve però abusare nel consumo in quanto il Kefir promuove la peristalsi intestinale quindi l'eccesso potrebbe scatenare le crisi diarroiche. Sempre al fine di tenere l'intestino "a riposo" è consigliabile limitare l'impiego in cucina di zucchero e sale, spezie urticanti, bevande alcoliche e alimenti o bevande che contengono stimolanti della peristalsi intestinale (bevande o alimenti che contengono caffeina o analoghi, come teobromina, teina ecc). Una particolare attenzione va posta agli additivi, in particolare quelli contenenti tracce di titanio, considerato un acceleratore dell'infiammazione per il Morbo di Crohn. Meglio limitare il consumo di funghi: tutti i funghi, anche quelli commestibili, producono una piccola quantità di sostanza venefica; inoltre, questi alimenti, in particolare quelli raccolti, possono contenere tracce significative di inquinanti oltre a risultare difficili da digerire. Infine è saggio evitare il consumo elevato di alimenti scarsamente digeribili e potenzialmente fermentativi quali frutta, ortaggi, cereali e legumi; come anche l'eccesso di alimenti grassi e/o contenenti grassi di bassa qualità come quelli idrogenati. Di fondamentale importanza per coloro che sono affetti da Morbo di Chron è il mantenimento del corretto trofismo della flora batterica intestinale. Quindi è giusto assumere una buona dose di molecole prebiotiche (rappresentate principalmente da fibra solubile) da

assumere anche in concomitanza a probiotici, in modo tale da aumentare la naturale barriera contro gli attacchi esterni. Altrettanto importanti sono gli acidi grassi essenziali Omega 3 (per la loro capacità antinfiammatoria) e gli antiossidanti naturali (utilissimi nella lotta contro i radicali liberi, l'infiammazione ed la trasformazione neoplastica). Altrettanta attenzione va prestata alla Vitamina B12 che può essere reperita attraverso il consumo di alimenti di origine animale, come il fegato, la carne rossa, il pesce, rosso d'uovo, formaggi stagionati; là dove l'alimentazione non soddisfa i fabbisogni dell'individuo, è possibile ricorrere ad integrazione mediante preparati opportunamente formulati. Sarebbe invece corretto prestare attenzione all'eccessivo consumo di fibre insolubili presenti nella crusca, nella buccia dei legumi, nella frutta e negli ortaggi, responsabili di incrementare il rischio di diarrea, meteorismo e dolori addominali. Solitamente il soggetto affetto da Morbo di Chron dovrebbe seguire una dieta a basso residuo fisso, in cui viene limitato il consumo di fibre (che favoriscono la peristalsi) e di alcuni alimenti che vengono digeriti con difficoltà; in questo modo i

CIBI DA EVITARE

Pane, pasta e riso integrali, cereali integrali, frutta secca, verdure crude, alcune verdure cotte come broccoli, cavoli, mais, cavolfiore, cipolle; carni grasse, carni e salumi affumicati, fagioli e lenticchie, succhi di frutta, marmellate molto dolci, conserve, spezie come peperoncino, curry; edulcoranti sia naturali che chimici; caffè, alcolici, bibite gassate, frittiture e dolci elaborati. I latticini, così come il grano, sono da bandire in caso di intolleranze accertate, altrimenti il loro consumo va limitato perché irritante l'intestino.

CIBI PERMESSI

Pane bianco e crackers senza semi, riso bianco, verdure di stagione cotte e private di buccia e/o semi, come asparagi, carote, zucchine, fagiolini, zucca, patate, carne bianca o rossa magra, tenera e morbida, uova, pesce frutta cotta. Si raccomanda di bere molto, fare piccoli pasti durante la giornata, masticando piano e a lungo, per accorciare e favorire il processo digestivo.

