

NUOVO



Direttore
**RICCARDO
SIGNORETTI**

IV - n. 5 - 5 febbraio 2015

CAIRO EDITORE

ESCLUSIVO!



**Sandra Milo non
va in pensione**

**DEVO ANCORA MANTENERE I FIGLI:
A 82 ANNI IO LAVORO PER LORO!**

ESCLUSIVO!



**Romantica Lilli Gruber
8 E MEZZO SU LA7,
O E LODE IN AMORE!**



**Amal non lo regge più
CLOONEY, DIVORZIO
DA 200 MILIONI!**



**Carrà flop su Raiuno
CHE RIVINCITA PER
LORELLA CUCCARINI!**

**Scandalo in Spagna
IL VEDOVO-PLAYBOY
PUNTA ALLA REGINA**



ESCLUSIVO!



Emilia e Alfonso
de *Il segreto*

**CI AMIAMO
ANCHE
NELLA VITA**



**A vent'anni dal "Sì", colpo
di scena per la coppia più
potente della televisione**

MARIA, C'È POSTA PER TE: RIGUARDA IL MATRIMONIO CON COSTANZO...

EMORROIDI: LE NUOVE TECNICHE MINI INVASIVE

Per quelle interne non serve neppure l'anestesia: si congelano fino

Roberta Bottino

Forte dei Marmi, gennaio

Dolore quando ci si siede, prurito, bruciore e gonfiore, spesso accompagnati da sanguinamento. Sono questi i sintomi delle emorroidi, un problema diffuso che crea disagio e mette in imbarazzo molti italiani. Il disturbo colpisce un adulto su quattro ma, tra gli ultracinquantenni, riguarda il 50 per cento. «Fino a poco tempo fa per curarle bisognava sottoporsi a operazioni dolorose che richiedevano lunghi periodi di recupero. Per fortuna, grazie alle nuove tecniche mini invasive, gli interventi si possono eseguire in day hospital, con un ricovero di poche ore durante il giorno e con un decorso post operatorio non traumatico», spiega il professore Giuliano Reboa, chirurgo colonproctologo nella casa di cura San Camillo di Forte dei Marmi.

Quei cuscinetti che si infiammano

● **CHE COSA SONO** Si tratta dei cuscinetti di tessuto vascolare del tratto finale dell'ano che si infiammano. Quando sono in salute giocano un importante ruolo nel mantenimento della continenza fecale. Possono essere localizzate all'interno del retto (emorroidi interne) o sotto la pelle che circonda l'ano (emorroidi esterne). In taluni casi possono anche essere miste (interne-esterne).

● **LE CAUSE** Non esiste un'origine unica e inequivocabile del problema. Tra i fattori scatenanti ci sono lo stress, le scorrette abitudini alimentari (un'alimentazione povera di fibre), lo sforzo eccessivo e prolungato nella defecazione,

la diarrea cronica. Anche la gravidanza può favorirle: la pressione del feto sul ventre e i cambiamenti ormonali, infatti, causano l'ingrandimento dei vasi emorroidari. Possono contribuire alla formazione di emorroidi anche sovrappeso, obesità, sollevamento di oggetti molto pesanti e pratica di sport molto intensi. Sono tutte condizioni che creano un aumento della pressione sulle vene del retto.

● **SINTOMI** Variano a seconda della localizzazione. Le emorroidi interne di solito non danno dolore e provocano sanguinamento rettale, mentre quelle esterne possono causare forte dolore e gonfiore nella zona esterna dell'ano.

● **I DIVERSI STADI** A seconda del livello di infiammazione e dell'aspetto, le emorroidi vengono classificate in quattro stadi.

