



PARAFARMACIA

patrocinata da



mag/giu 2017

06



MEDICINA NATURALE

Dalla floriterapia alla chimica degli oli essenziali. Continua il viaggio alla (ri)scoperta del 'sano'



PREVENZIONE

Iniziative ed obiettivi della LILT passano per il ruolo, fondamentale, del farmacista



ALIMENTAZIONE

Una campagna del Bambino Gesù promuove le buone abitudini sulla tavola dei più piccoli



JL corman

70 anni fa iniziava il nostro futuro.

Cosmofarma 2017. Futuro presente.

"Ciò che scegli oggi in realtà costruisce il domani": da sempre questo è il modo di intendere il futuro per Corman.

70 anni fa come oggi.

Lo stand Corman lo testimonia.

E' il percorso di un'Azienda familiare tutta italiana, fatto di scelte di valore, guardando al benessere delle persone e condividendo i nostri traguardi con gli operatori della salute.

Cosmofarma 2017 (Stand B6 C1 - Padiglione 36) Vuoi essere un "Ambassador Corman"?

Diventa uno dei Farmacisti che, in novembre, durante un viaggio "reportage" negli USA, potranno cogliere la presenza internazionale Corman e le tendenze più avanzate.

www.corman.it



Non sottovalutiamo la salute dei piedi

Tacchi alti e abitudini sbagliate possono compromettere la salute dei nostri piedi ed inficiare, di conseguenza, lo stato di benessere generale del fisico. In questa intervista il dott. Nicola Del Bianco si concentra su uno dei problemi più comuni: l'alluce valgo. Di cosa si tratta, quanti sono gli italiani che ne soffrono e quali sono i principali rimedi disponibili.

Maria Giulia Mazzoni
Direttore Responsabile



autore

Alluce valgo: di cosa stiamo parlando?

L'alluce valgo è una delle patologie più diffuse a carico del piede. È caratterizzato da una deformità del primo dito (l'alluce, appunto) che comporta una deviazione laterale della falange, con lussazione dei sesamoidi, due piccole ossa entro le quali si trova l'articolazione dell'alluce. In genere, questa deformità è accompagnata da una tumefazione dolente della parte interna del piede, quella che nel linguaggio comune viene definita "cipolla", che altro

non è che una forma di infiammazione, dolorosa, da sfregamento con la calzatura.

Molte donne soffrono di questo disturbo. Quali le principali cause?

Si stima che in Italia circa una persona su cinque soffra di alluce valgo. Le donne poi risultano particolarmente colpite, addirittura otto volte più degli uomini, soprattutto in età dai 40 ai 60 anni.

Anzitutto è necessario dire che le donne sono soggette a questa patologia soprattutto per motivi di familiarità, per un fattore genetico.

Nicola Del Bianco
Medico chirurgo
specializzato

intervista a

Si è constatato poi che l'uso di calzature inadeguate (come i tacchi e le scarpe prettamente di uso femminile) sia un fattore di rischio nella genesi di questa deformità. Se l'altezza del tacco supera i due centimetri, infatti, si ha un aumento del carico sulle dita del piede e quindi sull'alluce. Non solo, le scarpe alte spesso sono strette in punta, con conseguente schiacciamento verso il centro di alluce e quinto dito.

La gravidanza poi è un altro fattore prognostico negativo, a causa dell'aumento di peso e delle disfunzioni ormonali, così come anche la menopausa.

Quali i principali errori che facciamo per la salute dei nostri piedi?

Può sembrare scontato da dire ma camminare con una postura sbagliata può compromettere seriamente la salute dei nostri piedi. I soggetti che fin dalla giovane età mostrano piattismo, pronazione o supinazione se non corretti hanno una maggior possibilità di sviluppare le patologie dell'avampiede, dall'alluce valgo alle metatarsalgie al dito a martello.

Come detto, poi, l'uso di calzature inadeguate, non solo i tacchi, anche le scarpe antinfortunistiche ad esempio, può portare alla deformità dell'avampiede.

Infine anche camminare scalzi, in una cultura come la nostra "abituata" alla scarpa, in terreni non idonei è un errore che nel corso del tempo può avere i suoi effetti negativi.

Esiste una qualche forma di prevenzione?

Se si escludono i motivi legati alla familiarità, esiste certamente una for-

ma di prevenzione. Un piattismo o una pronazione, un piede piatto o un piede cavo, presi per tempo possono essere prevenuti, scoraggiando la futura formazione delle patologie.

Una visita ortopedica entro il 13°/14° anno di età può per esempio evidenziare un piede piatto o una pronazione e permettere di intervenire chirurgicamente con interventi poco invasivi, evitando poi al bambino di dover convivere per tutta la vita con un plantare.

Quali i possibili rimedi?

Nel caso in cui ci sia invece una patologia manifesta si ricorre alla chirurgia. Oggi è possibile ricorrere alla tecnica PBS, (Percutaneous Bianchi System), grazie alla quale l'alluce valgo viene risolto con un intervento percutaneo in anestesia locale, senza l'inserimento di viti o chiodi, che permette di camminare immediatamente e recuperare in breve tempo la funzionalità del piede. Particolarità della tecnica è la possibilità di intervenire sull'alluce valgo in maniera poco invasiva, limitando molto il dolore e il fastidio. Attraverso piccoli fori vengono inserite frese di dimensioni ridotte per provocare micro fratture nei punti giusti così da permettere il riallineamento delle ossa. Le fratture provocate vengono lasciate libere in modo tale che la guarigione avvenga secondo il carico reale del paziente, messo da subito in condizione di camminare. Al termine viene praticato un bendaggio che il paziente terrà all'incirca 20 giorni. I vantaggi di questa tecnica sono la rapidità dell'intervento e la riduzione della sintomatologia dolorosa, che in molti casi è addirittura assente. L'assenza

inoltre di evidenti ferite, la possibilità di successivi interventi per conservare o accentuare l'allineamento ottenuto e la totale assenza di mezzi di sintesi che provocano maggior dolore e che possono sostenere intolleranze e infezioni.

È possibile evitare l'intervento chirurgico?

Si può evitare in tutti quei casi in cui non si percepisce dolore. Anzi, si sconsiglia di intervenire su valgismi lievi o moderati prettamente estetici. In questi casi è necessario solo un monitoraggio costante, due volte l'anno.

Una volta risolto, o contenuto, il problema è dunque possibile tornare ad indossare l'amato tacco 12?

Una volta che il problema viene risolto, il paziente può tornare ad indossare qualunque tipo di calzatura. È però assolutamente sconsigliato ritornare ad un abuso dei tacchi alti. Si potranno indossare nuovamente, ma con parsimonia e non di abitudine. ♦