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



Dott.ssa Azzurra Fini
Biologa Nutrizionista

Riceve su appuntamento presso:

Ambulatorio Medico
Via G. Marconi 5, Porano

Abbadia Medica
Pzza del Fanello 22/23, Ciconia

Ambulatorio Medico
Via Roma Nuova 2, Castel Giorgio

FisioLife
Via Piave 2, Sferacavallo

Tel. 328 8633173
azzurra_fini@hotmail.it

movimenti intestinali vengono ridotti per non esacerbare i sintomi dolorosi annessi al Morbo di Crohn, come i crampi, la pancia gonfia, la diarrea, i gas intestinali. Spesso per poter individuare con maggior precisione i cibi che danno fastidio (variabili da individuo ad individuo) si consiglia di annotarli su un diario in modo da poterli riferire allo specialista che deciderà se ridurli o eliminarli dalla dieta.



BELATI
HEALTHCARE

I solari DALLA PARAFARMACIA
GARANTITI BELATI HEALTHCARE



€ **12,90**
+ Dopusole in
OMAGGIO

SOLARI VICHY
€ **17,90**

novità

-20%

3+1
OMAGGIO

-20%

NAMEDSPORT
SUPERFOOD **PROMO**



P.zza Fanella, 1/2 - Ciconia - Orvieto (TR) - Tel. 0763 301004

Dott. Giuliano Barbabella
IL DOTTORE DEI CORAGGIOSI

PSICOLOGO - PSICOTERAPEUTA

Salve a tutti i lettori di Il Vicino. Sono il Dott. Giuliano Barbabella psicologo/psicoterapeuta/psicoanalista, laureato in psicologia clinica e di comunità e specializzato in psicoanalisi applicata alle malattie somatiche.



PSICOLOGIA

LA NOIA:
una emozione da cui fuggire o da accogliere?

Nel linguaggio quotidiano un termine sembra aver perso ormai di rilevanza. Si parla tanto a sproposito di mal di vivere, di apatia o di depressione ma non più semplicemente di noia. Eppure ci sono delle notevoli differenze. La noia è uno stato d'animo che prova un individuo che tendenzialmente vorrebbe essere attivo ma che è posto o si pone in una condizione di "stallo emotivo".

In altre parole, una persona si annoia perché crede di non poter fare qualcosa di stimolante nell'immediato, mentre l'apatico, il depresso o il cosiddetto "malato di vivere" è immobilizzato dalla condizione che non ci sia nulla di interessante da mettere in atto in questo mondo. La noia è ciò che si prova quando dentro di noi si muovono contemporaneamente due aspetti: da un lato il costante bisogno di fare qualcosa, dall'altro il non sapere cosa. E' come se provassimo fame senza la consapevolezza di quale cibo mangiare o come se avessimo il motore acceso ed il pedale pronto sull'acceleratore senza, però, sapere dove andare. L'annoiato sperimenta uno stato di sospensione che limita la percezione di sé, degli altri e di ciò che lo circonda. La sua idea centrale è il non aver nulla da fare e, allo stesso tempo, la pesante certezza che sperimentarsi in chissà che sarebbe troppo faticoso e deludente per giustificare lo sforzo. Da tutto questo, dunque, sembrerebbe che la noia sia totalmente negativa, anche se, come spesso ho dimostrato, l'apparenza inganna! Innanzitutto, a mio avviso, può essere vista come una emozione-sentinella che emerge quando il contesto di vita e le relazioni di un soggetto smettono di rispondere ai suoi bisogni emotivi e ripetono rigidamente routines che, in precedenza, risultavano soddisfacenti. Ma proprio rivestendo tale ruolo essa non ci potrebbe aiutare a mettere in allerta rispetto alla necessità di operare un cambiamento nelle modalità con cui ci rapportiamo al nostro contorno di vita ed a noi stessi? Come? Tramite la nostra creatività! L'uomo è da sempre una potenziale vittima della noia, fin dall'età delle caverne dove i lunghi tempi di inattività risultavano probabilmente insopportabili per un individuo pronto all'azione e ricco di curiosità. Così, in una giornata di pioggia anche in una caverna della preistoria ci si poteva annoiare a tal punto da iniziare, però, a disegnare sulla pietra per rievocare l'ultima caccia (ecco i graffiti: la prima forma di arte della storia) o a costruire nuovi utensili con quello che la natura metteva a disposizione (ecco le prime armi, le prime posate, ecc). La noia è creativa e, se usata in modo giusto, può "partorire" il talento! Contattarla in modo sano restituisce, se si vuole, una bussola importante per modificare in meglio la propria vita. Pertanto non si deve necessariamente fuggire quando la si vede all'orizzonte, è possibile venirne a patti semplicemente restando in silenzio e, imparando ad assecondarla, aumentiamo la nostra creatività, un talento che sta alla base della libertà e crescita individuale. Permettete, pertanto, pure di annoiarvi! Buona Estate!

