



3

# Ossigeno zonoterapia & Medicina Estetica

# TG PRODOTTI: UN AIUTO NATURALE PER LA NOSTRA SALUTE

## Dimagrimento



Controllo del peso corporeo, attenua il senso della fame, riduce l'assorbimento dei grassi.

## Cellulite



Elasticità e tonicità della pelle, contrasta gli inestetismi cutanei (cellulite).

## Meteorismo



Aiuta la digestione, combatte l'acidità e sgonfia l'addome in caso di presenza di gas intestinali.

## Ansia



Dona serenità in caso di ansia, combatte la fame nervosa.

## Colesterolo



Favorisce il controllo naturale dei livelli di colesterolo nel sangue.

## Stipsi



Riattiva la peristalsi in caso di rallentato transito intestinale.

## Rimineralizzante



Rimineralizza, migliora il trofismo di pelle, unghie e capelli, utile in caso di crampi.

## Insonnia



Coadiuvante nei disturbi del sonno, favorisce la distensione e il riposo notturno.

## Antireumatico



Antinfiammatorio naturale in caso di reumatismi, dolori articolari e infiammazioni.

## Microcircolo



Migliora il microcircolo e dona sollievo alle gambe appesantite.

## Antiossidante



Aiuta il fisiologico controllo dei radicali liberi, responsabili dell'invecchiamento cellulare.



## Drenante

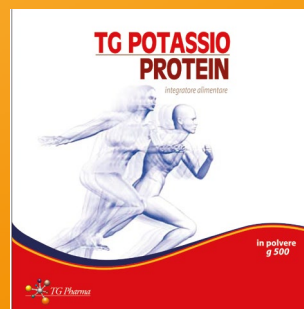
Facilita il naturale drenaggio dell'organismo. Combatte i gonfiori dovuti alla ritenzione idrica.



## Antiflogistico

Aiuta nella regressione degli stati infiammatori dell'organismo. Favorisce il benessere osteo-articolare. Drena naturalmente in caso di blocco linfatico.

## Pasto Sostitutivo



Integratore proteico con Potassio e Vitamine indicato come pasto sostitutivo o per aumentare il metabolismo basale in caso di regime dietetico ipocalorico.

# Il valore di un sorriso...



Un sorriso non costa nulla e produce molto. Arricchisce chi lo riceve senza impoverire chi lo dona.

Non dura che un istante, ma nel ricordo può essere eterno.

Nessuno è così ricco da poterne fare a meno, e nessuno è così povero da non meritarselo.

Creatore di felicità in casa, negli affari è un sostegno: è il segno sensibile di un'amicizia profonda.

Un sorriso dà riposo alla stanchezza, nello scoraggiamento rinnova il coraggio, nella tristezza è consolazione: è l'antidoto naturale di tutte le nostre pene.

Ma è un bene che non si può comprare, né prestare né rubare: perché solo ha valore dall'istante in cui si dona.

E se poi incontrerete talora chi l'aspettato sorriso a voi non dà, siate generosi e date il vostro, perché nessuno ha tanto bisogno di un sorriso, come colui che ad altri non sa darlo.

**IN QUESTO NUMERO:  
BELLEZZA, BENESSERE & SALUTE**

**| OSSIGENO-OZONOTERAPIA |**

- 4 **Tutti i benefici dell'Ossigeno-Ozonoterapia**  
Le patologie trattabili con l'Ossigeno-Ozonoterapia.
- 5 **Ernia del disco: Ossigeno-Ozonoterapia**  
I vantaggi dell'utilizzo dell'Ossigeno-Ozonoterapia per la cura del mal di schiena e delle ernie del disco.
- 6/7 **L'Ossigeno-Ozonoterapia contro la sindrome cervicale**  
**L'Artrosi: cos'è e cosa fare?**  
L'Artrosi è una malattia degenerativa, cronica e invalidante che colpisce le cartilagini delle articolazioni.  
**Speciale Epicondilita**
- 8 **Gonalgia, ovvero il dolore al ginocchio**  
**L'Ossigeno-Ozonoterapia nella medicina sportiva**
- 9 **L'Ozono nel trattamento dell'Herpes Zoster**  
**Acne ? No grazie**  
Recentemente, l'Ossigeno-Ozonoterapia si è imposta come eccellente rimedio terapeutico in questa patologia.
- 10 **Insufflazione rettale di Ossigeno-Ozono**  
Ossigeno-Ozonoterapia un alleato prezioso per la cura di numerosi disturbi, anche i più intimi.
- 11 **Psoriasi: I sintomi, le cause, la cura**  
Le lesioni da psoriasi di norma cominciano a regredire dopo pochissime sedute di Ossigeno-Ozonoterapia.
- 12/15 **Autoemoterapia con Ossigeno-Ozono**  
**Osteoporosi: sintomi e terapia**  
**La Radiorifrequenza per il dolore cronico**  
**La Sindrome da Stanchezza Cronica**  
**| ALIMENTAZIONE |**
- 16 **La salute viene mangiando...bene**  
Spesso non è la quantità di cibo che mangiamo che ci fa ingrassare, ma l'alimento stesso.
- 18 **Alimenti drenanti**  
**L'importanza di bere acqua**  
**| ATTIVITÀ FISICA |**
- 19 **La ginnastica da fare a casa**  
Anche se non sembra, il movimento è la migliore soluzione per il mal di schiena.  
**| MEDICINA ESTETICA |**
- 20 **Preveni i segni del tempo**  
Filler, Botox, Acido mandelico, Ossigeno iperbarico e Biostimolazione.
- 22 **Plexr, ringiovanire senza bisturi**  
**Sguardo stanco a causa di borse e occhiaie?**  
Uno dei rimedi naturali per combattere questo fastidioso inestetismo delle borse senza ricorrere al bisturi è l'Ossigeno-Ozonoterapia.
- 23/26 **La carbossiterapia**  
**Intralipoterapia**  
Il metodo più efficace per eliminare i cuscinetti adiposi.  
**Ossigeno-Ozonoterapia la soluzione per la tua bellezza**  
**Cellulite: una battaglia da vincere con la mesoterapia farmacologica**  
**Radiofrequenza per rughe, lassità cutanee, cellulite**  
**Addio capillari con la terapia sclerosante**  
**I benefici della pressoterapia**
- 27 **Un naso perfetto senza bisturi: ora c'è il rinofiller**  
Una delle novità nel settore della medicina estetica soft.
- 28/29 **Laser CO2 & Frazionato**  
**IPL (Intense Pulsed Light)**  
Una nuova luce per la tua pelle.  
**Rimozione Tatuaggi**  
Non esistono segni indelebili sulla tua pelle.  
**| CURIOSITÀ, SAPEVI CHE... |**
- 30 **Percorso tra storia, etologia, sport, alimentazione, luoghi e l'utilizzo dell'Ozonoterapia in veterinaria.**



**OSSIGENO-OZONOTERAPIA NEL MONDO**

**Associazioni e Federazioni di Ozonoterapia che hanno firmato la "Dichiarazione di Madrid sull'Ozonoterapia:**

1. **Associazione Spagnola** Professionisti Medici in Ozonoterapia (AEPROMO).  
Presidente: Dott.ssa Adriana Shwartz.
2. **Associazione Messicana** di Ozonoterapia.  
Presidente: Dott.Froylan Alvarado Gumez.
3. **Associazione Russa** di Ozonoterapia.  
Presidente: Prof.SergeyPeretyagin.
4. **Associazione Ucraina** di Ozonoterapia.  
Presidente:Dott.Eugeni I. Nazarov.
5. **Cooperazione Europea** delle Società di Ozono Medico.  
Segretaria Generale: Dott.ssa Renate Viebahn-Haensler.
6. **Federazione Internazionale** Medica di Ozono (IMEOF).  
Presidente: Dott.ssa Adriana Shwartz.
7. **Società Scientifica Interamericana** di Ossigeno-Ozonoterapia.  
Presidente: Dott. Ana Elizabeth Rieck.
8. **Società Scientifica Rumena** di Ossigeno-Ozonoterapia.  
Presidente:Dott. Tiron Stefan.
9. **Società Medica Tedesca** per l'uso dell'Ozono in Prevenzione e Terapia.  
Segretaria Generale: Dott. ssa Renate Viebahn-Haensler.
10. **Unione Asiatico-Europea** di Ozonoterapisti.  
Presidente esecutivo: Prof. Eugeni I. Nazarov.

**Associazioni e Federazioni di Ozonoterapia che hanno firmato la "Dichiarazione di Madrid sull'Ozonoterapia posteriormente al 4 giugno 2010**

11. **Accademia Americana** di Ozonoterapia.  
Presidente: Dott. Frank Shallenberger
12. **Associazione Bielorussa** di Ozonoterapia.  
Presidente: Dott.Gennady Mitelsky.
13. **Associazione Brasiliana** di Ozonoterapia (ABOZ).  
Presidente: Dott.ssa Ana Cristina Barreira.
14. **Associazione Domenicana** di Ozonoterapia.  
Presidente: Dott. Antonio Contreras Berroa.
15. **Associazione Georgiana** di Ozonoterapia .  
Presidente: Dott. Vladimir Talakvadze.
16. **Associazione Lituana** di Ozonoterapia.  
Presidente: Dott. Valentin Zhurbenko.
17. **Associazione Medica Turca** di Ozonoterapia.  
Presidente: Dott. Murat Bas.
18. **Associazione Moldaviana** di Ozonoterapia.  
Presidente: Dott. Aleksandr Bulat.
19. **Associazione Venezuelana** di Ozonoterapia.  
Presidente: Dott. Sergio Viti Paganelli.
20. **Federazione Italiana** di Ossigeno-Ozonoterapia (FIO).  
Segretario: Prof. Matteo Bonetti.
21. **Federazione Mondiale** di Ossigeno-Ozonoterapia (WFOOT).  
Segretario: Prof. Matteo Bonetti.
22. **Società Ecuadoriana** di Ozonoterapia.  
Presidente:Dott. DaniloRuizReyes.
23. **Società Giapponese** di Medicina Ossidativa.  
Presidente: Dott. Takeo Watarai
24. **Società Medica Egiziana** Ozonoterapia e Medicina Complementare.  
Presidente: Prof. Nabil Mawsouf.
25. **Società Cubana** d'Ozonoterapia.  
Presidente: Dott.ssa Vivian Borroto Rodriguez
26. **Forum Indiano** di Ozono  
Presidente: Sr. Ramesh Chauhan.
27. **Società Medica Turca** d'Ozonoterapia.  
Presidente: Dott. Muammer Velidedeoglu.
28. **Associazione d'Ozono Terapia Medica (MOTORE) Turchia.**  
Presidente: Prof. Dr. Nurettin Lüleci.

# TUTTI I BENEFICI DELL'OSSIGENO-OZONOTERAPIA

*L'Ossigeno-Ozonoterapia è conosciuta e praticata da oltre 160 anni.*

- Attivatore circolatorio • Favorisce l'utilizzo dell'ossigeno corporeo • Aumenta la resistenza allo sforzo
- Antinfiammatorio • Antiossidante • Antidolorifico • Immunomodulante

**La miscela di questo gas si è rivelata vincente nel trattamento di numerosi disturbi**, è la pratica medica con il minor rischio di effetti collaterali. L'Ozono viene introdotto attraverso aghi sottilissimi, in modo da arrivare direttamente dove deve agire diffondendosi omogeneamente nella zona da trattare, ma anche attraverso autoemofusioni o insufflazioni rettali a seconda dei casi.

**Patologie trattabili con l'Ossigeno-Ozonoterapia:**

**Medicina Interna:** Epatopatie, epatiti acute e croniche da virus A, B e C, esofagiti, gastriti di varia natura, colopatia da nevrosi ed organiche, morbo di Crohn, rettocolite ulcerosa, disbiosi intestinale, diabete con complicanze periferiche neurovascolari con piaghe e ulcere.

**Pneumologia:** BPCO (broncopatia cronico ostruttiva) e ipertensione polmonare, bronchiti, broncopolmoniti, pleuriti, asma, rinite allergica, broncospasmo, asma bronchiale acuta e cronica di varia natura, ossigenazione circolo polmonare.

**Ematologia:** Malattie del ricambio, alterazioni dei componenti del sangue: piastrinosi.

**Geriatría:** Demenza senile, artrosi, processi infiammatori cronici, dolore cronico, arteriosclerosi, ictus, ischemie, paresi e paralisi, morbo di Parkinson, prevenzione e stabilizzazione Alzheimer. Azione rivitalizzante.

**Neurologia:** Cefalee a grappolo, vascolari e tensive, emicranie, depressione, malattie neurovascolari, neuropatie diabetiche e di ogni altro tipo e distretto corporeo, sclerosi multipla e SLA. Esiti neurologici di ischemia cerebrale, epilessia, sindrome di Ménière e Tinnitus.

**Immunologia:** Immunodeficienze acquisite e non, sindromi autoimmunitarie: tiroiditi, vasculiti, fibromialgie, dermatomiositi, Raynaud, connettiviti, lupus eritematoso. Coadiuvante nei trattamenti oncologici radianti e chemioterapici ed in Oncologia.

**Andrologia:** Impotenza vascolare pe-

niena funzionale e organica, impotenza della donna, coadiuvante nella fertilità.

**Trapianti:** Complicanze infettive post-chirurgiche, prevenzione e post intervento chirurgico (cardiaco, epatico, renale). Trattamento di supporto antirigetto.

**Traumatologia/Ortopedia:** Osteoporosi, artrosi, artrite, discopatie della colonna, conflitti discoradicolari, protrusioni ed ernie discali di ogni distretto cervico-dorso-lombare. Lombosciatalgia, sciatica paralizzante, cervicobrachialgie anche con paresi e paralisi, periartrite scapolo omerale, epicondiliti, sindrome del tunnel carpale ed ulnare, artrite radiocarpica e piccole articolazioni, coxartrosi, periartrite d'anca, gonartrosi, meniscopatie, lacerazioni meniscali e legamentose, lacerazioni nervose e tendinee, lesioni e rotture muscolari, reumatismo articolare acuto, artrite reumatoide. Spondilopatia artrosica ed artritica, artrite psoriasica ossea, rapido miglioramento post-operatorio con ossificazione di fratture di ogni tipo.

**Allergologia:** Allergie alimentari, da contatto, dermatiti, pollinosi, allergie in genere. Asma allergico, riniti, eczemi.

**Angiologia:** Arteriopatie dal grado I al IV, vasculopatia venosa, flebiti recenti e croniche, coronaropatie, tromboflebiti recenti e croniche, ulcere venose post-flebitiche e diabetiche, varici venose, sclerosi capillare, piaghe da decubito e cancrena, insufficienze venose, vasculiti da ischemia, maculopatie retiniche ischemiche senili e non.

**Otorinolaringoiatria:** Otiti esterne e medie. Polipi nasali, sinusiti acute e croniche, mastoiditi, vertigini di vario genere, acufeni.

**Oculistica:** Retinopatie ischemiche e degenerative, retinopatie diabetiche, maculopatie retiniche di varie etiologie, ipovisus, tra cui da ischemia cerebrale e non, calazio.

**Urologia:** Cistiti, cistopieliti, nefriti, insufficienza renale acuta e cronica, ipertrofia prostatica, prostatiti, indu-

ratio penis plastica, infezione e micosi dei tratti urinari superiori ed inferiori incluse pielonefriti. Coadiuvante nella dialisi.

**Ginecologia:** Annessiti tubariche ed ovariche, bartoliniti, infezioni batteriche, protozoarie e micotiche, anche cronicizzate da anni, cistiti, vaginiti, mestruazioni dolorose, mastopatia fibrocistica.

**Dermatologia:** Herpes zoster e simplex, acne, eczema, alopecia areata, caduta capelli, foruncolosi, verruche, linfoedema, micosi, eczemi anali ed inguinali, piaghe da decubito e diabetiche. Psoriasi e dermatiti.

**Medicina Estetica:** Lipodistrofia (Cellulite). Adiposità localizzate e obesità. Cicatrici post-operatorie, rughe, tonificazione della cute. Borse palpebrali superiori ed inferiori.

**Medicina dello Sport:** Fascite plantare, morbo di Morton, tallonite, metatarsalgia, distorsioni di qualsiasi genere, distorsioni del ginocchio, meniscopatie traumatiche e degenerative, lesioni legamento collaterale interno ed esterno, crociato anteriore interno ed esterno, tendinopatie achillea anche con lacerazione, tendinite e rottura della cuffia dei rotatori della spalla, ernie discali dei vari distretti (anche cervicali). Recupero fratture e lesioni tendino-muscolari, epicondiliti e borsiti.

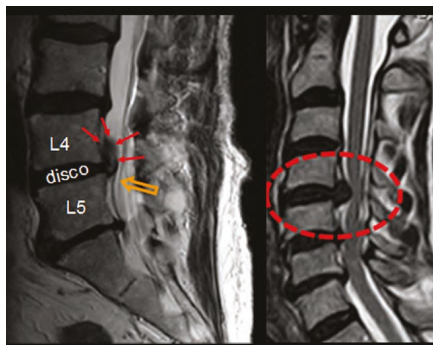
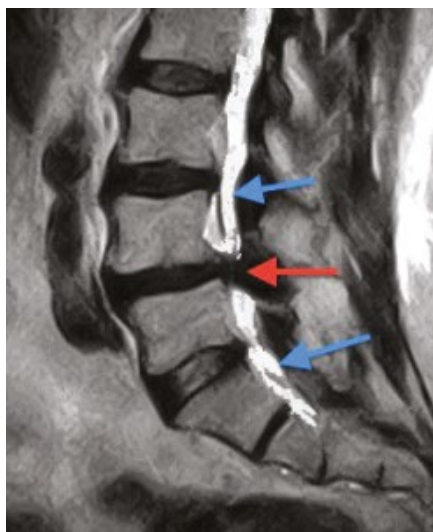
**Varie:** Lipomi, emorroidi, impotenza maschile di ogni età, lavaggio del sangue con pulizia vascolare, arteriolare, venulare, capillare, di ogni distretto corporeo e con ossigenazione.