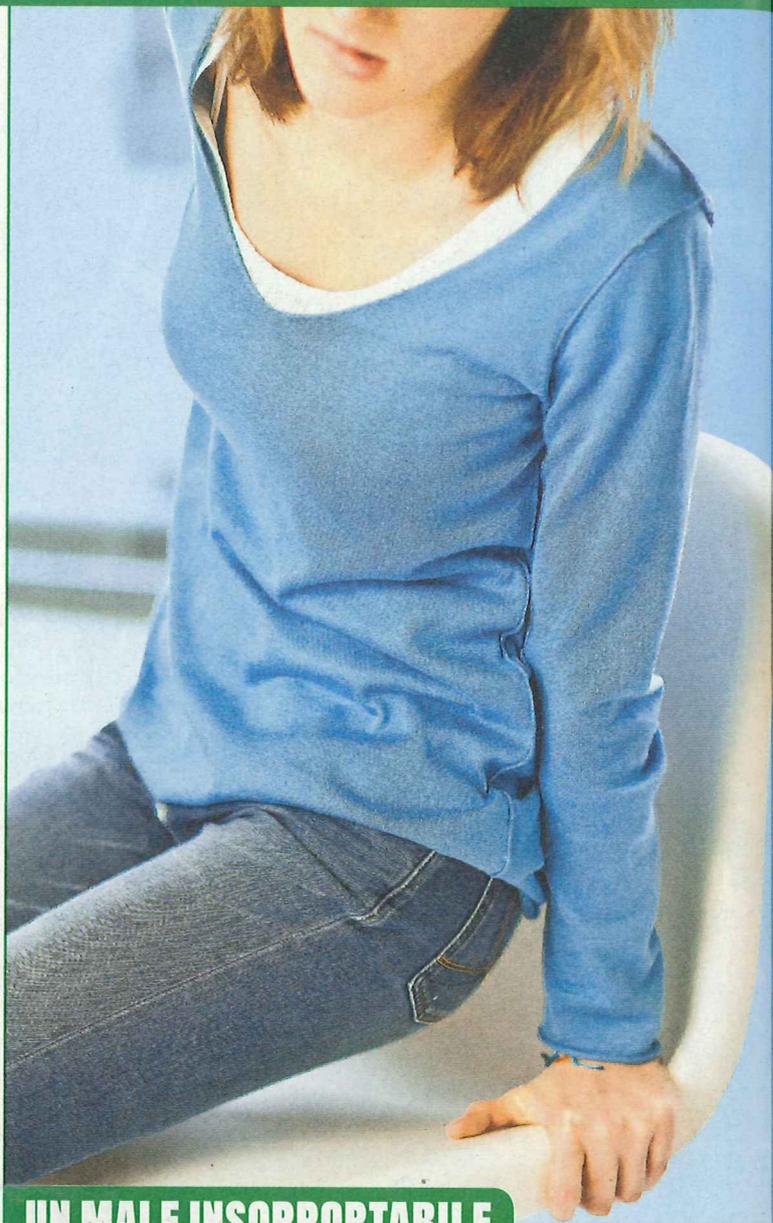
1° stadio: le emorroidi sono infiammate, ma si trovano ancora all'interno del canale anale.

2° stadio: le emorroidi sono interne, ma cominciano ad affacciarsi all'esterno.

3° stadio: le emorroidi sono esterne, ma possono rientrare nell'ano spontaneamente o manualmente.

4° stadio: le emorroidi sono esterne e non si possono riportare all'interno, spesso sono anche accompagnate da perdita di sangue e muco.

● **I TRATTAMENTI** Le cure si scelgono in base allo stadio del problema. Per le emorroidi appena comparse che presentano disturbi lievi, la chirurgia non è necessaria: bastano i farmaci. Creme e supposte a base di steroidi sono un'ottima soluzione per dare sollievo e togliere l'infiammazione. L'idrocortisone è il principio attivo più utilizzato.



UN MALE INSOPPORTABILE

Una donna, colpita dalle emorroidi infiammate, non riesce a sedersi per il dolore. Anche l'alimentazione può aiutarci a risolvere questo problema. Esistono infatti vari cibi cosiddetti irritanti: aumentano, cioè, l'infiammazione dei vasi sanguigni e vanno evitati. Tra questi ci sono alimenti piccanti e speziati, frittura, caffè, tè nero, cioccolato e insaccati.

Si usa una supposta o si spalma la pomata una o due volte al giorno, dopo l'evacuazione e una detersione intima.

✓ IL CRIOBISTURI

Quando i farmaci non bastano, nel secondo stadio si può

intervenire con la legatura elastica delle emorroidi. È un intervento semplice, che viene effettuato in ambulatorio e senza anestesia, utilizzando una sonda che viene inserita all'interno dell'ano con lo sco-

PRENDONO GLI INTERVENTI RISOLUTIVI E INDOLORI

farle "cadere". Le esterne sono eliminate per sempre in 15 minuti

po di aspirare le emorroidi interne. Alcuni elastici stringono la base delle emorroidi, dopodiché con un criobisturi si portano a 80 gradi sotto zero e così "cadono".

✓ **LA SUTURATRICE MECCANICA** Per le emorroidi al terzo e quarto stadio, quando c'è il prollasso verso l'esterno, si interviene con una nuova tecnica. Non provoca dolore, perché si fa all'interno dell'ano, in un'area priva di recettori della sensibilità. La novità consiste anche nell'uso di una suturatrice meccanica circolare: permette di asportare il 50 per cento di tessuto prollassato in più rispetto alle suturatrici tradizionali, ricucendo con punti molto piccoli.