Studio in Orvieto: Piazza Marconi, 1
Studio in Perugia: Via del Bovaro, 19
Per appuntamento: 339 21 89 490



Ben ritrovati, sono di nuovo qui a scrivere su questa bellissima e particolare rivista. Mi presento nuovamente, sono **Santini Maria Angela, Naturopata diplomata in Naturopatia nel 2010 presso l'Istituto Riza Psicosomatica di Roma e specializzata poi nel corso del tempo come Operatore Del Benessere** in tecniche corporee quali:

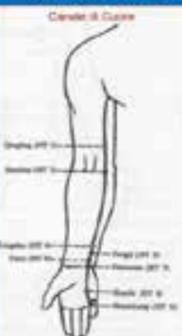
- Riflessologia Plantare Integrata
- Cranio Sacrale Somatoemozionale
- Metamorfica
- Massaggio dei Meridiani con olii essenziali
- Digitopressione
- Base e fondamenti del theta healing

FREQUENTIAMO DI PIÙ
il cuore



Le emozioni non integrate e non riconosciute generano blocchi. **Abbiamo bisogno di un cuore. A volte abbiamo bisogno anche che qualcuno ce lo dia uno in prestito.** Perché scrivo così? Perché capita ce lo dimentichiamo... Riusciamo ad arrivare a mandare nell'oblio il funzionamento del nostro cuore e così senza neanche rendercene conto per osmosi cerchiamo qualcuno che ci dia una mano a risvegliarlo; che ci faccia sentire di nuovo come può funzionare, come "dovrebbe" e "potrebbe" di nuovo tornare a funzionare. Ognuno il suo e ognuno la propria responsabilità di rimetterlo in funzione al meglio. Non diamo più ascolto a ciò che sentiamo. Ricorrente è il timore di aprirsi. Per non parlare di come siamo andati perdendo la nostra meravigliosa istintività. A discapito di un controllo smodico delle proprie emozioni. **Ad ogni trattamento che svolgo colgo la sofferenza che avvolge le persone, nascosta dietro a molteplici sensazioni che hanno provato e che provano. Difficoltà ad ascoltare i propri desideri, i propri bisogni, il proprio ambire, il proprio cuore.**

MERIDIANO DEL CUORE



Il Meridiano del Cuore ha tre rami, che cominciano tutti nel Cuore, di cui uno solo delinea il percorso esterno. Un ramo interno scende attraverso il diaframma, collegandosi con l'Intestino Tenue. L'altro ramo interno sale, passando accanto alla trachea e raggiungendo l'occhio.

Il terzo ramo attraversa il Polmone ed emerge sotto l'ascella al punto 1 (meridiano esterno). Percorre la linea mediana della faccia interna del braccio, del gomito (punto 3) e dell'avambraccio, attraversa il polso e il palmo della mano e termina sul lato interno della punta del mignolo (punto 9), dove si congiunge con il Meridiano dell'Intestino Tenue.