# L'OZONO E L'ERNIA DEL DISCO

**L'ernia del disco è il risultato della fuoriuscita, dalla sua sede naturale, del nucleo polposo contenuto all'interno del disco intervertebrale.**

A seconda dei casi, l'ernia del disco, può interessare il tratto cervicale, dorsale o lombo-sacrale della colonna vertebrale. Il disturbo può essere la diretta conseguenza di traumi che la colonna vertebrale subisce durante l'attività fisica, a seguito di un sollevamento di pesi o ancora per l'abitudine a posizioni scorrette. Anche i muscoli della schiena e i legamenti della colonna vertebrale rivestono una certa importanza nella comparsa del problema, il loro indebolimento e assottigliamento, infatti, ostacola il compito di contenimento del nucleo polposo nella sua sede naturale. L'invecchiamento, la perdita di elasticità dei dischi intervertebrali e il deterioramento della colonna, aumentano le probabilità che si sviluppi un'ernia del disco.



Ernia Lombare L4 - L5 / Ernia cervicale

Diversi sono i gradi di fuoriuscita del disco dalla propria sede: si va dalla protrusione contenuta dal legamento longitudinale posteriore, fino all'ernia vera e propria, quando il disco intervertebrale è completamente fuori sede.

**Le ernie si classificano:**

- **ERNIA CONTENUTA** (forma più frequente) è un aumento armonico del disco per tutta la sua circonferenza. Il nucleo polposo si incunea nelle fessurazioni dell'anello fibroso ma non perfora, rimane contenuta dal legamento longitudinale posteriore.
- **ERNIA PROTRUSA** è un'abbondanza dai contorni irregolari, il legamento longitudinale posteriore è interrotto.
- **ERNIA ESPULSA** il materiale erniato è libero.
- **ERNIA MIGRATA** in questa condizione il frammento espulso migra a distanza dal disco di origine, più frequentemente in direzione caudale (in basso) o intraforaminale.

**Non sempre la sintomatologia è rapportata all'entità dell'ernia: esistono ernie enormi praticamente silenti, anche con importanti segni di impronta, e piccole protrusioni che danno dolore importantissimo.**



**L'intervento chirurgico ha una recidiva del 50% contro il 5% dell'Ossigeno-Ozonoterapia.**

**C'è una possibilità di riduzione del disco prolassato?**

La nostra esperienza clinica ci ha portato ad abbracciare la tecnica dell'Ossigeno-Ozonoterapia paravertebrale in modo da poter effettuare tale metodica estemporaneamente, in ambito ambulatoriale, senza bisogno di ambienti dedicati e macchinari radiografici.

La nostra tecnica, che applichiamo in stretto accordo con i protocolli della Società Scientifica Italiana di Ossigeno-Ozonoterapia, non ha rischi né controindicazioni. Con tale tecnica si interviene su tutta la colonna. Offre inoltre anche molteplici vantaggi ai pazienti ed enorme risparmio per il sistema sanitario nazionale rispetto a qualsiasi altra terapia. È una terapia efficace e risolutiva anche nei casi di ernie già operate. A differenza delle semplici terapie antalgiche alle quali siamo abituati, il cui scopo è eliminare il dolore, l'Ozono permette di intervenire direttamente sulla causa che lo determina. Agisce direttamente sul disco protruso o erniato, riducendone il volume e quindi la possibilità che venga a essere danneggiata la fibra nervosa; svolge inoltre azione miorelassante e decontratturante muscolare.

Trattamento Ossigeno-Ozonoterapia per Ernia Discale effettuato dal Prof. Luigi Di Girolamo.



# L'OSSIGENO-OZONO: UN RIMEDIO NATURALE CONTRO LA SINDROME CERVICALE

**Sintomi: Vertigini, nausea, emicranie, dolore e rigidità ai muscoli del collo e delle spalle, perdita di sensibilità alle dita, mancanza di forza nelle mani, fotofobia.**

Uno dei punti più delicati e vulnerabili del corpo umano è il tratto cervicale. Esso è composto da 7 vertebre che danno sostegno al capo e permettono di compiere movimenti rotatori, flessori ed estensori della testa.

L'origine della sindrome cervicale è piuttosto varia. Questi dolori possono infatti interessare le strutture ossee, nervose, muscolari, vascolari o legamentose del tratto cervicale della colonna vertebrale. Il tratto cervicale della colonna è il secondo per frequenza ad essere colpito dalle ernie discali, a causa della grande mobilità e della sua vulnerabilità in caso di traumi anche non eccessivamente gravi.

Le più frequenti patologie responsabili di dolore al collo sono rappresentate da:

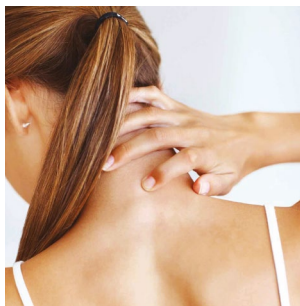
- **Spasmo muscolare**, che può essere dovuto ad una scorretta postura o a bruschi movimenti del capo. Lo strappo muscolare cervicale, è spesso causato da un trauma, ad esempio un incidente automobilistico che provochi una lesione da colpo di frusta.
- **Spondilosi o osteoartrosi cervicale**, è rappresentata da degenerazione dei dischi intervertebrali e dalle alterazioni dei corpi vertebrali adiacenti. In genere il dolore è localizzato al collo o posteriormente al capo, ma se è interessata la radice nervosa il dolore può essere presente alla spalla o al braccio.

**A livello della colonna cervicale possono essere presenti due sindromi da compressione:**

**Compressione delle radici nervose:** il dolore inizia dal collo, successivamente può irradiarsi alla spalla o al braccio (cervicobrachialgia). Al dolore fanno seguito in un secondo tempo disturbi della sensibilità sotto forma di parestesie (alterazioni della sensibilità), ipoestesi (riduzione della sensibilità), rara è l'anestesia (abolizione della sensibilità).

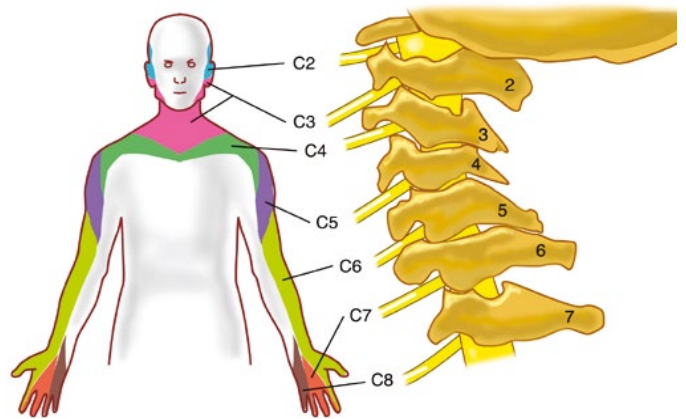
**Compressione del midollo spinale:** può essere dovuta alle stesse cause precedentemente descritte ma con localizzazione più centrale. La compressione midollare può riflettersi anche agli arti inferiori con riduzione della forza e modesta sintomatologia sensitiva.

Ernia del disco cervicale espulsa, che schiaccia il midollo spinale.



## LA TERAPIA

Nel caso di dolore persistente si può ricorrere all'Ossigeno-Ozonoterapia utilissima nel trattamento di questo disturbo. Il trattamento dell'ernia discale cervicale è per la maggior parte dei casi conservativo e solo una piccola parte viene riservata alla chirurgia. Tale disturbo viene trattato con iniezioni percutanee paravertebrali di Ossigeno-Ozono, con lo scopo di associare l'effetto miorelassante a quello antiflogistico e antalgico diretto sulla radice nervosa compressa. La terapia va associata a riposo a letto ed all'uso di un collare cervicale per limitare i movimenti del collo.



RADICE	LUOGO DEL DOLORE	DISORDINE SENSITIVO
C3 -C4	muscoli paraspinali, muscoli spalla	collo
C5	collo, spalla, zona anteriore del braccio	spalla
C6	collo, spalla, zona anteriore e laterale del braccio	pollice e regione radiale dell'avambraccio
C7	collo, spalla, zona ulnare dorsale dell'avambraccio	dito medio e indice
T1	collo, spalla, zona ulnare dorsale del braccio	zona ulnare dell'avambraccio, anulare e mignoli

# L'ARTROSI: COS'È E COSA FARE?

**L'Artrosi è una malattia degenerativa, cronica e invalidante che colpisce le cartilagini delle articolazioni.**

Colpisce inizialmente la cartilagine articolare ma successivamente coinvolge anche altri tessuti come l'osso subcondrale, la sinovia e l'apparato capsulo-legamentoso. Si localizza prevalentemente in alcune aree del corpo, soprattutto anca e ginocchio, ma di frequente interessa anche la colonna vertebrale e le dita di mani e piedi.

*Il sintomo principale è un dolore persistente a una o più articolazioni, da condizionare la qualità di vita.*

Altri sintomi possono variare a seconda dell'area interessata dalla patologia: per esempio **l'artrosi della spalla** consiste nel consumo della cartilagine della spalla e nello sfregamento delle ossa che compongono l'articolazione scapolo-omerale. Oltre i 65 anni di età o in persone con una certa predisposizione, la cartilagine della spalla può quindi andare incontro ad usura, provocando dolore, rigidità e limitazione delle normali attività quotidiane. **L'artrosi cervicale** invece può causare cefalea, dolore lungo le braccia, vertigini, nausea, rumori cervicali descritti come "sensazione di sabbia che fa attrito". **L'artrosi dell'anca (coxartrosi)** può causare andamento claudicante o difficoltà nelle comuni attività, come infilarsi le scarpe, accavallare le gambe o scendere le scale. Anche **l'artrosi del ginocchio (gonartrosi)** può causare un andamento claudicante, ma anche deformità del ginocchio o evidente perdita del tono muscolare della coscia con diminuzione della sua circonferenza. Quando è presente l'infiammazione, l'articolazione può gonfiarsi a causa del liquido che si forma all'interno o a causa della reazione infiammatoria dei tessuti periarticolari. L'artrosi del ginocchio e dell'anca può essere prevenuta e in parte alleviata diminuendo il peso corporeo. Molto utile è imparare ad assumere posture corrette sul posto di lavoro e nella vita di tutti i giorni, ed eseguire esercizi fisici appropriati (fisioterapia) per mantenere elastiche le articolazioni. I farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS) sono largamente impiegati nel trattamento dell'osteoartrite e sebbene ridu-

cano effettivamente la sintomatologia dolorosa associata a queste patologie, il loro utilizzo si accompagna al rischio di effetti collaterali gastrointestinali (perforazioni, ulcerazioni e sanguinamenti).

## LA CURA CON L'OSSIGENO-OZONOTERAPIA

La potente azione antinfiammatoria e antidolorifica dell'Ossigeno-Ozono viene sfruttata quindi nel trattamento delle patologie ortopediche più frequenti, come l'artrosi, la cervicalgia, le tendiniti, la lombalgia, le periartriti, in quanto priva di questi dannosi effetti collaterali. L'Ossigeno-Ozono favorisce l'eliminazione delle sostanze mediatrici del dolore dell'infiammazione, come l'istamina, la serotonina, le prostaglandine, in modo naturale.



## Speciale Epicondilite

### LA TERAPIA CON OSSIGENO-OZONO

Per epicondilite s'intende un'affezione degenerativa microtraumatica di un tendine alla sua inserzione ossea sull'epicondilo omerale. In questa sede sono numerosi i tendini che prendono inserzione ma solo uno di questi va incontro a tale forma degenerativa.

Tradizionalmente questa patologia si definisce anche gomito del tennista. Nella pratica clinica è frequente ritrovarla anche in persone che svolgono altre attività sia lavorative che sportive o anche in chi non svolge occupazioni particolar-

mente pesanti. Deve essere ricordato, infatti, che il muscolo interessato viene sollecitato per qualsiasi movimento del polso e della mano, anche il più semplice e ripetitivo, come scrivere, digitare su una tastiera, girare una chiave, guidare.

#### OSSIGENO-OZONOTERAPIA:

**La scelta di usare l'Ozono nasce dal forte potere antiflogistico di questa molecola. Normalmente si effettuano un numero di 10-12 infiltrazioni locali nella regione dolente, ad intervalli di 2-3 giorni.**



## GONALGIA, OVVERO IL DOLORE AL GINOCCHIO

La **gonalgia** è un **disturbo muscolo-scheletrico** che colpisce molte persone. La causa del dolore può essere una sindrome da usura, dai muscoli non tonici che non sono capaci di dare pieno supporto al ginocchio, da un micro-trauma o dal sovrappeso che grava sulle ginocchia. **Talvolta la causa della gonalgia è l'usura della cartilagine all'interno dell'articolazione.**

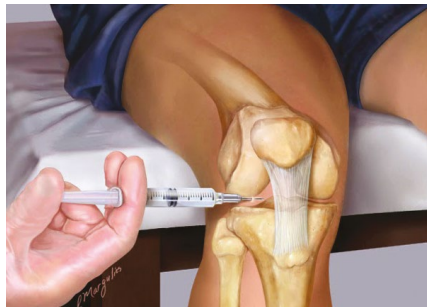
L'elasticità della cartilagine è essenziale, poichè protegge le ossa dai costanti micro-traumi provocati dai movimenti di sfregamento di un osso contro l'altro. Se manca la cartilagine l'osso rimane direttamente esposto all'usura provocando dolore.

### COME INTERVENIRE:

In caso di **infiammazione di natura traumatica** un ciclo di Ossigeno-Ozonoterapia è sufficiente al pieno recupero del ginocchio interessato e della funzionalità della gamba. Se si tratta di una **infiammazione di natura artrosica** possiamo intervenire prima che si avvii il processo di degenerazione ossea, in questi casi la terapia con Ossigeno-Ozono può essere associata ad infiltrazione di acido ialuronico.

In questo modo si associa all'azione lubrificante dell'acido ialuronico quella antinfiammatoria dell'Ozono. Se è già evidente l'alterazione ossea l'Ozono, associato ad acido ialuronico, dà effettivo sollievo e un rallentamento del processo degenerativo.

Ovviamente una perdita di peso riduce la pressione che grava sulle ginocchia, e questo giova non solo alle articolazioni ma a tutto il sistema osteo-articolare. Non appena il vostro dolore ed infiammazione diminuiscono, una leggera attività fisica è auspicabile, i famosi 10.000 passi al giorno sono ottimi.



L'acido ialuronico sarà somministrato con infiltrazione intrarticolare.



## L'OSSIGENO-OZONOTERAPIA NELLA MEDICINA SPORTIVA

La Medicina Sportiva è una branca della medicina molto particolare che si occupa dello sport e delle sue patologie, del recupero delle capacità motorie del paziente dopo un trauma ma anche a livello preventivo.

Dopo una accurata visita medica e valutazione degli esami eseguiti, viene proposto il protocollo terapeutico idoneo al disturbo dichiarato. In medicina sportiva la miscela di Ossigeno-Ozono viene somministrata tramite infiltrazioni nella zona del trauma.

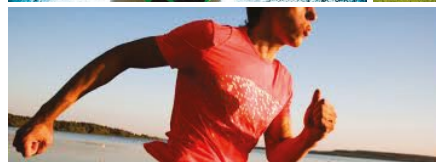
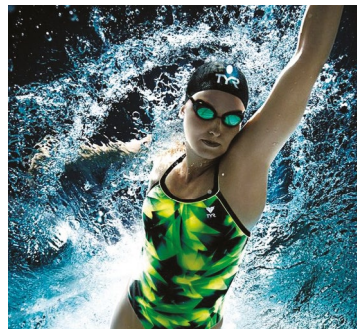
### Alcuni utilizzi dell'Ossigeno-Ozonoterapia nella Medicina Sportiva:

La terapia con Ossigeno-Ozono non si limita al recupero funzionale del trauma o della patologia in atto, ma *agisce sul paziente nella sua totalità*, seguendolo nel tempo, con opportune metodiche, per ridurre i fattori di rischio e le recidive.

**Per aumentare le prestazioni sportive e la resa muscolare l'autoemoinfusione rappresenta la scelta migliore.**

### Le indicazioni più frequenti della Ossigeno-Ozonoterapia nella Medicina Sportiva sono:

- *Recupero dei traumi sportivi*, in particolare le distorsioni articolari, le contratture o gli strappi muscolari, dove si osserva un'importante riduzione dei tempi di recupero dell'attività motoria.
- *Tutte le patologie da elevato utilizzo dei muscoli e dei tendini*, tipiche dell'attività dello sportivo, quindi epicondiliti (gomito del tennista), nelle talloniti, nella metatarsalgia, nelle borsiti.





# L'OSSIGENO-OZONOTERAPIA NEL TRATTAMENTO DELL'HERPES ZOSTER

**L'Herpes zoster è una malattia infettiva causata dal virus della varicella infantile.** La malattia è caratterizzata da una eruzione cutanea con presenza di vescicole solitamente limitata ad un lato del corpo, e forte dolore che deriva dalla crescita diffusa del virus nei nervi infetti, causando infiammazione.

