

Ritaglio Stampa

Testata: For Men
Città: Milano
Diffusione: 140.000
Data: Aprile 2013
Soggetto: Conferenza stampa FoRST – Ultime novità dalla ricerca scientifica

Lettori: 560.000

IL MAL DI STOMACO SI CURA ALLE TERME

Le acque termali non curano solo bronchiti e reumatismi. Due studi dell'Università di Parma dimostrano che sono efficaci anche contro i disturbi gastrointestinali.

- Il primo prova che la dispepsia (disturbo che causa dolore e bruciore allo stomaco) regredisce bevendo per 12 giorni consecutivi acque sulfuree-bicarbonato-calciche.
- Il secondo dimostra che bere regolarmente queste acque riduce il rischio di sviluppare calcoli biliari (patologia dolorosa dovuta a una dieta ricca di grassi).

SALUTE

Corpo & Mente di CHIARA DELL'AVANIRE

Si chiama iperuricemia l'eccesso di acidi urici nel sangue. Un problema legato a dieta, sovrappeso e stile di vita. E che, se non trattato, danneggia cuore, reni e articolazioni.

CRISTALLI LIQUIDI. Davanti alle articolazioni, cristalli acidi e gonfiore sono la parte più dolorosa. I cristalli di acido urico tendono a formarsi durante la digestione delle purine nel sangue. Di per sé, gli acidi urici non sono dannosi, ma lo diventano se i cristalli si formano troppo. «In natura il 70 per cento degli uomini ha livelli superiori a 6 mg/dl di acido urico nel sangue», spiega Marco Malici, medico presidente della Società Italiana di Reumatologia.

● **L'aspirina non riesce più a eliminarli** e il fegato, sotto forma di cristalli, fa il suo lavoro. Il fegato rimuove i cristalli dalla corrente circolatoria, li elimina nella bile e li espelle con le feci. In alternativa, il fegato li espelle con le urine. Il problema è che il fegato non riesce più a eliminarli. E aggredisce con sostanze infiammatorie. Quando i cristalli si formano nelle articolazioni si crea il gonfiore, il dolore e il prurito di gatta. L'aspirina non agisce e può peggiorare senza fermarli. Ma se il problema non è trattato, le articolazioni si danneggiano in maniera irreversibile.

PREVENIRE IL RISCHIO DEL CUORE. Se invece i cristalli di acido urico si depositano nei vasi, possono formare coaguli e causare infarto. Mentre si accumulano nelle pareti dei vasi sanguigni, aumentando il pericolo del sangue e causando ipertensione arteriale, aumentano il rischio di infarto e ictus.

OCCHIO ALLO STILE DI VITA. La prevenzione è facile. Basta limitare il consumo di carne rossa, pesce, uova e latticini. Evitare le bevande zuccherate e l'alcol. Per evitare di stare a digiuno, bere acqua e mangiare regolarmente. Evitare di bere alcolici e di mangiare cibi ricchi di purine. Evitare di bere latte e di mangiare cibi ricchi di grassi. Evitare di bere latte e di mangiare cibi ricchi di grassi.

IL MAL DI STOMACO SI CURA ALLE TERME

Le acque termali non curano solo bronchiti e reumatismi. Due studi dell'Università di Parma dimostrano che sono efficaci anche contro i disturbi gastrointestinali.

- Il primo prova che la dispepsia (disturbo che causa dolore e bruciore allo stomaco) regredisce bevendo per 12 giorni consecutivi acque sulfuree-bicarbonato-calciche.
- Il secondo dimostra che bere regolarmente queste acque riduce il rischio di sviluppare calcoli biliari (patologia dolorosa dovuta a una dieta ricca di grassi).



OCCHIO AGLI ACIDI KILLER

PIÙ NUOVI PIÙ LA PRESSIONE SCENDE

Un gruppo di medici di prim'ordine ha studiato il modo di prevenire e curare l'ipertensione. Alimento e stile di vita sono i fattori più importanti per abbassare la pressione sanguigna. Il gruppo di medici di prim'ordine ha studiato il modo di prevenire e curare l'ipertensione. Alimento e stile di vita sono i fattori più importanti per abbassare la pressione sanguigna.

30 MILIONI

GLI ITALIANI CHE HANNO PROBLEMI DI SALUTE. I dati sono stati pubblicati dalla Società Italiana di Medicina Interna (SIMI) e dalla Società Italiana di Geriatria e Gerontologia (SIGG). Il numero di italiani con problemi di salute è in costante aumento. Il numero di italiani con problemi di salute è in costante aumento.