Con queste tecniche si può arrivare a "toccare" il cuore... Si può arrivare a fargli una carezza... si può dare un nuovo input così da poterlo alleggerire e aiutarlo a ripartire un po' meglio di prima. E col tempo chissà. Un cuore leggero è un cuore con più gioia. E la gioia è più vita. Per tutti coloro che in questo momento non vedono molti colori intorno a loro nonostante l'arrivo dell'estate. Stagione del cuore in MTC (Medicina Tradizionale Cinese).

Santini Maria Angela riceve sia per appuntamento presso il suo Studio in Via Largo Vernoux BASCHI o a domicilio. Per informazioni 338 6673565



A ATTIVITÀ SPECIALISTICHE E DIAGNOSTICHE
SEDE ARCONI · ORVIETO SCALO

Strada dell'Arconi 13Q
Orvieto Scalo
0763.301592



F ATTIVITÀ SPECIALISTICHE E DIAGNOSTICHE
SEDE FANELLO · CICONIA

Piazza del Fanello 22/23
Ciconia
0763.630216



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

ARITMOLOGIA

- Visita specialistica

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 AMBULATORIALE

- Piccola chirurgia ambulatoriale

CHIRURGIA GENERALE

- Visita specialistica

CHIRURGIA DELLA COLONNA VERTEBRALE

- Visita specialistica

CHIRURGIA DELLA SPALLA

- Visita specialistica

CHIRURGIA DELL'ANCA

- Visita specialistica

CHIRURGIA DEL GINOCCHIO

- Visita specialistica

CHIRURGIA DEL PIEDE E DELLA CAVIGLIA

- Visita specialistica

CHIRURGIA MAXILLO-FACCIALE

- Visita specialistica

CHIRURGIA VASCOLARE

- Visita specialistica

CENTRO DIAGNOSTICA ECOGRAFICA

- Ecografia muscolo-tendinea e 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 DIAGNOSTICA ECODOPPLER

- Ecocolordoppler vasi arteriosi e venosi di collo, addome, arti superiori ed inferiori

CENTRO DI DIAGNOSI E CURA DEL DOLORE OSTEOARTICOLARE E MUSCOLOSCHIELETICO

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

DERMATOLOGIA e TRICOLOGIA

- Clinica dermatologica e dermatologia chirurgica

DIABETOLOGIA e ENDOCRINOLOGIA

- Visita specialistica

DIETOLOGIA CLINICA

- Diete personalizzate

EPATOLOGIA

- Visita specialistica

FISIATRIA

- Visita specialistica

FISIOCHINESITERAPIA

- Elettroanalgesia
- Laserterapia
- Ionoforesi
- InterX
- Fremis Lorenz Therapy
- Energia vibratoria
- 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-pancafit
- Rieducazione in acqua

GASTROENTEROLOGIA E FISIOPATOLOGIA DIGESTIVA

- Visita specialistica
- Gastroscopia
- Colonscopia
- PH impedenziometria esofagea 24 ore
- Manometria esofagea
- Manometria anoretale

GERIATRIA

- Visita specialistica
- Valutazione demenze e disabilità
- Valutazione delle cadute

GINECOLOGIA

- Visita specialistica

LOGOPEDIA

MEDICINA DELLO SPORT

- Certificazione per idoneità sport agonistico

MEDICINA ESTETICA

- Biorivitalizzazione
- Biostimolazione
- Botulino
- Carbossiterapia
- Cavitazione
- Filler
- Linfo drenaggio
- Mesoterapia omotossicologia
- Radiofrequenza

MEDICINA INTERNA

- Visita specialistica

MOC

- Mineralometria ossea computerizzata con tecnica DEXA

NEFROLOGIA

- Visita specialistica

NEUROCHIRURGIA

- Visita specialistica

NEUROFISIATRIA

- Visita specialistica

NEUROFISIOLOGIA

- Elettroencefalografia
- Elettromiografia

NEUROLOGIA

- Visita specialistica

NEUROPSICHIATRIA INFANTILE

- 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

ODONTOIATRIA

- Visita specialistica

ORTOTTICA

- Visita specialistica

ORTOPEDIA

- Visita specialistica

ORTOPEDIA PEDIATRICA

- Visita specialistica

OSTEOPATIA

- Valutazione e trattamenti

OSTEOPOROSI

- Visita specialistica

OSTETRICIA E GINECOLOGIA

- Visita specialistica
- Pap test
- Colposcopia
- Visita senologica e 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 ovulazione