È stato osservato che il virus si manifesta con maggiore incidenza su persone anziane. Questo rapporto con l'età è attribuito alla diminuzione delle capacità immunitarie.

L'insorgenza dell'Herpes zoster, generalmente spontanea, può essere favorita oltre che dall'abbassamento delle difese immunitarie, anche da intossicazioni, da infezioni gravi come meningiti e polmoniti, da malattie del sistema nervoso.

## HERPES SIMPLEX ED HERPES ZOSTER: LA CURA CON L'OSSIGENO-OZONOTERAPIA

In caso di **Herpes zoster** è stato osservato il parziale blocco evolutivo delle lesioni erpetiche trattate molto precocemente con la piccola autoemioinfusione. In questi casi, le lesioni cutanee ed i dolori connessi all'infezione regrediscono spontaneamente fino alla completa scomparsa. Anche nel caso di **Herpes simplex**, se il paziente è trattato subito dopo la comparsa della sintomatologia, la remissione si presenta già dopo 24-36 ore. Il trattamento prevede, oltre alle sedute di piccola autoemioinfusione, delle infiltrazioni intradermiche di Ossigeno-Ozono lungo il decorso del dolore.

## A TUTTO GAS virus e batteri KO con l'Ossigeno-Ozonoterapia

### PATOLOGIE VIRALI E BATTERICHE IN CUI È UTILIZZABILE L'OSSIGENO-OZONOTERAPIA:

- **Epatite** virale acuta ed in particolare quella cronica (A, B, C, D).
- **Herpes simplex, zoster**, labiale e genitale ricorrente, **psoriasi**.
- Infezioni da citomegalovirus e parvovirus in immunodepressi.
- **Infezioni da papilloma virus** (condilomi genitali ed ano-rettali, epidermodisplasia verruciforme e infezioni respiratorie ricorrenti).
- **Micosi** (es. Micosi cutanee in genere, micosi interdigitale del piede o "piede d'atleta", candidosi orale e genitale) e **Onicomicosi**.
- Endometriti e vulvo-vaginiti batteriche o micotiche recidivanti e persistenti (resistenti a terapia antibiotica o antimicotica).
  - **Cistiti ed uretriti** recidivanti e persistenti (resistenti a terapia antibiotica o antimicotica).
- **Disturbi respiratori** ricorrenti con difetto nella produzione di IFN o invecchiamento immunologico.
  - **Sindrome da stanchezza cronica**.
- Raffreddore comune e/o infezioni da rhinovirus.
  - **Dermatiti, foruncolosi, acne** (specie nella varietà "cistica"), prurito cutaneo.

## ACNE ? NO GRAZIE

L'Ossigeno-Ozonoterapia recentemente si è imposta come eccellente rimedio terapeutico in questa patologia, che affligge molte persone in giovane età.

In questo caso l'Ozono viene utilizzato soprattutto per combattere la componente microbica, grazie alle sue proprietà disinfettanti e battericide. Generalmente l'acne colpisce i giovani nella pubertà, tende a scomparire in-

torno ai 25 anni d'età ed è accompagnata da recidività.

Non esiste una causa scatenante precisa, ma ci sono diversi fattori che favoriscono l'acne, come la predisposizione genetica, l'eccessiva secrezione di sebo, la flora microbica, fattori ambientali, alimentari e lo stress.

### La terapia con Ossigeno-Ozono:

Il trattamento dell'acne prevede 1 o 2 sedute settimanali di piccola autoemioinfusione per un totale di 8-12 se-

dute a seconda delle necessità.



# INSUFFLAZIONE RETTALE DI OSSIGENO-OZONO

Con questa tecnica, l'Ossigeno-Ozono viene introdotto nell'organismo attraverso il retto e la sua mucosa, inducendo effetti sia sistemici che locali. In particolare l'effetto antiflogistico del gas e soprattutto l'azione antisettica permettono un'ottima disinfenzione dell'intestino, distruggendo la flora anaerobia (dannosa), favorendo lo sviluppo di quella aerobia.

Il drenaggio del sangue proveniente dall'intestino attraverso i vasi mesenterici, garantisce un immediato trasporto dell'Ozono legato ai globuli rossi verso il fegato, con importanti indicazioni terapeutiche per patologie acute e croniche del fegato.

Si tratta di una tecnica molto efficace nelle patologie infiammatorie acute e croniche dell'intestino:

- Rettocolite ulcerosa • Gastriti • Morbo di Crohn
- Diverticolosi/ite • Stipsi cronica
- Iperammoniemia da cirrosi epatica scompensata
- Vaginiti • Endometriti • Endometriosi • Dismenorree
- Uretriti • Cistiti • Prostatiti

Nell'insufflazione rettale (la tecnica è assolutamente indolore) si somministra la miscela di Ossigeno-Ozono tramite un cateterino monouso. L'Ozono viene in contatto con le pareti dell'intestino producendo reazioni chimiche simili a quelle indotte dalla grande autoemoterapia.

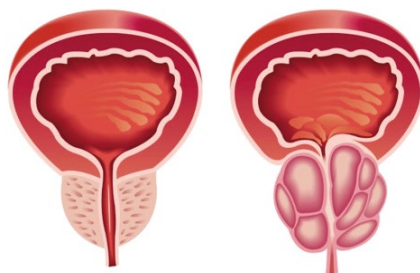
**L'Insufflazione rettale quindi sostituisce egregiamente la grande autoemioinfusione in pazienti in cui può essere difficile l'accesso al sistema venoso o che preferiscono evitare trattamenti che coinvolgano l'utilizzo del sangue.** Può anche essere utilizzata nei bambini, per il trattamento di patologie quali: autismo, disturbi gastrointestinali, deficit delle difese immunitarie, allergie, dermatiti, stati infiammatori, asma, depressione dell'umore.

## PROBLEMI DI PROSTATA

Se vi è stata diagnosticata una prostatite batterica cronica o prostatite acuta, parliamo di una malattia della prostata che colpisce dal 30 al 50% degli uomini sessualmente attivi e si presenta con svariati sintomi, fra i quali fastidio o dolore pelvico, infezioni urinarie, eiaculazione precoce, infertilità, impotenza e talvolta incontinenza.

**L'applicazione dell'Ossigeno-Ozonoterapia in campo andrologico è ormai consolidata da vari anni.**

L'Ossigeno-Ozono grazie alle sue proprietà battericida, virucida, antimicotica e antiflogistica consente di ottenere ottimi risultati in patologie dell'apparato maschile, refrattarie alla terapia farmacologica.



PROSTATA NORMALE    PROSTATA INGROSSATA



**La somministrazione di Ossigeno-Ozono è indolore, rapida e senza alcun rischio ed effetto collaterale.**



## OSSIGENO-OZONOTERAPIA, UN ALLEATO PREZIOSO PER LA CURA DI NUMEROSI DISTURBI...ANCHE I PIÙ INTIMI

L'Ossigeno-Ozonoterapia si può utilizzare nelle infezioni dell'apparato genitale femminile, refrattarie alla terapia farmacologica, perché l'Ozono ha un potente effetto battericida, fungicida ed antivirale.

Le principali patologie che si possono trattare grazie all'insufflazione vaginale sono:

- Vaginiti e vulviti acute e croniche
- Endometriti/osi
- Uretriti
- Dismenorree



### CISTITE RICORRENTE? CURIAMOLA CON L'OSSIGENO-OZONOTERAPIA

La cistite è un'infezione alla vescica. Nella maggior parte dei casi è provocata da un'infezione batterica. Porta bruciore e dolore durante la minzione, stimolo frequente a urinare e, in alcuni casi, sangue nell'urine. Quando gli episodi di cistite si ripetono frequentemente (almeno tre volte nell'arco di un anno) si parla di cistite ricorrente. La cistite ricorrente colpisce in prevalenza donne di età compresa tra i 25-30 e i 60 anni e nel 80% dei casi si tratta di un'infezione da Escherichia Coli. Un rimedio per questo fastidioso disturbo è l'insufflazione vaginale di Ossigeno-Ozono, che grazie alle sue proprietà, consente anche in questo caso di ottenere ottimi risultati.

# PSORIASI: I SINTOMI, LE CAUSE, LA CURA

La **psoriasi** è una malattia infiammatoria della pelle, non è né infettiva né contagiosa. Solitamente di carattere cronico-ricidivante.

## Cosa la scatena:

Le cause alla base della psoriasi non sono ancora del tutto chiare. Prima di tutto si può dire che la psoriasi sia legata a **un'alterazione del sistema immunitario**.

In particolare, un tipo di cellule del nostro sistema immunitario (i linfociti T) che normalmente ci proteggono da microrganismi, causano l'infiammazione e fanno sì che le cellule della pelle si riproducano in modo anomalo ed eccessivo. Tutto ciò accade quando la persona ha una predisposizione genetica, infatti circa il 30% delle persone affette da psoriasi ha almeno un parente di primo grado con la stessa malattia. Oltre ai fattori genetici, possono essere importanti anche alcuni **fattori ambientali**, un **evento stressante fisico o mentale**, un **trauma o delle lesioni della cute**, oppure **un'infezione**, spesso da streptococco.

## Cosa colpisce:

Anche se il disturbo può comparire in qualsiasi zona del corpo, in genere si localizza in corrispondenza di gomiti, ginocchia, cuoio capelluto e parte lombare della schiena, oltre che ai palmi delle mani, alle piante dei piedi ed in regione genitale. Le unghie delle mani e dei piedi sono interessate dal disturbo (distrofia ungueale psoriasica) approssimativamente nel 50% dei casi di psoriasi. Questa talvolta rappresenta l'unica sede interessata dalla malattia.



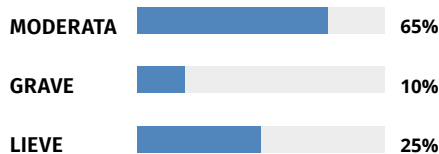
## I principali sintomi:

**La pelle forma delle chiazze ispessite e arrossate, coperte da squame di colore grigio.** Le persone affette da psoriasi possono soffrire inoltre di ulteriori disturbi, tra i quali troviamo dolore e prurito, difficoltà di movimento articolare e stress emotivo.

## Conseguenze:

La psoriasi può anche causare l'infiammazione delle articolazioni, determinando il disturbo noto come *artrite psoriasica*. Circa il 30% dei soggetti affetti da psoriasi (con un range che può andare da 6% al 48%) svilupperanno successivamente l'artrite psoriasica.

## I numeri:



La psoriasi colpisce 80 milioni di persone in tutto il mondo e, secondo le stime, il 2-3% della popolazione europea. Di questi, il 10% è colpito da una forma grave o complicata di psoriasi. L'età di comparsa della malattia è variabile, nel 59% dei soggetti si ha entro i 39 anni di età.

## Trattamento con farmaci:

Oggi sono a disposizione farmaci e terapie in grado di migliorare la patologia nella stragrande maggioranza dei casi. I farmaci applicati direttamente sulla pelle spesso sono in grado di far regredire la psoriasi spengendone l'attività, ma non consentono di guarire completamente dalla malattia. Proprio per questa sua cronicità, la psoriasi necessita di una cura costante e regolare.



Dopo 2 sedute di Ossigeno-Ozonoterapia si può notare un importante miglioramento della pelle.

## Trattamento con Ossigeno-Ozonoterapia:

**Infiltrazioni sottocutanee**, nella zona della lesione psoriasica. **Applicazione** di crema specifica protetta da pellicola in plastica. **Si suggerisce** di inserire ogni due settimane una piccola o grande autoemoinfusione per la probabile origine autoimmunitaria. **È importante** che il paziente segua una terapia disintossicante omeopatica e non sia soggetto a particolari stress.

**Le lesioni da psoriasi di norma cominciano a regredire dopo pochissime sedute con la scomparsa della sintomatologia, in particolare del prurito.**

# AUTOEMOTERAPIA CON OSSIGENO-OZONO

Migliora la qualità di vita in pazienti affetti da patologie come:  
Sclerosi multipla, SLA, Alzheimer,  
Artrite reumatoide, Parkinson,  
Demenza senile precoce,  
Morbo di Crohn.

L'**Autoemoterapia (AE)** può essere considerata un autotrapianto di sangue ad azione antinfiammatoria, disintossicante, riparatrice tissutale ed immunostimolante. La terapia prevede il prelievo di circa 150 ml di sangue venoso tramite una sacca trasfusionale, mescolata con una uguale quantità di miscela di Ossigeno-Ozono ad una precisa concentrazione e reinfusa nello stesso paziente.

## Effetti dell'Autoemoterapia:

- Aumenta la produzione di energia incrementando il catabolismo degli acidi grassi.
- Regolarizza il ritmo cardiaco e la pressione arteriosa.
- Accelera la glicolisi.
- Aumenta la deformabilità dei globuli rossi e quindi facilita il loro passaggio all'interno dei piccoli capillari.
- Attiva la circolazione.
- Riduce la viscosità del sangue.
- Riduce i radicali liberi, responsabili dell'invecchiamento generale e cutaneo.
- Riduce le infiammazioni.
- Riduce la Proteina C reattiva.
- Azione battericida, fungicida e virustatica.
- Azione immunomodulante sui linfociti e monociti.
- Potenzia il sistema antiossidante mitocondriale.
- Riduce gli immunocomplessi circolanti nelle patologie autoimmunitarie.
- **Azione rivitalizzante:** miglioramento funzionale degli organi, azione antidepressiva, miglioramento delle quote di energia spendibile.
- **Azione rigenerante:** si manifesta attraverso l'inversione della tendenza al catabolismo, in anabolismo cellulare.
- **Azione disintossicante:** migliorando la funzionalità degli organi emuntori (reni, fegato, ecc.), favorisce l'eliminazione delle sostanze tossiche.
- Aumenta la percentuale di ossigeno nei tessuti, riduce gli accumoli di grasso, migliora l'elasticità cutanea, induce un ringiovanimento del derma.



## Per quali patologie è utile?

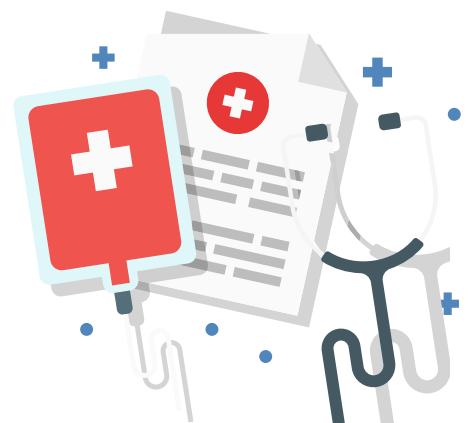
- **Reumatologia:** Artrite reumatoide, reumatismi articolari, malattie autoimmunitarie.
- **Ortopedia:** Osteoporosi, fibromialgia, artrosi.
- **Oculistica:** Maculopatia retinica (diabetica, ischemica, degenerativa senile), disturbi della vista, distacco retinico.
- **Geriatrics:** Demenze, disturbi della senilità, morbo di Parkinson.
- **Neurologia:** Depressione, cefalea vasomotoria e a grappolo, patologie neuro-vascolari, sclerosi a placche.
- **Dermatologia:** Acne, foruncolosi, micosi, alopecia, herpes, psoriasi, afte.
- **Medicina Interna:** Epatite virale, diabete mellito, stati dismetabolici, allergie, intolleranze alimentari.
- **Angiologia:** Arteriopatie, ulcere cutanee, arteriosclerosi, insufficienza venosa, morbo di Raynaud, morbo di Burger.
- **Andrologia:** Impotenza sessuale vascolare.
- **Pneumologia:** Bronchite, asma bronchiale, enfisema polmonare, broncopatia cronica ostruttiva.
- **Otorinolaringoiatria:** Acufeni, ipoacusia, vertigini.
- **Oncologia:** come adiuvante della chemio e radioterapia.
- **Odontoiatria:** Osteonecrosi del mascellare, flogosi e infezioni parodontali.
- **Urologia/Ginecologia:** Infezioni dell'apparato uro-genitale.

## SCLEROSI MULTIPLA

La **sclerosi multipla (SM)** è una patologia infiammatoria/autoimmune cerebrale che può determinare gravi disabilità motorie e sensitive. Non esiste ancora nessuna cura che possa dare una guarigione definitiva. Le cure mediche più usate sono: antinfiammatori, immunomodulanti e immunosoppressori. Purtroppo tutti questi farmaci, alcuni dei quali ad alto costo economico, sono gravati da effetti collaterali che, a volte, possono essere non tollerati dai pazienti o possono indurre altre gravi patologie. L'Ozonoterapia si presenta come efficace terapia, che può essere praticata sia da sola che in associazione con altri farmaci, a seconda della gravità del quadro clinico del paziente.

### I risultati attesi sono:

Rallentamento nella progressione della malattia, riduzione del dolore conseguente a spasticità e/o alterazioni posturali, riduzione della frequenza delle poussées, miglioramento del ritmo sonno-veglia, miglioramento funzionale del microcircolo venoso linfatico, miglioramento della vista, dell'equilibrio e delle funzioni vescicali.