Il giorno dopo puoi già sederti

Tra i vantaggi di questo nuovo intervento ci sono tempi di degenza accorciati (al massimo di 1 o 2 giorni) e rischio di recidive sotto il 2 per cento. A ciò si aggiunge un minore sanguinamento. Già dal giorno successivo si può stare seduti. Il nuovo trattamento chirurgico, riconosciuto dal Servizio sanitario nazionale, può essere eseguito anche in anestesia locale e dura 10-15 minuti.

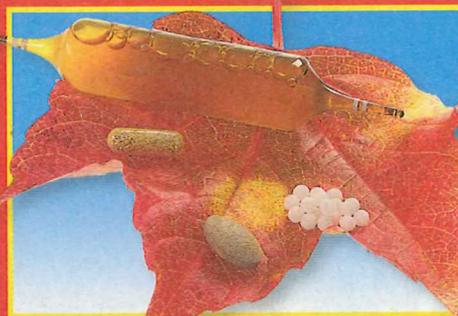
✓ **GLI ULTRASUONI** Questa tecnica è utilizzata quando c'è un prollasso delle emorroidi verso l'esterno (terzo e quarto stadio). Grazie agli ultrasuoni durante l'asportazione del prollasso i tessuti vengono coagulati in automatico evitando il sanguinamento. **Non servono, perciò, punti di sutura** e si fa in day hospital. Tra i vantaggi c'è la riduzione del fastidio rispetto all'intervento tradizionale, dato che criobisturi e suturatrice sono meno dolorosi. ◆

Erbe officinali e granuli omeopatici ti regalano sollievo

PUOI AFFIDARTI ANCHE AI RIMEDI NATURALI

Sono tanti i rimedi naturali che possono aiutarci contro le emorroidi.

✓ **FITOTERAPIA** La vite rossa è indicata in tutte le forme di vene varicose, flebiti, fragilità capillare, couperose, edemi, emorroidi, cellulite, ritenzione idrica e pesantezza degli arti inferiori. Così come la centella, che preserva la struttura e la tonicità dei vasi sanguigni. I principi attivi, contenuti nelle foglie, svolgono un'intensa attività antiossidante, antinfiammatoria e soprattutto tonica e vasoprotettrice del sistema circolatorio, impedendo edemi e gonfiori. Le foglie e la corteccia di amamelide sono un rimedio efficace nel



trattamento dei disturbi circolatori.

✓ **L'OMEOPATIA** consiglia aesculus hippocastanum 5 ch (5 granuli, secondo necessità) e aloe 5 ch (5 granuli, 3 volte al giorno) per le emorroidi con bruciore e prurito.

Per il dolore, il rimedio

omeopatico è l'arnica 5 ch (5 granuli, ogni ora) e il lachesis 9 ch (5 granuli, ogni ora). Per il sanguinamento, c'è il collinsonia 5 ch (5 granuli, 3 volte al giorno). **Le emorroidi recidivanti si curano con la nux vomica 9 ch** (5 granuli, 3 volte al giorno), la sepia 9 ch (5 granuli, 1 volta al giorno), specie in caso di stipsi e prollasso, aggravati in gravidanza e dopo il parto. Il sulfur 5 ch (5 granuli, 1-3 volte al giorno) allevia invece il bruciore.

IN PILLOLE

AVOCADO CONTRO IL COLESTEROLO

Un avocado al giorno leva il cardiologo di turno. Uno studio dell'Università americana della Pennsylvania ha infatti scoperto che questo alimento è in grado di tenere a bada il colesterolo cattivo. Dopo la sperimentazione, le analisi del sangue hanno rivelato che tra i pazienti che avevano mangiato un avocado al giorno il livello di colesterolo cattivo (ldl) era calato di 13 punti e mezzo.



L'OTTIMISMO FA BENE ALLA SALUTE

Si sapeva già che una visione positiva dell'esistenza aiuta molto a vivere meglio. Però adesso uno studio pubblicato sulla rivista *Health Behavior and Policy Review* lo conferma con dati alla mano: essere ottimisti fa bene soprattutto alla salute del cuore. Le persone più ottimiste hanno una probabilità doppia di avere un cuore sano rispetto a chi vede tutto grigio, a prescindere dalle condizioni socioeconomiche in cui vive.

OCCHIO AGLI UOMINI APPASSIONATI DI SELFIE

Gli uomini che si fanno troppi selfie sono egoisti, innamorati di se stessi. A dirlo è uno studio americano della Ohio State University. Attraverso un questionario si è scoperto che l'uomo che pubblica continuamente autoscatti sui social network è un narciso: può avere problemi di aggressività, in grado di sfociare in depressione e disturbi alimentari.