OTORINOLARINGOIATRIA

- Visita specialistica
- Esame audiometrico e 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

OTORINOLARINGOIATRIA PEDIATRICA

- Visita specialistica

PALESTRA MEDICA

PEDIATRIA

- Visita specialistica

PLANTARI SU MISURA

- FootBalance - plantari dinamici 100% personalizzati in pochi minuti

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
- Lumix - Laser Multidiodico

POLISONNOGRAFIA

POSTUROLOGIA

- Valutazione specialistica

PSICHIATRIA

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

PSICOLOGIA

- Consulenza specialistica

PSICOMOTRICITÀ

RISONANZA MAGNETICA ARTICOLARE

SENOLOGIA

- Visita specialistica con ecografia

SCIENZE DELLA ALIMENTAZIONE E NUTRIZIONE UMANA

- Obesità e sorveglianza nutrizionale nelle varie età della vita: infanzia, adolescenza, età matura, senescenza
- Diete alimentari specifiche per individui affetti da particolari patologie per esempio diabete, ipertensione arteriosa e sindrome metabolica
- Consulenze nutrizionali per vegani e vegetariani
- Consigli dietetici pre e post chirurgia bariatrica
- Consigli nutrizionali pediatrici, in gravidanza e post-parto
- Valutazione rischio e sicurezza alimenti
- Preparazioni galeniche
- Test intolleranze e Test genetici

UROLOGIA

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

VISITE PER RINNOVO E RILASCIO PATENTI DI GUIDA

VULNOLOGIA

- Visita specialistica

PROPOSTE DI ABBADIA MEDICA MESI LUGLIO, AGOSTO E SETTEMBRE

L'Ambulatorio Cardiologico Abbadia Medica Arcone Dr. Giordano Giampiero offre agli

AMICI DEL CUORE DI ORVIETO DEL PASSATO l'opportunità di un **CHECK UP CARDIOLOGICO**



- VISITA CARDIOLOGICA 1° VISITA € 50
- ECG € 25
- ECG DA SFORZO (PROVA DA SFORZO) € 50
- ECG DINAMICO SECONDO HOLTER 24H € 50
- ECG DINAMICO SECONDO HOLTER MULTIDAY X3GG € 50
- ECG DINAMICO SECONDO HOLTER 12 DERIVAZIONI € 50
- HOLTER PRESSORIO € 25
- VISITA CON ECG + HOLTER € 75
- VISITA CON ECG + PROVA DA SFORZO € 75
- VISITA CON ECG + HOLTER + PROVA DA SFORZO € 100



CHECK-UP NELLE ALLERGIE

CON LE INTERESSANTI PROPOSTE DI ABBADIA MEDICA

RAST INALANTI
(graminacee, erbe, polveri, alberi)
pannello 12 allergeni
€ 95

- Cynodon dactylon
- Dactylis glomerata
- Lolium perenne
- Phleum prat.
- Paretaria off.
- Paretaria j.
- Artemisia vulg.
- Dermatophagoides pt.
- Dermatophagoides far.
- Olivo • Cipresso • Pioppo

MINI-RAST INALANTI
pannello 6 allergeni
€ 48

- Cynodon dactylon
- Phleum prat.
- Artemisia vulg.
- Dermatophagoides pt.
- Dermatophagoides far.
- Olivo

RAST ALIMENTI
pannello 12 allergeni
€ 95

- Grano
- Bianco d'uovo
- Rosso d'uovo
- Latte
- Lievito
- Pesce
- Pomodoro
- Glutine
- Gambero
- Nocciola
- Arachide • Fragola