# OSTEOPOROSI: SINTOMI E TERAPIA

**L'Osteoporosi è una malattia sistemica caratterizzata da ridotta massa ossea, dal deterioramento della microarchitettura del tessuto osseo dovuto alla rottura dell'equilibrio fisiologico fra la deposizione e il riassorbimento del materiale organico ed inorganico di esso, con conseguente predisposizione al rischio di fratture.**

Ad oggi, l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) la inserisce tra i maggiori problemi di sanità pubblica che colpisce l'intera popolazione mondiale, basti pensare che le persone colpite sono più di 75 milioni e questo numero è in continua crescita.

Nella maggior parte dei casi questa malattia colpisce soprattutto le donne come conseguenza di una menopausa spontanea o indotta chirurgicamente. In questa condizione viene particolarmente intaccato l'osso trabecolare piuttosto che quello corticale a causa dell'elevato livello di ricambio osseo come conseguenza alla mancanza di estrogeni. Il processo di questa malattia purtroppo è silente, quindi una notevole quantità del materiale osseo andrà perso senza che il paziente se ne renda conto.

La tradizionale terapia medica consiste nella somministrazione di un giusto apporto di calcio, vitamina D, sodio fluoruro e ormoni anabolici, accompagnati da una corretta alimentazione e attività fisica costante. Il miglioramento della mineralizzazione dell'osso impiega circa 4-6 mesi. Secondo recenti studi, l'Ossigeno-Ozonoterapia associata alla cura tradizionale dell'osteoporosi, ha effetti circolatori e metabolici positivi, accelerando anche il processo di guarigione. Infatti l'Ossigeno-Ozonoterapia determina effetti benefici nella circolazione sanguigna, aumenta l'elasticità della parete dei globuli rossi e la cessione di ossigeno ai tessuti, provoca una vasodilatazione degli

sfinteri precapillari con riattivazione del microcircolo. Questo determina un potente stimolo alla formazione di nuovi vasi sanguigni, condizione indispensabile per l'apporto delle sostanze utili ai tessuti ed all'osso osteoporotico e previene le complicanze del trattamento con bifosfonati quali l'osteonecrosi da bifosfonati.

Infine, aggiungendo un esercizio fisico mirato continuo, si ha un effetto protettivo sullo scheletro, aumentando la densità ossea, la reattività muscolare e diminuendo il dolore.

**Quindi l'Ossigeno-Ozonoterapia, con la sua potente azione antinfiammatoria e antidolorifica, priva di effetti dannosi collaterali, può essere sfruttata nel trattamento dell'osteoporosi raggiungendo così effetti benefici e un processo di guarigione più veloce per questa malattia che negli ultimi anni si sta diffondendo enormemente.**



## L'IMPORTANZA DI UN CORRETTO APPOGGIO PLANTARE

La complessità strutturale del piede è dovuta alle sue funzioni, molteplici e molto precise, infatti, è una struttura così piccola che riesce ad adattarsi a situazioni diverse. Il piede riceve e trasmette sensazioni, e anche quando l'uomo è fermo in posizione eretta, il piede si muove, infatti un corpo immobile in attesa del movimento, prevede un piede "acceso" ed al massimo delle capacità ricettive. Appare chiaro quindi che il piede, fulcro principale del nostro organismo, presiede alla stabilizzazione della stazione eretta, alla propulsione e al movimento, all'adattamento della marcia sul terreno, alla coordinazione della postura. Mentre ci muoviamo, dalle dita al polpaccio, si mette in azione una fitta rete di muscoli, che prendono rapporto con il ginocchio sino alla colonna vertebrale e all'articolazione tempo-

ro-mandibolare. Ecco perché un appoggio al suolo scorretto si ripercuote ovviamente sul piede, ma anche sul ginocchio, sulla colonna vertebrale ed oltre, determinando delle tensioni che possono essere causa di dolori quali: cefalea, sciatalgia, mal di schiena (solo per citarne alcuni).

**La postura è di vitale importanza ai fini di un corretto equilibrio dell'organismo e per ridurre l'incidenza di diverse malattie.**

### VALUTAZIONE PODOSCOPICA

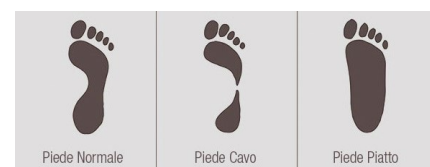
Essa permette di valutare, ad esempio, se l'impronta appartiene ad un piede piatto, cavo o normale. La pedana consente anche la valutazione visiva della distribuzione dei carichi sui due piedi, evidenziata dalla differente intensità luminosa dell'impronta plantare sotto carico.

### Conseguenze di piedi piatto-valghi:

- Rotazione interna degli assi tibio-femorali da cedimento interno

astragalocalcaneare.

- Tendenza al ginocchio valgo-flesso.
- Disallineamento interno delle rotule.
- Sacro orizzontalizzato.
- Sviluppo di compressioni sul tratto lombo-sacrale.
- Iperlordosi lombrare.
- Ipercifosi dorsale.



# LA RADIOFREQUENZA: UNO DEI RIMEDI PER SCONFIGGERE IL DOLORE CRONICO

La tecnologia della Radiofrequenza, da lungo tempo conosciuta e sperimentata in numerosi campi, è in grado, di restituire in tempi molto brevi la normale funzionalità di movimento, agendo in special modo, come terapia del dolore. Tali effetti sono spesso riscontrabili dalle primissime applicazioni. Fisioterapia, medicina dello sport, terapia del dolore hanno sperimentato da anni i benefici di tale tecnologia. La semplicità di utilizzo e la non invasività lo rende un metodo estremamente facile da applicare, sicuro, indolore ed assolutamente gradevole per il paziente. L'azione endogena agisce sui sistemi cellulari ed innesca in modo naturale i processi riparativi ed antinfiammatori. Il sistema è in grado di agire selettivamente sugli strati più o meno profondi, permettendo di trattare fasce muscolari, agire sul sistema circolatorio e linfatico, tendini, articolazioni, legamenti, cartilagini e tessuti ossei. Di non poca importanza sono i tempi molto brevi che portano al recupero. Segnaliamo in particolare le patologie infiammatorie, dolorose, osteoarticolari e muscolari.

La radiofrequenza non ha controindicazioni particolari e può essere applicata per più giorni consecutivi.

## Come funziona?

Questo metodo si avvale del principio terapeutico basato sulla somministrazione di calore per un certo periodo di tempo in una regione prestabilita del corpo umano, l'innalzamento e il mantenimento della temperatura avvengono in un range compreso tra 40°C e 43°C.

Trasferire energia ai tessuti profondi è comune a molte terapie, ma tutte la dispensano dall'esterno con effetti collaterali prodotti dall'impatto con la cute. Con la Radiofrequenza si provoca la condizione fisica per richiamare le cariche elettriche del corpo dall'interno dei tessuti verso la superficie cutanea. L'energia biocompatibile ceduta ai sub-

strati biologici esplica la sua azione terapeutica con due effetti sinergici:

- **Innalzamento del potenziale energetico delle membrane cellulari.**

- **Aumento della temperatura profonda (endogena) non per cessione di energia, ma per incremento fisiologico indotto.**

Il calore prodotto si diffonde nei tessuti circostanti per conduzione, ma soprattutto attraverso il sistema circolatorio. I parametri fisici dello stimolo energetico devono essere adatti al soggetto e al distretto in trattamento, al fine di ottenere il massimo rendimento terapeutico con la minimizzazione degli effetti secondari non voluti.

## Quali sono le indicazioni principali della Radiofrequenza?

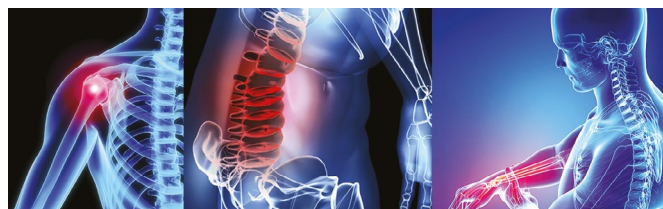
**Osteo cartilaginee:** contusioni, distorsioni, elongazioni, artrosi, gonartrosi, lombartrosi, cervicoartrosi, coxartrosi, rizoartrosi, periostiti, fratture da stress, esiti di fratture.

**Muscolari:** contratture, contusioni, elongazioni, lesioni di primo e secondo grado, miositi.

**Tendine:** tendiniti, peritendiniti dell'achilleo, del rotuleo della cuffia dei rotatori, tenosinoviti, tendinopatie inserzionali, epicondilite, epitrocleite, pubalgia, tendinosi.

**Borse sierose e fasce:** borsiti, cisti di baker, fasciti, fascite plantare.

**Neurali:** neuromi, neuroma plantare, sindromi canalicolari, tunnel carpale, tunnel tarsale.



## ALLERGIA: LA CURA CON L'OZONO

L'allergia, o sindrome allergica, è un disturbo del sistema immunitario caratterizzato dalla reattività immunologica, che provoca reazioni anomale al contatto con determinate sostanze, come pollini, acari, determinati alimenti, farmaci ecc. La reazione allergica colpisce aree localizzate come il

naso (rinite allergica), le vie aeree, con conseguente difficoltà nella respirazione, associata a spasmo bronchiale, ed infine gli occhi e la pelle, che presentano un forte arrossamento accompagnato da prurito.

## Terapia con Ossigeno-Ozono:

Si può procedere con una grande autoemo, una piccola autoemo, infiltrazione per via sottocutanea e transdermica o insufflazione rettale.

Il miglioramento è dovuto all'innalzamento del livello delle difese immunitarie, il cambiamento è oggettivo con conseguente riduzione delle reazioni allergiche e una migliore risposta ai tradizionali farmaci antistaminici e cortisonici.

## MACULOPATIA RETINICA DEGENERATIVA SENILE

*La maculopatia degenerativa senile (DMS) è una malattia che colpisce in maniera selettiva la parte centrale della retina cioè la macula, ed interessa oltre il 10-15% delle persone oltre i 65 anni rappresentando la prima causa di deficit visivo nel mondo occidentale.*

*Positivi sono gli effetti sui pazienti trattati con grande autoemoinfusione, che hanno ottenuto risultati favorevoli e conseguente rallentamento significativo del processo degenerativo. Nel 22% dei casi è stato rivelato un miglioramento sia dell'acuità visiva sia della condizione vascolare retinica.*

# CRONICA E ACUTA, LA STANCHEZZA CHE ROVINA LA VITA

“ Quando la fatica diventa una malattia vera e propria, impedendoci le attività più semplici nella quotidianità. **La sindrome da stanchezza cronica, una malattia complessa dalle cause incerte.** ”

La **Sindrome da Stanchezza Cronica** è un disturbo alquanto complicato, può colpire chiunque, è più frequente in persone di età compresa tra i 30 anni e i 50 anni, predilige il sesso femminile ed è molto rara negli anziani.

La fatica cronica non viene alleviata dal riposo e spesso viene aggravata da minimi sforzi compiuti.

I sintomi della Sindrome da Stanchezza Cronica sono generalmente una stanchezza prolungata e debilitante, cefalea, linfonodi ingrossati del collo e delle ascelle, gola infiammata, dolori muscolari e alle ossa, disturbi del sonno, perdita di memoria e concentrazione, difficoltà di concentrazione e malessere generale. Tutto ciò provoca, a lungo andare, l'incapacità di sostenere i normali impegni della vita quotidiana, sia a livello occupazionale, che sociale e personale.

**Nonostante i numerosi studi in merito, i ricercatori non sono riusciti ancora ad individuare le precise cause della sindrome.**

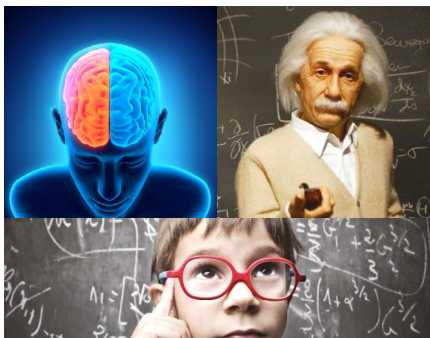
Le varie ipotesi finora prese in considerazione sono:

- **Problemi di natura psicologica**, diverse persone affette da questa sindrome hanno vissuto periodi di importante stress o un forte trauma emotivo.
- **Squilibri ormonali.**
- **Infezioni di tipo virale.**
- **Difetti del sistema immunitario.**

**I BENEFICI CON L'OSSIGENO-OZONOTERAPIA:**

Il trattamento con Autoemotrasfusione (GAET) di Ossigeno-Ozono aumenta la resistenza allo sforzo ed ha un potente effetto anti-invecchiamento. È una terapia ad ampio spettro: azione anti-infiammatoria, antidolorifica (locale e sistemica), riattiva il microcircolo nei vari organi ed apparati (maggiore cessione e migliore utilizzo di ossigeno e sostanze nutritive nelle cellule) e migliore eliminazione delle sostanze tossiche prodotte dal metabolismo cellulare.

**Un senso di debolezza crescente, dolori e l'impossibilità di continuare le proprie attività.**



## OSSIGENAZIONE CEREBRALE

Successivamente al trattamento con l'Ossigeno-Ozono si nota un significativo aumento della concentrazione di emoglobina ossigenata. L'effetto è immediato e riscontrabile già dopo un'ora dall'inizio del trattamento. Si tratta di un aumento dell'ossigenazione cerebrale a parità di consumo di ossigeno, che comporta una situazione di migliorata funzionalità in quanto viene meglio captato l'ossigeno presente.

## EFFETTI PRODOTTI:

- Miglioramento del microcircolo cerebrale.
- Aumento dello stato di attenzione.
- Miglioramento delle attività cognitive e della memoria.
- Anti-invecchiamento.
- Diminuzione della spasticità e dell'infiammazione neuromuscolare.

## ACQUA OZONIZZATA

### Perché bere acqua ozonizzata?

Perché è estremamente pura, sana, vitale e ricchissima di ossigeno (espresso in percentuale il 200% in più rispetto ad una comune acqua) che è il carburante delle nostre cellule. Attualmente la FDA (Ministero della Salute USA) certifica che l'Ozono è il migliore agente in grado di distruggere tutti i germi patogeni e gli agenti inquinanti nella purificazione dell'acqua. L'uso quotidiano di acqua ozonizzata trova largo impiego nel curare numerose patologie gastriche come per esempio le gastriti da *helicobacter pylori*, eliminando il batterio dopo circa

quindici giorni di assunzione evitando così l'uso di antibiotici. *L'assunzione per via orale nella quantità di due bicchieri al giorno cura con grande efficacia le più svariate patologie intestinali.*

Assumere acqua ozonizzata aumenta i livelli d'immunità e le difese contro la maggioranza delle malattie. L'azione combinata tra l'Ozonoterapia mediante insufflazione rettale e quella mediante l'acqua per via orale restituisce all'intestino le sue funzionalità garantendo una valida difesa contro i batteri, i virus ed ogni altra intossicazione e disfunzione.

**Bere acqua ozonizzata è una piccola "Ozonoterapia" quotidiana.**



### PAT. LOCALI

Coliti croniche, poliposi, diverticolosi intestinale, neoformazioni, candidosi cronica, stipsi cronica.



### PAT. IMMUNITARIE

Allergie e intolleranze alimentari, disturbi reumatico-fibromuscolari, affaticamento cronico, morbo di Crohn.



### PAT. CIRCOLATORIE

Insufficienze venose arti inferiori, sindrome emorroidaria, arteriosclerosi, ipertensione, gonfiore alle gambe ed al corpo.



### PAT. DISMETABOLICHE ED EPATICHE

Diabete, insufficienza epatica, cirrosi.

# LA SALUTE VIENE MANGIANDO...BENE

Dieta non significa solo sottrarre cibo all'alimentazione, dieta è modo di vivere, muoversi, mangiare e quant'altro caratterizzi lo stile di vita.



## È importante sapere che:

- Il fabbisogno alimentare varia da persona a persona, da giorno a giorno, ed è strettamente legato in relazione all'età, all'ambiente di vita, al sesso, alle condizioni fisiologiche e all'attività fisica.
- La qualità degli alimenti è importante per fornire tutte le sostanze (proteine, zuccheri, grassi, vitamine, sali minerali, oligoelementi, fibra ed acqua) per un corretto funzionamento di tutto il metabolismo e quindi per lo stato di salute.
- Gli alimenti vanno distribuiti nel corso della giornata in 4/6 pasti, determinando un miglior utilizzo dell'energia.
- La giusta preparazione dei cibi favorisce una migliore digestione e mantiene attivi i principi nutrizionali. Si consiglia di limitare l'uso di sale, zucchero e lattosio.
- L'acqua è fondamentale per l'organismo sia quella contenuta nei cibi sia quella che beviamo nel corso della giornata. È consigliato bere almeno 3 lt di acqua minerale al giorno con ph alcalino superiore a 7.
- Sottoporsi a 24 ore di "digiuno" due volte al mese nei giorni di luna piena e luna nuova favorisce la depurazione dell'organismo.

## Educhiamoci a mangiare

**Cosa significa mangiare in modo sano?** Vuol dire dare al nostro organismo tutto quello di cui ha bisogno per compensare l'energia che spende, accrescere e ricambiare i propri tessuti ed esprimere il massimo del benessere nella vita di ogni giorno.

