

## Dillo al dottore



RISPONDE IL  
GASTROENTEROLOGO  
Carlo Alberto Giovannelli

### MI SI CHIUDE LO STOMACO

Mi sembra che il cibo fatichi ad attraversare lo stomaco, che mi fa male, e di avere qualcosa in gola. Ho molta saliva. Eppure prendo pastiglie e bustine per digerire.

Anna Maria (Salerno)

■ Nell'esame endoscopico dell'esofago e dello stomaco si notano una *gastrite atrofica*, un'*ernia iatale* e un *reflusso gastroesofageo*. Questa diagnosi spiega ampiamente i tuoi disturbi, tra cui la continua salivazione, espressione soprattutto di una sofferenza dell'esofago, provocata dal reflusso di materiale gastrico nell'esofago. La cura drastica di questa malattia, quando i disturbi sono molto fastidiosi e persistenti, è chirurgica, per cui non puoi aspettarti che il tuo problema si risolva soltanto con i farmaci, che pure lo alleviano. Per evitare il chirurgo, ti consiglio di combattere i tuoi disturbi aggiungendo, alle medicine che già prendi, un farmaco cosiddetto *procinetico*, che ovviamente deve scegliere e prescrivere il tuo medico. Si tratta di un farmaco che favorisce la *peristalsi anterograda*, cioè contrazioni che bloccano il reflusso.



RISPONDE IL  
CARDIOLOGO  
Diego Vainuzzo

### COSÌ CALCOLI IL COLESTEROLO

Ho il colesterolo alto. Ma mi hanno detto che, per capire qual è il valore effettivo, bisogna togliere il colesterolo buono a quello cattivo, Giusto?

Mara (Trieste)

■ Vero. Le analisi del sangue non ti dicono chiaro e tondo quanto colesterolo di troppo hai. Ma ti fornisco tre numeri, che ti consentono di sapere con quanta urgenza devi metterti a dieta per riportare il colesterolo sotto i livelli di guardia ed evitare l'aterosclerosi, cioè un degrado dei vasi sanguigni che a sua volta provoca malattie al cuore e alla circolazione. Dunque ti spiego come calcolare il tuo colesterolo. Mettiamo che le tue analisi siano: colesterolo totale 250 mg/dl; colesterolo HDL (buono) 50 mg/dl; trigliceridi 150 mg/dl. Il colesterolo effettivo (LDL) è:  $250 - \text{colesterolo buono} (50) - \text{un quinto dei trigliceridi} (30) = 170$ . Si considerano ideali: LDL inferiore a 115, trigliceridi minori di 150 e HDL maggiore di 40 nell'uomo e 50 nella donna. Un consiglio: fai gli esami del sangue dopo un periodo di digiuno di 14 ore.

## News

### ■ CONOSCI L'EPILESSIA

Colpisce quasi un italiano su 100, per un totale di mezzo milione di malati, che crescono di 25.000 all'anno: è l'epilessia, malattia cronica che può colpire in ogni momento della vita. Ma che si può tenere sotto controllo e che consente una vita normale. Basta conoscerla e diagnosticarla ai primi sintomi. Per saperne di più puoi rivolgerti ai medici della Lice (Lega italiana contro l'epilessia) che domenica 6 maggio, in diverse città, risponderanno a ogni tuo quesito. Verrà distribuito un opuscolo con i centri italiani di prevenzione e cura, nonché la guida *Gestione della gravidanza, allattamento e puerperio nelle donne affette da epilessia*. Al sito [www.lice.it](http://www.lice.it) è disponibile il calendario delle iniziative.

### ■ OSPEDALI COI BOLLINI ROSA

Presto gli ospedali avranno bollini rosa, come gli alberghi hanno le stellette. Esempio: un centro di cura con tre bollini rosa ha un ottimo reparto di ginecologia, fa ricerche sulle malattie femminili, ha molte donne tra i primari e i dirigenti, è accogliente e capace di far sentire a proprio agio le donne. L'attribuzione dei bollini è effettuata dall'Osservatorio nazionale sulla salute della donna, al quale puoi far pervenire tue eventuali esperienze ospedaliere, nel bene e nel male. Info: [www.ondaosservatorio.it](http://www.ondaosservatorio.it).

### ■ GUERRA ALLA DISTROFIA

Grazie a 160.000 euro raccolti dall'associazione Parent Project, sta iniziando al Dipartimento di genetica e biologia molecolare dell'Università La Sapienza di Roma la sperimentazione sull'uomo di un nuovo metodo per combattere la distrofia muscolare di Duchenne. Si tratta di una tecnica che corregge il difetto genico non operando sul Dna, bensì contrastando la *distrofina*, responsabile del morbo. La distrofia di Duchenne colpisce un maschio su 3.500 e si stima che in Italia ne soffrano in 5.000. Info: Centro Ascolto Duchenne (numero verde 800943333), [www.parentproject.org](http://www.parentproject.org).



RISPONDE L'OTORINO  
Duoro Reale

### UN MAL DI GOLA CHE NON PASSA

Ho 68 anni e un'irritazione alla gola, assai fastidiosa, che provoca molto catarro. Ho fatto gli esami e sembra che tutto sia a posto. Che devo fare?

Elisa (Alghero)

■ Hai una faringite cronica di tipo catarrale, un disturbo molto frequente nelle persone mature. Trovare la causa può risultare difficile. Meglio parlare di una serie di fattori quali l'inquinamento ambientale e il fumo, tutti elementi in grado di ridurre le potenzialità del sistema immunitario e di alimentare uno stato irritativo cronico delle mucose. Per trovare una terapia efficace e risolutiva bisogna procedere per tentativi e con pazienza. Ti consiglio innanzitutto di ridurre al minimo l'impatto dei fattori esterni: sbalzi di temperatura, fumo, aria molto inquinata. Poi ti suggerisco di programmare cicli di cure termali, che riducono l'eccessiva secrezione delle mucose.



RISPONDE LA  
FLORITERAPISTA  
Agnese Cottarelli

### MENOPAUSA E PANICO

Da qualche settimana la mia vita è sconvolta perché ho cominciato a soffrire di improvvisi attacchi di panico. Può essere colpa della menopausa?

Lella (Genova)

■ Nel sistema floriterapico di Edward Bach c'è *Rock Rose*, che viene indicato proprio per il terrore e il panico. È un fiore giallo e delicato che ti aiuterà a proteggerti da questi terribili attacchi: prendine quattro gocce quattro volte al giorno per due mesi. Però, siccome i Fiori di Bach non hanno controindicazioni, puoi prenderli anche più spesso, al momento dell'attacco o quando ti aggrada. Ti raccomando anche di tenere sempre a portata di mano il *Rescue Remedy*, il Rimedio di soccorso, da prendere in qualsiasi momento di emergenza. Inoltre, per rendere più facile questo momento di passaggio, puoi aggiungere a *Rock Rose* anche *Walnut*, il Fiore della rinascita.



Per una consulenza: *Confidenze Dillo al dottore* Mondadori - 20090 Segrate (Milano). Se vuoi che le risposte dei nostri esperti ti arrivino a casa, ricordati di scrivere il tuo indirizzo.