MINI-RAST ALIMENTI
pannello 6 allergeni
€ 48

- Latte
 - Pesce
 - Grano
 - Arachide
 - Nocciola
 - Bianco d'uovo
- È disponibile un ampio pannello di allergeni per ogni richiesta
- E' possibile all'interno dei pannelli inserire e sostituire gli allergeni secondo le esigenze

CONTINUA LA CAMPAGNA DI PREVENZIONE DELLA FRAGILITÀ OSSEA E DELLA OSTEOPOROSI È UNA PROPOSTA DI ABBADIA MEDICA

OSTEOPOROSI
BASE € 25

- CALCIO
- FOSFORO
- MAGNESIO
- FOSFATASI ALCALINA
- VITAMINA D

OSTEOPOROSI
PLUS € 45

- CALCIO
- FOSFORO
- MAGNESIO
- FOSFATASI ALCALINA
- VITAMINA D
- PARATORMONE (PTH)

OSTEOPOROSI
TOP € 80

- CALCIO
- FOSFORO
- MAGNESIO
- FOSFATASI ALCALINA
- VITAMINA D
- PARATORMONE (PTH)
- CROSS LAPS SIERICI (CTX)

OSTEOPOROSI
BASE € 55 + MOC

- CALCIO
- FOSFORO
- MAGNESIO
- FOSFATASI ALCALINA
- VITAMINA D
- MOC

OSTEOPOROSI
PLUS € 75 + MOC

- CALCIO
- FOSFORO
- MAGNESIO
- FOSFATASI ALCALINA
- VITAMINA D
- PARATORMONE (PTH)
- MOC

OSTEOPOROSI
TOP € 110 + MOC

- CALCIO
- FOSFORO
- MAGNESIO
- FOSFATASI ALCALINA
- VITAMINA D
- PARATORMONE (PTH)
- CROSS LAPS SIERICI (CTX)
- MOC

PROSSIMO INIZIO ATTIVITA' ENDOSCOPIA DIGESTIVA

GASTROSCOPIE ED ESAMI DI FISIOPATOLOGIA DIGESTIVA

Dott. MAURIZIO LONGARONI

- Gastroenterologia ed Endoscopia digestiva
- Chirurgia dell'apparato digerente ed endoscopia digestiva
- Chirurgia generale

Il dr. Longaroni si interessa pertanto di malattia da reflusso gastro-esofageo, malattia funzionali dell'esofago, patologie gastroduodenali, patologie intestinali stipsi, disturbi della defecazione, incontinenza, malattia emorroidaria.

VISITE SPECIALISTICHE
gastroenterologia - chirurgia dell'apparato digerente

ENDOSCOPIA DIGESTIVA
gastroscopia - colonscopia

ESAMI DI FISIOPATOLOGIA DIGESTIVA
manometria esofagea
ph-impedenziometria esofagea 24 ore
manometria anoretale

RIABILITAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO
biofeedback ed elettrostimolazione

PACCHETTO UOMO PREVENZIONE UROLOGICA

PACCHETTO UROLOGIA UOMO OVER 40

Abbadia Medica propone un interessante pacchetto diagnostico di prevenzione della patologia vescicale e prostatica:

- ESAME PSA
- ANALISI DELLE URINE
- VISITA UROLOGICA
- ECOGRAFIA PROSTATICA E DELL'APPARATO URINARIO

Questo pacchetto estremamente interessante può essere implementato con

- ESAME DELLA UROFLUSSIMETRIA
- ELASTOSONOLOGRAFIA

€ 80





Di un Sogno VIVO!