- **Si comincia** con una prima colazione ricca di elementi nutritivi per dare "carburante" ad una giornata di attività.
- **Spezziamo la mattinata** con una spremuta di frutta, un frutto di stagione o un centrifugato di verdure, occasione di pausa e relax.
- **Il momento del pranzo** è quello centrale della giornata alimentare e dovrebbe fornire mediamente il 30% delle calorie giornaliere. Si consiglia di assumere alimenti a maggiore contenuto calorico, come carboidrati e grassi fino alle ore 15, perchè vengono bruciati più velocemente grazie all'azione degli ormoni tiroidei e surrenalici. Prediligere il consumo di cereali, pane e farine integrali biologiche.
- **La merenda del pomeriggio** si configura come una piccola razione di recupero, buona per reintegrare l'energia consumata. Si consiglia nuovamente un frutto di stagione o un centrifugato di verdure.
- **Il pasto serale** sarà costituito da carne, pesce, uova, legumi e verdure perchè favoriscono la sintesi dell'ormone della crescita, fondamentale per il consumo dei grassi, potenziando i muscoli (massa magra) e inducendo la produzione di melatonina, che regola il sonno.

## Perchè rivolgersi ad un medico?

Spesso non è la quantità di cibo che mangiamo che ci fa ingrassare, ma l'alimento stesso che di per se non è ben tollerato o smaltito in maniera corretta dal nostro organismo provocando gonfiori, colite, stitichezza, nausea e numerose altre patologie. In quel caso solo dopo un'accurata visita e specifici esami è possibile decidere il regime alimentare più corretto per la persona, stabilendo quali sono gli alimenti da evitare e con cosa sostituirli.



**Sapevi che il freddo fa dimagrire?**  
**Il freddo è un valido alleato del dimagrimento, poiché il calo delle temperature aiuta l'organismo a bruciare le cellule di grasso adiposo.**

## Dimagrisci mangiando freddo

**Un alimento caldo è più calorico di un alimento freddo** perchè dal momento che viene assunto, l'organismo cessa di bruciare le proprie calorie per servirsi del calore fisico contenuto in esso. Quando si consuma un alimento freddo invece, l'organismo deve portarlo alla temperatura interna del corpo per poterlo utilizzare, questa operazione porta ad un maggior consumo di calorie, rallenta la digestione.



## TABELLA DELLE CALORIE PER 100 gr. DI ALIMENTO

Fonte: "Il portale delle calorie"

Albicocche	28	Carote	33	Fragole	30	Marmellata	284	Pane integrale	230	Salmone affu.	180
Alici	96	Ceci	361	Funghi Freschi	22	Mela media	43	Panna Fresca	300	Sedano	15
Ananas	40	Cetrioli	15	Funghi Secchi	120	Melanzane	18	Pecorino	332	Seppia	72
Anguria	15	Cicoria	22	Grana Padano	384	Melone	30	Pasta	360	Sogliola	83
Arancia	34	Ciocc. Fond.	515	Grissini	400	Merluzzo	83	Patate	83	Spinaci	24
Asparagi	24	Ciocc. al latte	545	Lardo	891	Miele	304	Peperoni	22	Tacchino	120
Avocado	231	Cocco	364	Latte Int.	64	Mozzarella	250	Pere	40	Tonno sott'olio	258
Banana	65	Emmenthal	403	Latte Screm.	36	Nocciole	600	Piselli Freschi	70	Tonno al naturale	103
Biscotti	351	Fagioli	100	Lattuga	15	Noci	660	Pollo	180	Uovo di gallina	130
Burro	750	Fagiolini	17,5	Lenticchie Secche	296	Olio di oliva	900	Pomodori	15	Uva Fresca	60
Birra chiara	32	Fette Biscott.	389	Maiale carne magra	130	Olio di semi	910	Prosciutto cot.	215	Vino (12°)	70
Birra scura	46	Fichi Freschi	47	Maiale carne grassa	330	Olive verdi	142	Prosciutto crud.	224	Vitello carne magra	107
Cacao	320	Fichi Secchi	246	Mandarini	44	Orata	121	Ricotta Fresca	165	Yogurt Intero	64
Carciofi	18	Finocchi	15	Margarina	760	Pane tipo 00	269	Riso Bianco	362	Yogurt Magro	36

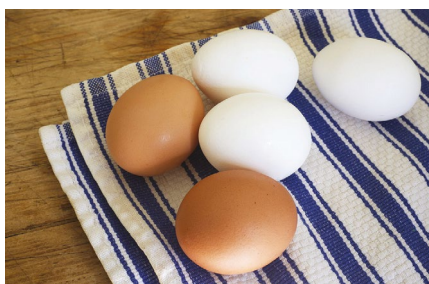


### INTOLLERANTE AL LATTE VACCINO?

Sono molte le persone che spesso lamentano disturbi all'intestino come sindrome del colon irritabile, stitichezza, gonfiori addominali, e molti altri sintomi legati a una forte intolleranza al latte e ai suoi preziosi componenti. Il latte vaccino può essere sostituito con latte di soia, di riso, di mandorle o di farro.

**Inoltre è importante conoscere le fonti nascoste di tale alimento nei cibi quotidiani:** Prodotti per infanzia (minestrine, pappe, biscotti), dolci commerciali in genere, caramelle, gelati, chewing gum, cioccolato, margarine, prosciutto cotto e insaccati, pizza bianca e rossa, alimenti confezionati con dicitura "caseina" o "caseinato", crema di whisky e di limoncello, latte di capra, carne bovina, agnello, capretto.

Importante anche controllare la lista dei vari ingredienti nelle salse, ragù, polenta, purè di patate, ripieni di alimenti surgelati.



### INTOLLERANTE ALL'UOVO?

Negli ultimi anni è in aumento il numero delle persone affette da intolleranze e allergie alimentari. In particolare, una delle allergie sempre più riscontrate è quella all'uovo che, insieme all'intolleranza al latte, risulta essere la più frequente. L'allergia è causata da una reazione dell'organismo che riconosce come nocive alcune proteine contenute nell'uovo. **Chi ne è affetto presenta sintomi piuttosto simili a quelli delle altre allergie:** reazioni cutanee come dermatiti, eczemi e orticarie, riniti allergiche, sintomi gastrointestinali come crampi e nausea, respiratori come asma e senso di costrizione toracica o affanno. Sfortunatamente, questa intolleranza è una delle più fastidiose, poiché l'uovo è presente in tantissimi alimenti in commercio. Importante è eliminare contemporaneamente all'uovo la carne di pollo, tacchino, volatili in generale e la mela.

### NICHEL SOLFATO

Il nichel, come solfato, è presente in moltissimi alimenti tra i quali **lenticchie, fagioli, cacao, nocciole, liquirizia** per citare quelli che ne contengono una buona quantità, poi ci sono molte verdure e frutti come gli **asparagi, spinaci, cipolle, funghi, kiwi, pomodoro** che comunque ne contengono quantità significative.

L'intolleranza e l'allergia al nichel sono condizioni particolarmente spiacevoli perché questo metallo è presente un po' ovunque, anche nell'acqua del rubinetto e negli alimenti industriali come merendine, alimenti in scatola e pani di vario genere.



### SEI UN SOGGETTO ALLERGICO? SOFFRI DI PRURITI, ROSSORI, GONFIORI?

#### ELIMINA QUESTI ALIMENTI:

**Alimenti ricchi di Istamina:** Formaggi fermentati, bevande fermentate (vino, birra, bevande alcoliche ecc.), pesce (aringhe, acciughe, salmone, tonno), spinaci, pomodori, carni (fegato di maiale, insaccati).

**Alimenti che contengono sostanze Istamino-liberatrici:** Fragole, cioccolato, crostacei e frutti di mare, pesce in scatola, albume d'uovo e pomodori.

# ALIMENTI DRENANTI CHE FAVORISCONO L'ELIMINAZIONE DEI LIQUIDI

## Scopriamo i 10 fra i principali diuretici naturali.

Che possiamo inserire comunemente nella dieta e che favoriscono l'eliminazione dei liquidi in eccesso.



### 01 Anguria

Grazie al suo alto contenuto di acqua (circa il 92%) l'anguria è un ottimo alimento drenante. Contribuisce a migliorare la nostra idratazione nelle più calde giornate estive anche grazie alla presenza di sali minerali come ferro, sodio, magnesio, potassio. La sua assunzione deve essere limitata per chi è affetto da diabete o insulino-resistenza, a causa del suo elevato indice glicemico.

### 02 Asparago

Questo tipico ortaggio primaverile ha numerose proprietà benefiche poiché ricco di fibre, acido folico, vitamine e tanti sali minerali, oltre che di antiossidanti. L'elevato contenuto di potassio lo rende un ottimo alimento diuretico. Deve fare attenzione chi soffre di gotta, problemi renali ed osteoarticolari per l'elevata quantità di acidi urici prodotti dalla sua digestione.

### 03 Sedano

Il sedano è composto per l'88% da acqua e l'abbondanza di minerali ne fanno un eccellente drenante del fegato, dei reni e delle vie respiratorie. È inoltre ricco di vitamine e antiossidanti. Oltre a ciò ha un bassissimo contenuto calorico e quindi si presta bene ad essere consumato anche in grandi quantità da solo o in fresche insalate.

### 04 Pomodoro

I pomodori sono ricchi di acqua, vitamine e sali minerali. Grazie all'alto contenuto di potassio fungono anche da diuretici naturali. Sono inoltre ricchi di beta-carotene e licopene, che proteggono le cellule dall'invecchiamento e dalle malattie cardiovascolari.



### 05 Avena

L'avena è uno straordinario cereale ricco di proteine e acidi grassi essenziali. Ha un basso indice glicemico che lo rende adatto ad essere consumato anche da chi soffre di problemi nella regolazione glicemica. La silice in essa contenuta le conferisce proprietà diuretiche. È fonte straordinaria di fibre.

### 06 Ananas

L'ananas è il più noto alimento drenante. Tale proprietà è dovuta alla presenza di acidi organici e di bromelina, un enzima presente soprattutto nel gambo che ha anche effetti digestivi. I preparati ottenuti dal gambo dell'ananas sono infatti largamente usati in erboristeria per combattere non solo la ritenzione idrica ma anche gonfiori, disturbi digestivi e infiammazioni.

### 07 Carciofo

Il carciofo vanta proprietà digestive e diuretiche, dovute al suo contenuto di cinarina, la sostanza che gli conferisce il

suo tipico sapore amaro. Essa è in grado di aumentare il flusso biliare e favorire la diuresi. Affinché il carciofo conservi queste sue proprietà benefiche, andrebbe consumato crudo, magari in pinzimonio o bollito con poca acqua.

### 08 Mirtillo

I mirtilli sono fra gli alimenti con il più alto contenuto di agenti antiossidanti grazie alla presenza di vitamine A, C ed E e antocianine, che proteggono i tessuti dai danni dei radicali liberi e contribuiscono a mantenere l'integrità dei capillari sanguigni. Per il loro elevato contenuto di acqua e sali minerali i mirtilli hanno proprietà drenanti. In alternativa al frutto intero si può gustare il succo, meglio se concentrato e fresco.

### 09 Limone

Il limone oltre ad essere rinfrescante, antisettico e contenere tanta vitamina C, è un ottimo drenante.

Bere del limone nell'acqua durante il giorno sarà molto utile per depurarci eliminando le tossine.

### 10 Cetrioli

Molto utilizzati nelle insalate, sono ricchi di potassio, calcio, fosforo e ferro. Godono di proprietà antinfiammatorie, diuretiche e rivitalizzanti, reintegrano liquidi e sali minerali persi col sudore.



## L'IMPORTANZA DI BERE ACQUA

**Bere acqua vuol dire garantire salute al corpo, ma anche riconquistare la linea.** È importante assumere la giusta quantità di liquidi per mantenere idratato il nostro corpo. Quando abbiamo lo stimolo della sete siamo già disidratati. L'organismo non possiede riserve d'acqua e per questo è necessario rifornire il nostro corpo bevendo tanto e mangiando cibi come frutta e verdura, che contengono una notevole quantità di acqua. **Possiamo migliorare la nostra salute semplicemente bevendo acqua nel modo corretto.**

Iniziamo con il dire che è indispensabile avere con sé una bottiglietta d'acqua durante l'attività fisica o nella stagione calda, per integrare i liquidi persi. Per quanto riguarda la ritenzione idrica, che non significa avere "troppa" acqua nel corpo, ma soffrire di uno squilibrio nel-

la sua distribuzione. Spesso le persone che ne soffrono non bevono a sufficienza. Per questo per "asciugare" i ristagni occorre bere spesso e di più. L'acqua ripulisce i tessuti drenando le tossine, diluendo gli eccessi di sale che innescano la ritenzione idrica, combattendo la stipsi.

### Cosa fa l'acqua nel nostro organismo?

- **Elimina i ristagni:** una maggiore idratazione facilita l'eliminazione delle scorie che gonfiano i tessuti, contrastando la ritenzione.

- **Stimola l'intestino:** migliora lo svuotamento intestinale, con un effetto rimodellante e anti gonfiore

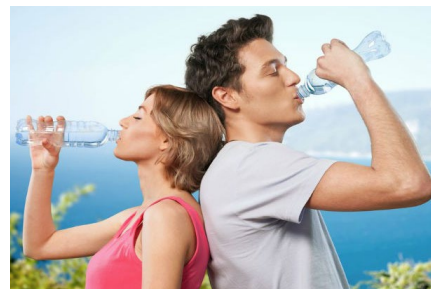
- **Riduce grasso e fame:** il nostro organismo una volta depurato e idratato dall'acqua, fa meno fatica a smaltire i depositi di grasso accelerando i processi di dimagrimento, inoltre, bevendo di più fuori pasto, si riempie lo stomaco e

si previene la fame nervosa.

### Quanto bere?

La bottiglia da due litri è la dose giusta per un adulto. A questo quantitativo vanno aggiunti i liquidi forniti al corpo da frutta e verdura, per un totale di 3 litri al giorno.

**Cambiare spesso l'acqua che bevi è salutare, si alternano così i minerali contenuti nelle acque e ci si mette al riparo da accumoli e da carenze di questi ultimi.**



# LA GINNASTICA DA FARE A CASA

Anche se non sembra, il movimento è la migliore soluzione per il mal di schiena.

## Curare le ossa e muscoli con la ginnastica

Che tu sia al lavoro o che tu faccia altre attività, è normale fare movimenti scorretti o mantenere delle posture scorrette durante il giorno. E anche se non ci pensi, perché non sei abituato a farci caso o perché nessuno te lo ha fatto mai notare, la postura è importante per evitare e prevenire problemi come ad esempio: lombalgia, dolore dorsale e cervicale, torcicollo, sciatalgia.

Ecco alcuni esercizi specifici per i muscoli che hanno bisogno di allungarsi, possono essere eseguiti a casa e in qualsiasi momento libero della tua giornata.

**AVVERTENZE:** Eseguire sempre un riscaldamento generale prima di iniziare gli esercizi di stretching, indossare indumenti comodi che non impediscano i movimenti, scegliere un ambiente rilassante e rispettare la corretta tecnica di respirazione, evitare i movimenti bruschi e gli eccessivi allungamenti.



### PER IL TRATTO LOMBOSACRALE:



**ESERCIZIO 1:** Ti occorre un tappetino da palestra, può andare bene un tappeto o una coperta piegata, purché siano abbastanza spessi per creare una distanza adeguata tra la schiena e il pavimento. Sdraiati, le gambe sono leggermente divaricate, le braccia sono distese lungo il corpo, assicurati di fare aderire bene tutta la schiena a terra. Mentre una gamba rimane distesa a terra, piega l'altra gamba verso il petto e con entrambe le mani abbraccia bene il ginocchio. Mentre fai questo movimento espira, fai uscire bene tutta l'aria, avendo cura di non staccare mai la schiena dal tappetino (**img.1**). Mantieni la posizione per almeno 30 secondi, fino al massimo di 1 minuto, continua a fare lunghi respiri. Riporta la gamba lentamente a terra. Ripeti lo stesso esercizio con l'altra gamba, fai almeno 3 ripetizioni per ogni gamba. **Sentirai la zona lombare che si distende.**

### PER IL TRATTO DORSALE:



**ESERCIZIO 2:** Sei seduto con le gambe tese (**img.2**) fletti il busto in avanti e piega il capo rivolgendo lo sguardo verso l'ombelico. Respira lentamente e profondamente, ogni volta che espiri lascia andare il busto sempre più verso il basso. Quando l'esercizio ti risulterà più facile, e a condizione che tu non avverta nessun tipo di tensione o di dolore, aumenta l'allungamento mettendo le mani dietro la nuca, sempre mantenendo il busto flesso in avanti. Rimani nella posizione per circa un minuto poi ritorna lentamente con il busto eretto, fai dei grandi respiri e ripeti l'esercizio per 3 volte. **Sentirai una sensazione di allungamento nella zona dorsale e anche cervicale.** Attenzione a non forzare la spinta in avanti con le braccia che deve essere molto lieve.



**ESERCIZIO 3:** Sempre a terra sul tappetino, fletti entrambe le gambe e il busto sul lato sinistro (**img.3**), disegna con la schiena un arco, aiutandoti con il braccio destro. Fai degli ampi respiri, concentrati sull'allungamento del dorso e mantieni la posizione aiutandoti con la spinta del braccio destro. Rimani in allungamento per almeno 30 secondi e poi ripeti l'esercizio flettendo le gambe, il busto e il braccio sinistro sul lato destro. Ripeti l'esercizio 2 volte per ogni lato.

### PER IL TRATTO CERVICALE:

**ESERCIZIO 4:** In piedi appoggia bene la schiena a una parete completamente piana, i piedi sono paralleli a circa 30 cm dalla parete. Prenditi qualche secondo per regolare l'appoggio della schiena che deve "incollarsi al muro" soprattutto il tratto cervicale (**img.4**). Quando sei sistemato piega la testa verso la spalla destra mentre il mento si sposta in direzione del petto. Si crea così un movimento di retrospulsione, che genera il cosiddetto "doppio mento", che aumenta la sensazione di allungamento della zona cervicale. Mentre ti allunghi verso destra con il capo, fai attenzione a non alzare la spalla sinistra, mantienila ben lontana dall'orecchio sinistro. Rimani in allungamento per 30 secondi e poi ripeti lo stesso esercizio dal lato opposto. Fai 3 ripetizioni per lato.



“ Nel caso la schiena ti faccia troppo male e ti impedisca di fare gli esercizi limitati a sdraiarti con le gambe flesse e i piedi a terra e fai lunghi respiri usando il diaframma, questo ti aiuta comunque a rilassare la schiena e alleviare le tensioni muscolari. ”

# PREVIENI I SEGNI DEL TEMPO. RIEMPI, RINNOVA, SOLLEVA, TONIFICA.

## VALORIZZA LA TUA BELLEZZA

Con trattamenti specifici per contrastare i segni del tempo, tonificare la pelle e ridurre le rughe d'espressione.

**PRENOTA LA TUA CONSULENZA GRATUITA.**



### BOTOX PER SOLLEVARE E DISTENDERE

Il *Botulino* è utilizzato per eliminare le cosiddette rughe d'espressione, causate dalla contrazione dei muscoli mimici e per il trattamento dell'iperidrosi (eccessiva sudorazione).

**Con il Botox possono essere trattati i seguenti inestetismi e patologie:**

- Rughe frontali (rughe orizzontali della fronte)
- Rughe interciliari
- Rughe delle labbra (intorno alla bocca)
- Rughe e solchi glabellari (tra le sopracciglia)
- Zampe di gallina (rughe intorno agli occhi)
- Rughe di espressione
- Ringiovanimento del viso ad effetto lifting
- Iperidrosi
- Cefalee croniche da tensione
- Strabismo
- Blefarospasmo
- Distonia cervicale
- Spasmo dello sfintere anale
- Disturbi della deglutizione
- Spasmo muscolare da paralisi cerebrale
- Disordini del movimento (spasticità)



### ACIDO IALURONICO PER RIEMPIRE

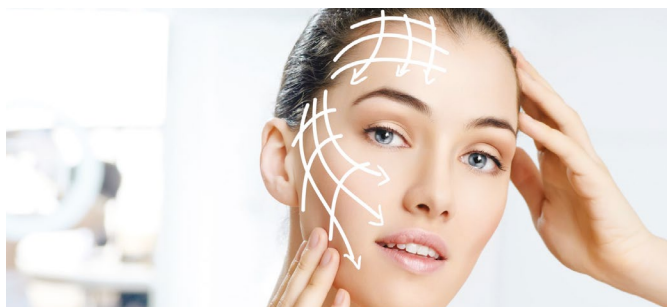
I filler sono sostanze che vengono iniettate nella pelle per correggere gli inestetismi del viso, ed in particolare per rallentare i segni dell'invecchiamento, **eliminando rughe e solchi della pelle**, correggendo i volumi del viso, aumentando la dimensione di zigomi, mento e labbra.

Le iniezioni di filler non necessitano di alcun tipo di anestesia. I risultati sono immediati così come la ripresa di tutte le normali attività. Il filler biologico tende a riassorbirsi, e la permanenza nel derma è limitata in media da 6 mesi ad 1 anno.

### ACIDO MANDELICO PER RINNOVARE

L'acido mandelico si distingue per le sue straordinarie **proprietà esfolianti e perché non fotosensibile**. L'indicazione per eccellenza dell'acido mandelico è il trattamento di segni e sintomi legati all'acne grazie alle sue proprietà antibatteriche. Viene poi anche utilizzato per trattare geneticamente pelli impure, per la rimozione delle **macchie cutanee**, come trattamento ricompattante della pelle e contro le **rughe superficiali**.





## LA BIOSTIMOLAZIONE PER PREVENIRE

La Biostimolazione del viso è una delle più richieste in questo campo, perché come ben sappiamo, il viso è la parte più esposta in tutto il percorso di vita.

È un trattamento medico-estetico per recuperare e mantenere la giovinezza della pelle, prevenire il decadimento dei tessuti attraverso la ricostruzione/riorganizzazione della struttura della pelle; la procedura migliora l'elasticità ed il turgore del tessuto cutaneo, aumenta visibilmente la tonicità della pelle e contrasta l'azione dei radicali liberi. Come dimostrato scientificamente, con l'età, la presenza di acido ialuronico nella pelle diminuisce sensibilmente, questa è una delle cause principali dell'invecchiamento cutaneo e della formazione di rughe. **Contrasta l'insorgenza delle rughe agendo dall'interno.**

## OSSIGENO IPERBARICO PER TONIFICARE



Rivoluzionario ed innovativo sistema di "biostimolazione non iniettiva" per viso, collo e décolleté.

Sin dalla prima seduta, le rughe sottili del viso si attenuano e la pelle appare visibilmente più idratata, luminosa, tonica, più giovane.

Il trattamento, non invasivo ma piuttosto piacevole e rilassante, consiste nell'infusione attraverso uno strumento tipo "aerografo" di ossigeno ad alto flusso e siero con principi attivi. Sebbene i risultati siano visibili già dopo la prima seduta, per poter apprezzare un miglioramento sostanziale e persistente è necessario effettuare una "terapia d'urto", che prevede 6 sedute, 1 o 2 a settimana, ed un mantenimento con una seduta al mese.



## SOFT LIFTING VISO & CORPO

FILI DI BIOSTIMOLAZIONE E DI SOSPENSIONE PER UN EFFETTO ANTI-AGING NATURALE

### DAI SOSTEGNO ALLA TUA PELLE

Il *Soft lifting* è un rivoluzionario trattamento che permette di ottenere un rapido e naturale effetto lifting tramite l'utilizzo di speciali "fili di sostegno" per ringiovanire e risollevare le parti cadenti e invecchiate del viso, del collo e di aree specifiche del corpo come: interno braccia, interno cosce, addome, glutei, le ginocchia e i gomiti. I fili, costituiti da materiali bio-compatibili, stimolano la rigenerazione dei tessuti, inducendo la formazione di nuovo

collagene, responsabile dell'elasticità della pelle. Con il passare del tempo i fili vengono riassorbiti naturalmente. **Tecnica assolutamente indolore e non invasiva.**



Fili di sospensione riassorbibili lifting non chirurgico viso.

Fili di sospensione riassorbibili lifting non chirurgico interno cosce.

# PLEXR, RINGIOVANIRE SENZA BISTURI

**Il potere del plasma. La nuova metodica di blefaroplastica non chirurgica con tecnologia Plexr (microplasma) unica al mondo.**

Il termine "non invasiva" si riferisce alla sua particolare differenza rispetto alla chirurgia tradizionale, la quale necessita di incisioni e punti di sutura. Questo tipo di approccio, al contrario, consente di rimuovere l'eccesso di pelle senza incisioni ottenendo risultati eccezionali, paragonabili a quelli raggiunti con i bisturi o laser, senza disagi e rischi per il paziente.

Questo strumento utilizza il quarto stato della materia: IL PLASMA. L'Azione del Plasma produce una sublimazione della pelle formando dei punti di retrazione elastica.

L'intervento è totalmente soft, in pochi minuti e pochissime sedute, restituisce tonicità ai tessuti. Gli effetti della procedura sono sorprendenti, strutturali, definitivi e superano di gran lunga qualsiasi trattamento ablativo. Possono formarsi piccole crosticine, che cadranno dopo circa 5 giorni e il paziente può tornare subito a svolgere le sue normali attività quotidiane. L'unica accortezza è quella di dover svolgere semplici regole di detersione, disinfezione e copertura con uno specifico make up indicato dal medico.

**Contemporaneamente è possibile correggere inestetismi come:**

- Macchie cutanee
- Acne in fase attiva e correzione di cicatrici post acneiche e non
- Asportazione di fibromi, nevi, verruche, cheloidi, xantelasma.



## SGUARDO STANCO A CAUSA DI BORSE E OCCHIAIE?

*Uno dei rimedi naturali per combattere questo fastidioso inestetismo delle borse senza ricorrere al bisturi è l'Ossigeno-Ozonoterapia.*

Le borse sotto gli occhi sono molto frequenti quando non si è più giovanissimi, con l'andare dell'età i tessuti che circondano gli occhi, compresi alcuni dei muscoli che sostengono le palpebre, si indeboliscono.

Il normale grasso che aiuta a sostenere gli occhi può spostarsi nella palpebra inferiore, causando un aumento di volume. Nello spazio sotto gli occhi possono inoltre accumularsi liquidi, che contribuiscono ad aumentare il gonfiore.

**Questo antiestetico rigonfiamento sotto gli occhi può dipendere da molteplici fattori tra cui:**

- Ritenzione idrica, dovuta agli sbalzi climatici, come giorni caldi alternati a giorni umidi, agli ormoni o a un'alimentazione ricca di sale.
- Fumo.
- Dormire supini o non dormire a sufficienza.
- Allergie o dermatiti, soprattutto se il gonfiore è accompagnato da rossore e prurito.
- Ereditarietà.

**Le borse sotto gli occhi di solito sono un problema puramente estetico o a volte sintomo di una patologia grave, è comunque possibile migliorare l'aspetto con l'Ossigeno-Ozonoterapia.**

Uno dei rimedi per combattere questo fastidioso inestetismo, senza dover affrontare il bisturi è l'Ossigeno-Ozonoterapia, la sua applicazione è semplice, viene somministrata tramite microiniezioni sottocutanee per riattivare la circolazione.

**L'Ossigeno-Ozono scinde i grassi, combatte il ristagno dei liquidi riattivando la circolazione, tonificando le pareti venose e favorendo la rigenerazione delle cellule.**

### RISULTATI?

Al termine della seduta si manifesterà un leggero gonfiore che andrà a riassorbirsi dopo poche ore dal trattamento. Il ciclo può essere di 5-8 sedute, la risposta al trattamento è soggettiva ma si può sicuramente dire che **i risultati sono visibili sin dalle prime sedute.**



# LA CARBOSSITERAPIA: L'USO DI ANIDRIDE CARBONICA A SCOPO TERAPEUTICO

## INDICAZIONE CLINICHE:

- Morbo di Burger
- Sindrome di Raynaud
- Arteriopatie diabetiche o aterosclerotiche
- Ulcere ischemiche
- Acrocianosi
- Insufficienza venosa cronica
- Reumatoartropatie croniche
- Flogosi acute (periartriti, epicondiliti ecc.)
- Dermatopie su base microangiopatica

Con il termine **Carbossiterapia** si intende la somministrazione sottocutanea di un gas, l'anidride carbonica, a scopo terapeutico. La somministrazione avviene tramite una speciale apparecchiatura che è in grado di garantire un'erogazione controllata, sterile e personalizzata. Ovviamente la somministrazione viene effettuata sotto lo stretto controllo medico.

## L'AZIONE DEL GAS

### • AZIONE SULLE LESIONI ULCERATIVE CUTANEE:

La terapia riveste un ruolo importante nel trattamento delle ulcere degli arti inferiori. Alla base di queste ulcere si ha un deficit della microcircolazione, è infatti frequente che queste lesioni possano presentarsi nel paziente affetto da insufficienza degli arti inferiori e nel diabetico. Possono trarre beneficio dalla carbossiterapia le lesioni ulcerative diabetiche, da insufficienza venosa, da insufficienza arteriosa, da lesioni vascolari miste e da compressione.

### • AZIONE SULLA CIRCOLAZIONE:

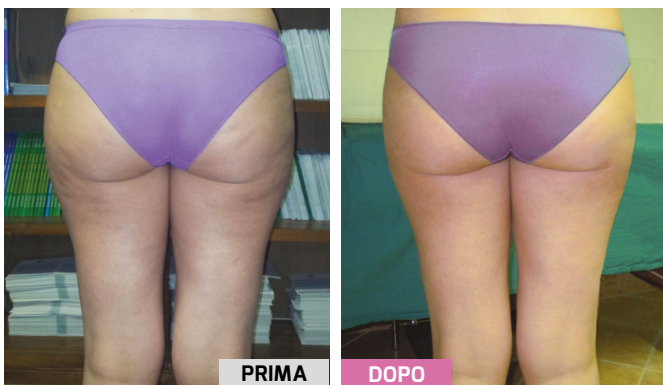
Il gas determina una vasodilatazione diretta. Il sangue scorre più veloce, i tessuti sono più ossigenati, le scorie vengono più facilmente smaltite e i gonfiori, ad esempio delle gambe, si risolvono.

### • AZIONE SULLA CELLULITE:

Levigazione della buccia d'arancia e riduzione di volume delle adiposità localizzate.

### • AZIONE SULLA CUTE:

Migliora in generale l'aspetto della pelle che risulta più tonica, più compatta, più luminosa.



Paziente trattata con 10 sedute di Carbossiterapia dal Prof. Luigi Di Girolamo. Evidente il modellamento dei glutei e la pelle appare più compatta e tonica.

## IN MEDICINA ESTETICA:

- PESF "Cellulite"
- Adiposità localizzata in eccesso
- Invecchiamento cutaneo (biostimolazione e lifting dolce)
- Smagliature



Ciò è dovuto all'aumento del flusso sanguigno, all'ossigenazione dei tessuti e all'azione sul fibroblasto, la cellula in grado di produrre acido ialuronico, collagene e fibre elastiche.

## NESSUN RISCHIO PER LA SALUTE

L'anidride carbonica è atossica, batteriologicamente pura e non provoca embolia. Non esistono effetti collaterali se non qualche piccolo livido creato dal microago.

Il trattamento di carbosotherapy può essere associato, al fine di ottenere un risultato finale ottimale e sotto la prescrizione del proprio medico estetico, ad altri trattamenti quali pressoterapia, linfodrenaggio, ecc. In questi casi infatti la carbosotherapy ne può ottimizzare gli effetti.

## CARBOSSITERAPIA NELLA SINDROME DI RAYNAUD



La somministrazione di CO<sub>2</sub> per via sottocutanea può risultare molto utile in alcune situazioni che prevedono spasmi dei vasi come nella **sindrome e nel fenomeno di Raynaud**. La somministrazione di anidride carbonica sul dorso delle mani e dei piedi determina una riduzione degli spasmi vasali. Non sottovalutando la possibile origine autoimmune di tali patologie, che necessitano in tal caso di terapie specifiche, la carbosotherapy può essere comunque una valida terapia di supporto.

# INTRALIPOTERAPIA: LIPOSUZIONE SENZA CHIRURGIA IL METODO PIÙ EFFICACE PER ELIMINARE I CUSCINETTI ADIPOSI



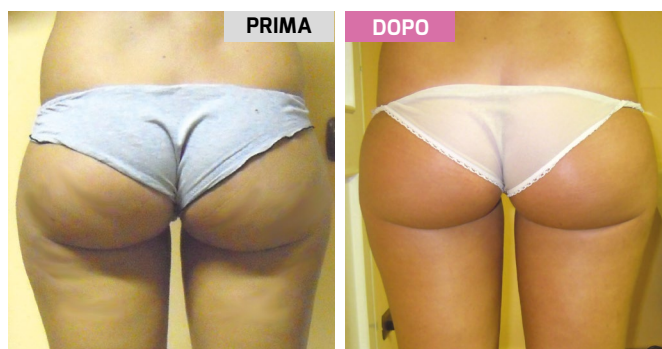
**L'intralipoterapia** è una tecnica innovativa e sicura per il modellamento del corpo che prevede semplici iniezioni direttamente nel grasso favorendo l'eliminazione e lo smaltimento degli accumuli adiposi attraverso vie naturali.

L'intralipoterapia rappresenta, al momento, la tecnica più efficace e condivisa per il trattamento non chirurgico delle adiposità localizzate in tutti quei soggetti che non intendono sottoporsi ad intervento chirurgico di lipoaspirazione. Tale metodica non sostituisce l'intervento ma costituisce una valida alternativa di seconda scelta.

Sono quindi necessarie dalle 3 alle 8 sedute a distanza di circa 20-30 giorni e ogni seduta ha una durata di pochi minuti, variabile in base ai distretti interessati.

**La metodica si è dimostrata molto efficace per il trattamento delle seguenti alterazioni (adiposità localizzata):**

- Addome
- Fianchi
- Regione trocanterica
- Interno coscia e ginocchio
- Braccia
- Plica toracica
- Ginecomastia maschile  
(aumento di volume della mammella)
- Eccesso adiposo sottomentoniero ("doppio mento")
- Xantelasmi  
(accumuli di grasso sulla cute del volto superiore)



Paziente trattata dal Prof. Luigi Di Girolamo con AQUALYX®. Immagini prima e dopo 3 sedute. Evidente il sollevamento dei glutei dato dall'eliminazione del grasso in eccesso che andava ad appesantire le natiche.

**L'intralipoterapia come la liposcultura può eliminare le adiposità localizzate con i seguenti vantaggi:**

- Non è traumatica perchè aspira le cellule adipose ma comporta un'adipocitolisi progressiva.
- Non è necessaria alcuna anestesia poichè è quasi indolore.
- Assenza di avvallamenti o irregolarità cutanee residue.
- Assenza di cicatrici.
- Assenza di infezioni.
- Recupero veloce.
- Basso costo.



◀ Trattamento eseguito su pancia e fianchi. Immagini prima e dopo 5 sedute.