27 luglio - 3 agosto
Piancavallo (FN)

Per ragazzi dai 14 anni
Costo evento 250 € (dei quali caparra 150 €)

ISCRIZIONI On-line INFO
<https://goo.gl/D7PaKs> 347.940528



ONDA PERFETTA

MONTEFIASCONE (VT)



QR Code
ISCRIZIONI
ON-LINE

Campeggio Diocesano per ragazzi
dalla IV elementare alla II media.
Il costo è di 200 euro. La caparra è
di 100 euro, **esclusivamente ON-LINE.**

19-25 AGOSTO

PER INFORMAZIONI contattare:

Chiara Pantella : 3881949437
Iaria Mosca : 3664432660
Anna Boccadi : 3664433357
Rachele Cardarelli : 3285865625



ACR e PASTORALE
GIOVANILE
DI ORVIETO-TODI

ONDA
PERFETTA

MONTEFIASCONE (VT)

Campeggio Diocesano per ragazzi
dalla IV elementare alla II media.
Il costo è di 200 euro. La caparra è
di 100 euro, **esclusivamente ON-LINE.**

QR Code
ISCRIZIONI
ON-LINE

19-25 AGOSTO

PER INFORMAZIONI contattare:
Chiara Pantella : 3881949437
Iaria Mosca : 3664432660
Anna Boccadi : 3664433357
Rachele Cardarelli : 3285865625

Di un Sogno VIVO!
27 luglio - 3 agosto
Piancavallo (FN)

Per ragazzi dai 14 anni
Costo evento 250 € (dei quali caparra 150 €)

ISCRIZIONI On-line INFO
<https://goo.gl/D7PaKs> 347.940528

Campeggio diocesano
Giovani Orvieto-Todi

Di un Sogno VIVO!
27 luglio - 3 agosto
Piancavallo (FN)

Per ragazzi dai 14 anni
Costo evento 250 € (dei quali caparra 150 €)

ISCRIZIONI On-line INFO
<https://goo.gl/D7PaKs> 347.940528

TERAPIA MANUALE E REFLUSSO GASTROESOFAGEO



CHINESIOLOGIA

Il reflusso gastroesofageo è caratterizzato da una risalita involontaria e frequente dei succhi gastrici e o del contenuto dello stomaco in esofago. Se perdura nel tempo, la mucosa che riveste la parte interna dell'esofago, potrebbe irritarsi in maniera cronica e dare la cosiddetta esofagite da reflusso. I sintomi più frequenti del reflusso gastroesofageo sono: bruciore (pirosi) e dolore retrosternale che possono essere accompagnati da nausea, difficoltà a deglutire (sensazione di avere un nodo alla gola), gonfiore addominale ed eruttazioni, alitosi. Inoltre, esiste una sintomatologia aspecifica sia respiratoria, a causa della risalita dei succhi gastrici che irritano le mucose delle vie respiratorie, sia cardiaca (aritmie, extrasistoli).

Dopo essersi rivolti ad un bravo gastroenterologo che valuterà la gravità del problema, escludendo eventuali patologie organiche che, qualora ce ne fosse bisogno, il corretto percorso farmacologico è quello da seguire, ma un valido supporto potrebbe darlo anche la Terapia Manuale. Attraverso un attento esame valutativo, fatto di anamnesi, analisi della postura e test manuali globali e specifici, andrà ad individuare il problema individualizzando le aree che presentano restrizioni di mobilità. L'esplorazione e il trattamento manipolativo è effettuato sia nelle strutture viscerali che nelle strutture scheletriche. Per quanto riguarda il trattamento viscerale, questo ha lo scopo di valutare e trattare l'esofago, soprattutto nei tratti critici come può essere il passaggio dalla cavità toracica a quella addominale attraverso le fibre del diaframma; si andrà a valutare e trattare lo stomaco e, cosa molto importante, il piloro, struttura deputata al passaggio del chimo verso l'intestino. Qualora questa valvola fosse poco mobile, potrebbe ostacolare la corretta peristalsi favorendo così il reflusso gastroesofageo. Inoltre, è importante valutare il restato tratto intestinale per liberare eventuali altre restrizioni di mobilità che potrebbero alterare il corretto processo digestivo e di conseguenza aumentare e favorire la sintomatologia. Per quanto riguarda invece il trattamento delle strutture scheletriche, la manipolazione dei tratti vertebrali soprattutto cervicali e toracici in restrizione di mobilità sarà predominante. Perché il trattamento possa dare buoni risultati, è necessario consigliare al soggetto di migliorare lo stile di vita, modificando sia l'alimentazione che l'attività fisica aerobica giornaliera. Questo potrebbe essere la chiave di risultati soddisfacenti per ottenere una drastica regressione o addirittura una risoluzione del problema.