# OSSIGENO-OZONOTERAPIA

## LA SOLUZIONE PER LA TUA BELLEZZA

**Elimina la cellulite, modella il tuo corpo e perdi cm dove serve con l'Ossigeno-Ozonoterapia.**

L'Ossigeno-Ozonoterapia è efficace in diversi tipi di alterazioni estetiche (cellulite, teleangectasie, insufficienze venose, ecc.), nei trattamenti di benessere, trattamenti Anti-Age, anti-radicali liberi e anti-invecchiamento. In Medicina Estetica viene impiegata nel trattamento della cellulite grazie alla sua tripla azione:

- **Lipolitica**
- **Di riattivazione del microcircolo capillare**
- **Di attivazione del metabolismo tissutale locale** con miglioramento della circolazione veno-linfatica (effetto linfodrenante e antiedema). Si ottiene una stimolazione dei vasi capillari e un aumento dell'irrorazione nei tessuti.



## CELLULITE: UNA BATTAGLIA DA VINCERE CON LA MESOTERAPIA FARMACOLOGICA

La **Mesoterapia** è una tecnica iniettiva intradiposa, che si esegue prevalentemente per trattare l'adiposità in eccesso e la cosiddetta cellulite localizzata su:

- **Culotte de cheval**
- **Interno cosce**
- **Ginocchio**
- **Fianchi**
- **Addome**
- **Braccia**

Il **protocollo terapeutico** prevede la somministrazione per infiltrazione di fosfatidilcolina con un sottilissimo ago direttamente nel tessuto adiposo. In questo modo la sostanza è in grado di solubilizzare i grassi, riducendo il volume delle cellule che li contengono.

Questa terapia è particolarmente utile nel trattamento degli accumuli adiposi dovuti a fattori endocrini e metabolici, a uno stile di vita sedentario, o che comunque risultano particolarmente resistenti ai tradizionali interventi dietetici e comportamentali.

Per intensificare gli effetti del trattamento di mesoterapia si può associare la terapia con ultrasuoni.

La tecnica è svolta in regime ambulatoriale e non è invasiva, nei due giorni successivi alla terapia è possibile che persista una leggera dolorabilità locale, gonfiore e piccoli ematomi.



**Il risultato? Pelle sana, liscia e addio cellulite**

In ogni seduta vengono trattate tutte le zone critiche (addome, cosce, glutei, braccia ecc.) con un quantitativo variabile di miscela elaborata da un macchinario specifico. Il trattamento non è doloroso.

**È possibile combinare l'azione fortemente lipolitica dell'Ossigeno-Ozonoterapia con l'azione drenante della mesoterapia omeopatica.**

Doppio trattamento completamente naturale, doppio risultato:

- **Perdita di centimetri localizzata**
- **Un corpo libero da liquidi in eccesso, asciutto, tonico e leggero**

## LA CAVITAZIONE

La **cavitazione** è un trattamento non invasivo e non chirurgico finalizzato a ridurre lo spessore delle adiposità localizzate presenti nel corpo attraverso l'utilizzo di ultrasuoni a bassa frequenza.

**Trattamento:** Attraverso l'uso di un apposito manipolo posizionato sulla zona da trattare vengono emessi degli ultrasuoni nel tessuto adiposo. La propagazione delle onde sonore causano un movimento all'interno delle cellule adipose con formazione di microbolle che, crescendo ed implodendo, le disintegrano e permettono l'eliminazione del grasso in eccesso. La procedura è applicabile in qualsiasi area del corpo come glutei, addome, cosce, pancia. La seduta ha una durata di circa 30-40 minuti, è indolore e il paziente può tornare immediatamente a svolgere le normali attività quotidiane.

**Ci sono rischi o controindicazioni?**

È un trattamento sicuro e privo di rischi soprattutto se ci si affida alla professionalità di un medico. Le frequenze utilizzate, inoltre, sono mirate all'intervento sul tessuto adiposo senza intaccare gli organi interni.

La cavitazione è indicata per pazienti che presentano accumuli di adiposità localizzata o cellulite, che possono essere trattati senza l'intervento chirurgico di liposuzione o lipoaspirazione. Ci si può comunque sottoporre alla cavitazione come mantenimento di un precedente intervento di chirurgia plastica.



## RADIOFREQUENZA PER RUGHE, LASSITÀ CUTANEE, CELLULITE



**La Radiofrequenza** è una tecnica nata negli Stati Uniti circa 5 anni fa e che oggi si sta diffondendo sempre di più, sia in ambito medico sia estetico. Sono molti i chirurghi estetici che scelgono di utilizzare la radiofrequenza sostituendola al bisturi, perché offre numerosi vantaggi: primo fra tutti la non-invasività ma anche il decorso post-trattamento molto meno stressante rispetto ai metodi chirurgici tradizionali.

La radiofrequenza in medicina estetica sfrutta la forza del calore prodotto dalle radiofrequenze, per stimolare la produzione di collagene e per restituire elasticità e tonicità alla cute. La sua azione è spesso definita "effetto lifting", il calore prodotto dalla radiofrequenza è utile a trattare le rughe, l'acne in fase attiva e il rilassamento cutaneo del volto.

In particolare, il trattamento della radiofrequenza è indicato per:

- Attenuazione delle rughe.
- Ripristino del tono cutaneo.
- Rimodellamento delle adiposità localizzate.
- Riduzione dei noduli cellulitici.
- Stimolazione del microcircolo superficiale e degli scambi cellulari.
- Stimolazione del circolo linfatico.
- Eliminazione del gonfiore da stasi.

Inoltre proprio per i suoi effetti sul microcircolo, la radiofrequenza è indicata per il trattamento degli inestetismi causati da cellulite, accumuli di grasso indesiderati, stasi circolatoria e linfatica, invecchiamento e perdita di tono cu-

taneo, negli arti inferiori, nell'addome e nelle braccia.

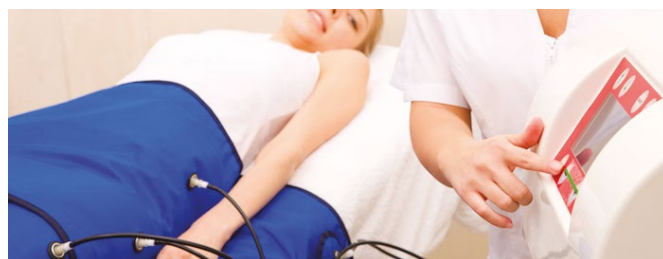
**Riduzione della cellulite, eliminazione delle tossine accumulate e dei depositi di grasso, ed un miglioramento totale dei tessuti.**

### I BENEFICI DELLA PRESSOTERAPIA

*Il trattamento estetico che migliora il funzionamento del sistema circolatorio e del sistema linfatico.*

**La pressoterapia** è un trattamento estetico che stimola la circolazione venosa e linfatica migliorando gli inestetismi della pelle quali cellulite e ritenzione idrica, grazie ad un'azione meccanica esercitata dalla pressione di un apposito macchinario.

Durante il trattamento con pressoterapia, il corpo e gli arti del paziente vengono avvolti da gambali, bracciali e fascia addominale. Questi applicatori ad aria lavorano in sinergia sul sistema circolatorio venoso e linfatico, gonfiandosi e comprimendo gradualmente le zone da trattare, favorendo la circolazione ed aiutando il corpo ad eliminare i liquidi in eccesso.



## ADDIO CAPILLARI CON LA TERAPIA SCLEROSANTE

### LA SCLEROTERAPIA

È una tecnica nota da almeno 150 anni che **consiste nelle iniezioni di un prodotto specifico**, agente sclerotico, all'interno di una dilatazione varicosa allo scopo di eliminarla. Utilizzata in medicina estetica, permette di trattare i vasi sanguigni sottili, cioè i capillari, per eliminare il loro effetto antiestetico.

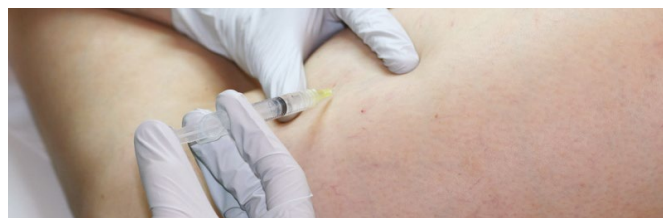
### COME FUNZIONA?

Per mezzo di un **ago molto sottile**, viene iniettato il liquido sclerosante che provoca **contrazione e restringimento delle pareti capillari fermando il flusso sanguigno**. Questo procedimento non è doloroso e nella maggior parte dei casi non c'è bisogno di ricorrere ad alcun anestetico. La terapia può essere utilizzata per **trattare i capillari dilatati e le vene varicose da varie parti del corpo** e garantisce ottimi risultati.

Una volta eseguito il trattamento sulle zone che presentano capillari e vene varicose **i risultati sono permanenti**. È possibile la comparsa di nuovi capillari per cause fisiologiche

indipendenti dal trattamento. Alimentazione, sport e uno stile di vita sano rappresentano la migliore prevenzione.

**La scleroterapia è sicura** in quanto le vene trattate sono superficiali e non hanno nessuna funzione vitale, ma rappresentano esclusivamente un disagio estetico. Le vene situate in profondità non vengono intaccate e ciò rende il trattamento sicuro ed efficace. I possibili effetti collaterali possono essere legati a reazioni allergiche molto rare. Dopo il trattamento possono presentarsi gonfiore, rossore e prurito che tendono a scomparire dopo poco tempo. Effetti collaterali duraturi sono molto rari soprattutto se ci si rivolge ad una clinica specializzata.



# UN NASO PERFETTO SENZA BISTURI: ORA C'È IL RINOFILLER

**Una delle novità nel settore della medicina estetica soft, è rappresentata dalla possibilità di rimodellare il naso senza ricorrere alla classica rinoplastica.**

Molte persone, che non si sentono a proprio agio a causa della forma del proprio naso e che valutano l'opportunità di sottoporsi a un intervento correttivo, hanno una nuova possibilità d'intervento, ma senza uso del bisturi. Questa tecnica innovativa può integrare e, a volte, sostituire la rinoplastica, consentendo di ottenere vari miglioramenti estetici. È una metodologia che prevede microiniezioni di acido ialuronico, con un'azione modellante nella depressione che si forma tra la fronte e la "gobba" del naso, come nell'immagine (img.1).



Paziente trattata dal Prof. Luigi Di Girolamo.

## COME SI PROCEDE:

Il trattamento di Rinofiller viene svolto in ambulatorio e non necessita di alcuna anestesia. È una procedura poco invasiva, che dura dai 10 ai 20 minuti e generalmente non comporta dolore: le microiniezioni sono infatti ben tollerate.

Possono essere necessarie diverse sedute distanziate nel tempo per ottenere il risultato desiderato.

## DOPO IL TRATTAMENTO:

Dopo il Rinofiller, la parte trattata potrebbe presentare normali rossori o gonfiori per qualche giorno, ma non costringe a sospendere le proprie attività quotidiane.

Solo nelle ore successive al trattamento bisogna evitare l'uso di occhiali sulle aree trattate, l'esposizione al sole e alle lampade UVA, saune e docce troppo calde.



(img.1)

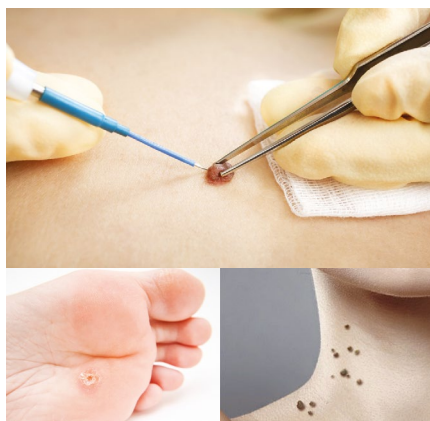
## Il Rinofiller è particolarmente indicato per:

- **Sollevare la punta del naso:** l'abbassamento si manifesta soprattutto con il passare degli anni, oppure in persone già predisposte.
- **Eliminare** la cosiddetta "gobba" nasale.
- **Correggere** il "naso a sella", che presenta schiacciamenti o vuoti da riempire, anche lasciati da un precedente intervento di rinoplastica chirurgica riuscito male.

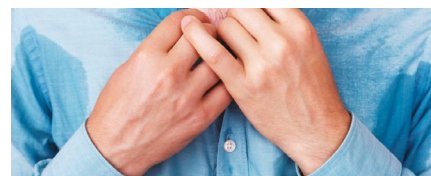
## L'ELETTROBISTURI PER LA RIMOZIONE DI FIBROMI, CAPILLARI, VERRUCHE E MACCHIE

**L'elettrobisturi è uno strumento che taglia e coagula tessuti biologici utilizzando il riscaldamento** prodotto per effetto Joule dal passaggio di corrente a radiofrequenza fornita all'estremità di un manipolo. L'aumento di temperatura, in funzione della densità di potenza e del tempo di applicazione, determina l'effetto di coagulazione o taglio. Scegliendo opportune forme d'onda per le correnti si possono ottenere i diversi effetti sui tessuti. Se questa è inferiore ai 100 °C si produce l'evaporazione dell'acqua contenuta nelle cellule e così si ottiene il blocco della fuoriuscita del sangue, se invece è superiore ai 100°C, si ottiene la di-

struzione della cellula e quindi il taglio del tessuto.



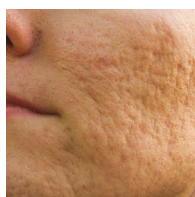
## SUDORAZIONE ECCESSIVA?



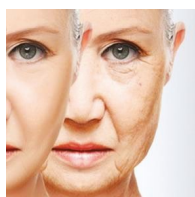
Lo sa bene chi soffre di Iperidrosi: dare la mano bagnata o avere le ascelle sudate non è il miglior biglietto da visita. Fonte di imbarazzo e forte disagio sociale, parliamo dell'eccessiva sudorazione. Oggi è possibile trattarla efficacemente senza ricorrere alla chirurgia tramite infiltrazioni locali con la tossina botulinica (Vistabex®, Botox®). Attraverso tale sostanza, le ghiandole sudoripare non percepiscono più l'impulso che le spinge a produrre sudore, perciò si riduce l'attività ghiandolare di tutte le zone trattate.

**L'effetto del trattamento dura mediamente 6-8 mesi ed è ripetibile nel tempo senza controindicazioni.**

# LASER CO2 & FRAZIONATO



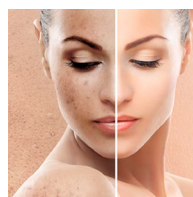
CICATRICI DA ACNE



RUGHE



SMAGLIATURE



MACCHIE CUTANEE

**Effetto lifting, riduzione delle piccole rughe del volto e del collo, riduzione delle smagliature, eliminazione degli esiti cicatriziali da acne, macchie cutanee solari e senili, pori dilatati, eliminazione delle verruche e fibromi, cheratosi seborroica e attinica, melasma, ecc.**

Il **laser CO2** consiste in un raggio ad anidride carbonica che agisce sul contenuto d'acqua delle cellule, vaporizzandole. L'emissione del raggio è di 10.600nm (infrarosso lontano) ed è assorbito prevalentemente dall'acqua dei tessuti. Il bersaglio del laser CO2 è quindi l'acqua contenuta all'interno delle cellule, senza danneggiare o ustionare i tessuti circostanti.

Viene impiegato principalmente come sorgente chirurgica, e nel corso degli anni ha subito aggiornamenti che lo rendono più preciso e facilmente utilizzabile anche per trattamenti estesi o dove sia necessario ottenere il miglior controllo del calore ceduto ai tessuti.

**I vantaggi del laser CO2 sono rappresentati da un ridotto danno termico, minor sanguinamento, minore infiammazione e miglior cicatrizzazione.**

È infatti ideale nei casi di pelle molto rovinata e poco elastica, perché non solo elimina gli strati più superficiali ma è in grado di determinare una importante contrazione delle fibre di collagene presenti nel derma e rendere perciò la pelle più tonica.

Questo laser trova quindi largo impiego nella terapia dermatologica, plastica e cosmetica, ove può essere utilizzato con effetti di taglio, vaporizzazione, coagulazione e di biostimolazione. Il raggio laser CO2 può essere emesso in modo continuo, pulsato ed ultrapulsato, mentre le modalità operative possono essere in regime continuo, a singolo impulso o a impulsi ripetuti.

**Il laser Co2 è utilizzato per trattare numerosi inestetismi e patologie** come rughe, fibromi, cheratosi, pigmentazioni cutanee, condilomi, per la rimozione

di piccole neoformazioni benigne e per effettuare peeling superficiali o il ringiovanimento cutaneo ablativo.

**I vantaggi rispetto al bisturi tradizionale sono:**

Precisione assoluta, cicatrici poco visibili, ridotto sanguinamento, tempi di guarigione ridotti.

**Prima e dopo il trattamento:**

- Evitare assolutamente l'esposizione ai raggi solari e/o a lampade UVA nelle settimane precedenti al trattamento.
- Non assumere farmaci che aumentino la sensibilità della pelle alla luce.
- Dopo il trattamento è necessario applicare una pomata antibiotica ed antinfiammatoria per alcuni giorni fino alla guarigione.
- Le zone trattate devono essere protette con filtri solari ad alta protezione, l'arrossamento scompare nel giro di alcune settimane.