TRATTARE IL PAZIENTE "SERIAMENTE" E NON "IN SERIE"
Trattarlo come "unico" e non come "uno in più"

I professionisti di Fisiolife:

	CROCCOLINO RICCARDO Masso-Fisioterapista Chinesiologo Terapista Manuale Ginnastica Posturale Meziers Preparatore Atletico		GIRONI GLORIA Fisioterapista Ginnastica Posturale Meziers Specialista in Riabilitazione Pavimento Pelvico
	CROCCOLINO GIACOMO Masso-Fisioterapista Chinesiologo Ginnastica Posturale Meziers		CICA SERENA Ostetrica Specialista in Riabilitazione Pavimento Pelvico
			FINI AZZURRA Biologa Nutrizionista

Fisiolife

Via Piave 2, Orvieto (Loc. Sferracavallo)
Cell. 329.92.19.878 - Cell. 392.55.59.214



PRANOTERAPIA
ITIFOSALUTE

La pranoterapia è benessere da provare in prima persona

Come "Docente Senior" di pranoterapia mi rivolgo a coloro i quali vogliono approfondire la pranoterapia con metodo e rigore attraverso un cammino di conoscenza. Metto a disposizione il mio bagaglio di esperienza quarantennale per affermare il valore e le proprietà curative della Pranoterapia.

La Pranoterapia è considerata una medicina integrativa da affiancare alle comuni terapie mediche.

In questa rubrica ho illustrato come il pranoterapeuta valorizzi le onde elettro biologiche che sono naturalmente presenti in ogni essere umano con la capacità di canalizzarle attraverso le mani per fini curativi.

Disturbi come Algie, Ansia, Arteriopatie, Artrosi, Asma bronchiale, Cefalee, Sinusite possono essere trattate con la pranoterapia.

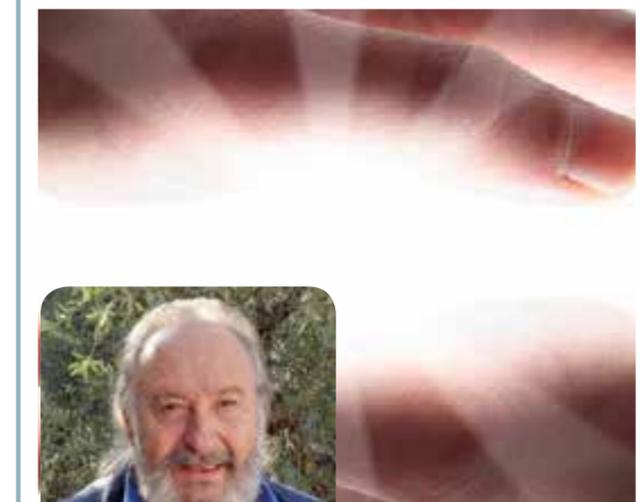
La pranoterapia è benessere da provare in prima persona. La pranoterapia non ha contro indicazioni.

Le persone che mi hanno contattato hanno avuto modo di verificare la semplicità con cui la pranoterapia agisce.

Ora che ci si avvicina al periodo estivo, che il tempo libero a nostra disposizione è maggiore, che il nostro spirito si predispone al riposo dedichiamo spazio al benessere attraverso la pranoterapia.

Sono sicuro che vivrete tale esperienza con serenità ed effetti curativi evidenti.

Vi ringrazio per l'attenzione e vi invito ad un contatto diretto e telefonico.



Per info
Tel. 339 8826860
Silvano