## LASER FRAZIONATO

Il **laser frazionato**, appartiene all'ultima generazione di apparecchiature per la rigenerazione cutanea non ablativa. Questa nuova metodologia viene applicata per il ringiovanimento cutaneo e la rimozione delle rughe senza i rischi di un intervento chirurgico. Il laser frazionato è più efficace di qualsiasi altro trattamento che possiamo trovare oggi sul mercato della chirurgia estetica, meno doloroso e meno rischioso rispetto al trattamento ablativo, adatto per le persone adulte che cominciano a perdere l'elasticità della pelle e dei tessuti, che presentano le prime rughe e le prime macchie, ma anche in caso di cicatrici da acne che vanno incontro ad un miglioramento

## IL LASER TI FA BELLA !

**Ringiovanimento cutaneo con Laser CO2 :**

Il **laser CO2** è spesso adoperato per il ringiovanimento cutaneo ablativo, detto anche Laser Skin Resurfacing. Infatti nei casi di pelle rovinata e poco elastica il resurfacing con laser CO2 elimina gli strati più superficiali della pelle che verrà rigenerata da nuovo tessuto, e provoca una contrazione delle fibre di collagene rendendo la pelle molto più tonica.

In particolare ad esempio, il peeling effettuato con laser CO2 provoca la vaporizzazione dello strato superficiale della pelle e la successiva formazione di nuovo tessuto, donando un aspetto più giovane e fresco.

in seguito al rimodellamento di tutto lo strato profondo della pelle, con un risultato stabile e duraturo. Anche le smagliature trovano in questo laser una terapia realmente efficace: ovviamente l'effetto non sarà quello di eliminarle, ma quello di rimodellare a tal punto la superficie cutanea che le smagliature risultino pressoché invisibili.

Il trattamento risulta appena fastidioso ma può essere reso più agevole da una preventiva anestesia locale tramite una crema anestetica lasciata agire per un'oretta. La metodica si esegue in ambulatorio in tempi variabili a seconda delle aree da trattare. **La guarigione si completa in 5-6 giorni.** Solo in caso di trattamenti con energie molto elevate, soprattutto per le aree non facciali, si può avere un arrossamento residuo di qualche settimana. Gli effetti collaterali sono pressoché assenti, anche dopo questo trattamento è comunque tassativo l'uso di schermi solari totali da applicare per almeno due mesi.



# IPL (INTENSE PULSED LIGHT) UNA NUOVA LUCE PER LA TUA PELLE

EPILAZIONE DEFINITIVA - MACCHIE CUTANEE - COUPEROSE E ROSACEA - RUGHE E TONICITÀ

## Il funzionamento della epilazione a luce pulsata:

Il trattamento di epilazione a luce pulsata viene effettuato mediante una particolare apparecchiatura elettronica detta **IPL (Intense Pulsed Light)**. Essa viene normalmente utilizzata per operazioni di fotoepilazione o fotoringiovanimento, e basa il suo funzionamento sul processo cosiddetto di fototermodisi: ciò consiste nel riscaldamento selettivo del follicolo, determinato dall'applicazione di energia luminosa, che penetra sino a 3-4 mm di profondità, raggiungendo i bulbi piliferi responsabili della continua ricrescita dei peli.

L'obiettivo particolare della epilazione a luce pulsata, non consiste solo nell'abbattimento temporaneo e contingente del singolo pelo, bensì nell'attacco con calore che viene portato alla matrice, posta all'interno del follicolo pilifero. È infatti tale matrice ad essere responsabile della ricrescita del pelo e, se colpita con sufficiente calore, può essere disattivata anche per un lungo periodo di tempo.

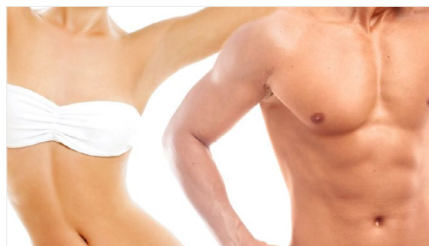
## Fotoringiovanimento cutaneo:

Il flash luminoso è in grado di attivare la pelle in profondità. Il calore prodotto dall'impulso di luce stimola la produzione di nuovo collagene, che rivitalizza la tessitura e la consistenza della pelle.

## Altri benefici della luce pulsata:

Permette di trattare in modo efficace e poco invasivo una vasta gamma di lesioni come **macchie della pelle, iperpigmentazioni, lesioni pigmentate, macchie solari**.

Efficace anche nel trattamento di **couperose e rosacea sul viso**, l'energia della luce è diretta a colpire solo i capillari bersaglio asciugandoli, preservando la pelle circostante.



# NON ESISTONO SEGNI INDELEBILI SULLA TUA PELLE RIMOZIONE TATUAGGI CON Q-SWITCHED ND: YAG 1064/532 MM LASER

Il laser Nd:YAG appartiene all'ultima generazione dei laser Q-Switched e consente di emettere, a scelta, raggi di diverse lunghezze d'onda, ciascuna specifica per la rimozione di un colore diverso. Tali impulsi distruggono le cellule entro le quali sono accumulati i granuli di pigmento, spezzandoli in frammenti più piccoli che, nel corso dei giorni e/o settimane successivi, vengono smaltiti nei liquidi corporei e/o da cellule migranti della pelle. Ripetuti trattamenti, distanziati da un periodo di tempo, consentono quindi di perseguire la progressiva, spontanea scomparsa del tatuaggio. L'emissione di impulsi di durata brevissima consente di evitare surriscaldamenti della pelle e quindi cicatrici. Il trattamento non è indolore ma è sufficiente applicare

una crema anestetizzante sulla parte da trattare prima della seduta, per attenuare la sensazione di bruciore data dal laser (dopo i primi minuti lo stesso raggio laser anestetizza automaticamente la parte trattata).

Nella rimozione del tatuaggio bisogna considerare che il laser è molto efficace sul nero, mediamente efficace sul rosso e sul blu, scarsamente efficace sui colori chiari. Inoltre non sempre è possibile rimuovere i tatuaggi che sono stati realizzati da poco tempo.

A completamento del ciclo di trattamento potrà residuare in corrispondenza del tatuaggio rimosso una sorta di ombra chiamata "fantasma del tatuaggio". Essa potrà permanere alcuni anni o anche per sempre.



# CURIOSITÀ, SAPEVI CHE...



Prof. Luigi Di Girolamo con il Prof. Konrad Lorenz, Premio Nobel.

✔ **Considerato uno dei fondatori dell'etologia** (cioè dello studio del comportamento animale nel suo ambiente naturale), Konrad Lorenz elaborò sin dal 1935 il concetto di **IMPRINTING**, dall'inglese "imprint" (impronta), utilizzato per definire una particolare modalità di apprendimento che può avvenire solo nelle prime ore (entro le 36 ore) dopo la nascita e che non deriva dall'esperienza individuale. Lorenz infatti osservò che «nelle anatre selvatiche il processo di imprinting che induce l'azione del seguire è ridotto a poche ore. Questo fenomeno influenza molto il comportamento dell'animale che ne sarà interessato per tutto il resto della sua vita. Proprio perchè circoscritto a una determinata fase di sviluppo e per la sua irrevocabilità l'imprinting si differenzia da altre forme d'apprendimento».



Prof. Luigi Di Girolamo con Claudio Culasso e Bruno Montani.

✔ **Lo sport è considerato da sempre un grande alleato della nostra salute.** Ma praticato nel modo sbagliato può portare a danni muscolari, gravi problemi di ossa o legamenti. **Le indicazioni più frequenti della Ossigeno-Ozonoterapia nella medicina sportiva sono:**

- Recupero dei traumi sportivi, in particolare la distorsione articolare, le contratture e gli strappi muscolari.
- Tutte le patologie che prevedono un elevato utilizzo dei muscoli e dei tendini, quindi nelle epicondiliti (gomito del tennista), nelle talloniti, nella metatarsalgia, nelle borsiti.



Evento "Magic Cooker" con lo chef Fabio Campoli.

✔ **Non tutti sanno che per scendere velocemente di peso è fondamentale assumere alimenti a maggiore contenuto calorico come carboidrati e grassi fino alle ore 15.** Perché vengono bruciati velocemente grazie all'azione degli ormoni tiroidei e surrenalici. Carne, pesce e uova devono invece costituire i principali componenti del pasto serale perché favoriscono la sintesi dell'ormone della crescita, fondamentale per il consumo dei grassi, potenziando i muscoli (massa magra) e inducono la produzione di melatonina, l'ormone che regola il sonno.



Villa con osservatorio in Santa Marinella, Via Pirgus 24.

✔ **Sapevi che a Santa Marinella c'è la villa più bella e imponente del territorio** circondata da un parco unico dove si trovano numerose piante di aloe alla cui acqua risanatrice sono attribuiti molti miracoli. La villa è un luogo unico, l'osservatorio astronomico, capace di prevedere con estrema precisione le eclissi di sole e di luna è la testimonianza dell'antichissimo rapporto tra l'uomo e il cielo, rapporto anacronistico anche difficile da spiegare. Col suo giardino lussureggiante, il mare, le vicine colline coperte di boschi la villa è uno dei più potenti luoghi di forza. Chi vi soggiorna anche soltanto per qualche giorno e si immerge nella sua atmosfera torna a casa diverso: rigenerato e armonizzato.



✔ **L'Ossigeno-Ozonoterapia in veterinaria per le malattie degli equini e per esaltare l'attività del cavallo agonistico.** Campo di utilizzo: malattie bronco-polmonari, enfisema, bolsaggine, trattamenti antinfiammatori e antiflogistici, problemi articolari, affezioni ai garretti, parassitosi, micosi, aflosi e ottimizzazione delle condizioni fisiche del cavallo atleta. Recentemente il campo di applicazione dell'Ozono si è esteso anche nell'ambito degli animali domestici. L'Ozono agisce anche come antibatterico, antimicotico, antiparassitario, potenzia i sistemi di protezione cellulare, riducendo la sovracrescita batterica cutanea. Oltretutto da un punto di vista cosmetico è un vero toccasana per i mantelli, soprattutto quelli molto stressati dal contatto con lo smog, purtroppo molto presente nell'ambiente urbano.




✔ **Non sempre la terapia va eseguita dove si avverte il sintomo.** In molti casi infatti dolori agli arti inferiori piuttosto che agli arti superiori, accompagnati da formicolii e perdita di forza possono dipendere da compressioni delle radici nervose causate da ernie e protrusioni discali. In questi casi è bene capire l'origine del disturbo ed intervenire direttamente sulla causa del problema con l'Ossigeno-Ozonoterapia, che eliminando la compressione nervosa permette al nervo di trasmettere gli impulsi correttamente.

# AMBULATORIO MEDICO POLISPECIALISTICO



**Direttore Sanitario**  
**Prof. Luigi Di Girolamo**  
*Medico Chirurgo*

Specialista in Chirurgia d'Urgenza  
e Pronto Soccorso, Dietologia,  
Omeopatia, Medicina Estetica,  
Ossigeno-Ozonoterapia.

 [www.saintlouis-hospital.it](http://www.saintlouis-hospital.it)  
[saintlouis-hospital@gmail.com](mailto:saintlouis-hospital@gmail.com)



Eletto centro di eccellenza dal 1990 ad oggi per aderenza  
ai Protocolli della Società Italiana Ossigeno-Ozonoterapia e  
per aggiornamento medico scientifico.

PER INFO E PRENOTAZIONI CONTATTA LA SEDE PIÙ VICINA A TE:

## Roma - Cinecittà

Via Giuseppe Messina, 6  
(Sc. F - Int. 1)  
Tel. 06 72900571  
Fax. 06 7215667  
Mob. 333 7908638

## Roma - Staz.Tiburtina

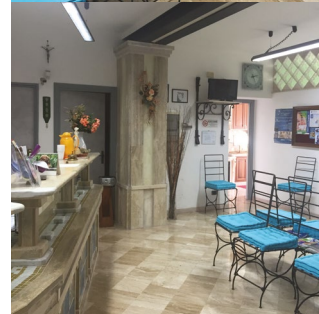
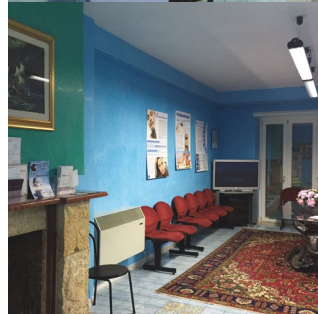
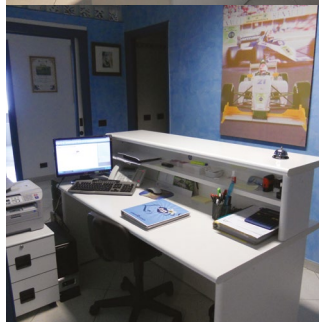
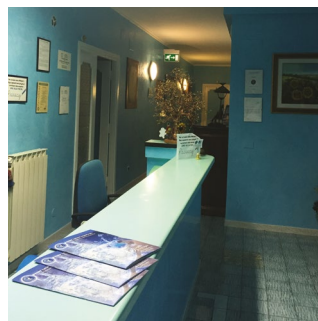
Circ. Nomentana, 406  
(Int. 1)  
Tel. 06 44234788  
Fax. 06 44246067  
Mob. 366 4959402

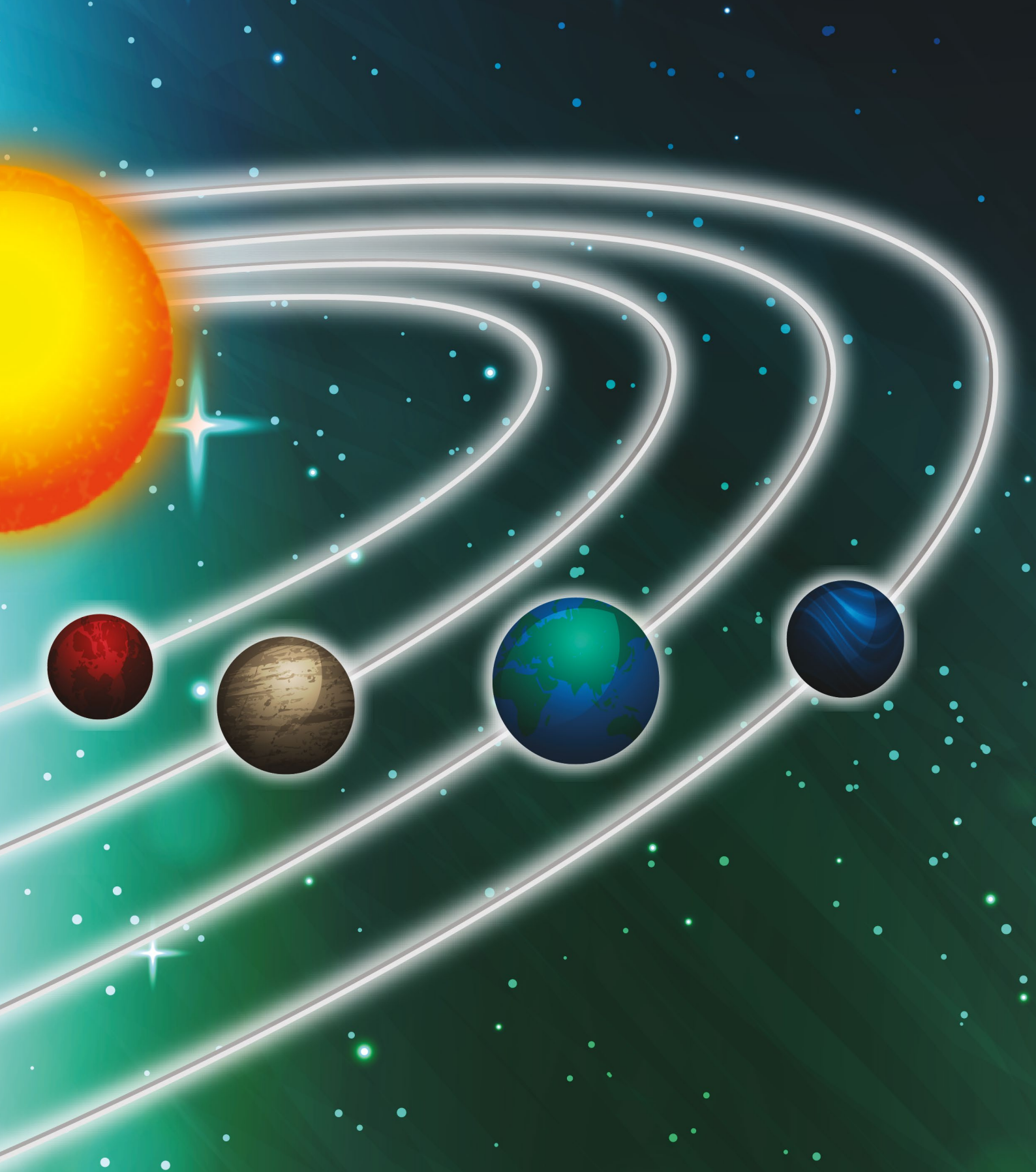
## San Cesareo

Via Cesare Battisti, 1  
(Int. 1)  
Tel. 06 95599494  
Fax. 06 9587043  
Mob. 366 4958875

## Anzio - Loc.Cincinnato

Via delle Robinie, 47  
(Int. 1)  
Tel. Fax. 06 9871872  
Mob. 345 5794714





*Ambulatorio medico polispecialistico Saint Louis Hospital*  
*Prof. Luigi Di Girolamo*  
[www.saintlouishospital.it](http://www.saintlouishospital.it) - [saintlouishospital@gmail.com](mailto:saintlouishospital@gmail.com)  
seguici sui social!

