



SALUTE & BELLEZZA



L'ASCOLTO

Cellulare 338.2664649

Metodiche e tecnologie per l'udito
Esperta in trattamento dell'acufene

- assistenza a domicilio
- riparazione protesi multimarca
- PROVA GRATUITA DELL'UDITO

Dr.ssa Federica Zurlo
Laureata in Tecniche Audioprotesiche

Come gestire l'acufene e come affrontarlo

Via Arno, 4 - Casumaro di Finale E. (Mo)
federicam.zurlo@gmail.com
ALTEDO (BO) - OCCHIOBELLO (RO)
FERRARA - CENTO (FE)



NUOVO
Med+
3000
poliambulatorio

- ORTOPEDIA - UROLOGIA - OCULISTICA
- ECOGRAFIE ADDOME TIROIDE - LOGOPEDIA
- CARDIOLOGIA - BIOLOGO NUTRIZIONISTA
- DERMATOLOGIA - MEDICINA DELLO SPORT
- UROGINECOLOGIA - PNEUMOLOGIA
- MEDICINA ESTETICA - FISIATRIA
- OTORINOLARINGOIATRIA
- CHIRURGIA VASCOLARE - AGOPUNTURA
- GINECOLOGIA - ENDOCRINOLOGIA
- ECOGRAFIA SENO-TIROIDE
- PSICOLOGIA PSICOTERAPEUTA

MAGGIO MESE DELLA BIORIVITALIZZAZIONE
"PREZZI AGEVOLATI"

Via N. Ginzburg, 20 - Modena - 059.3968471 - 366.2103880
Lunedì-venerdì 9,00-13,00 e 14,00-19,00 - Sabato 9,00-14,00

Udire e comunicare

Sono esigenze primarie del genere umano. I problemi d'udito e le conseguenze sociali che ne derivano, costituiscono una sfida per tutta la società. Credo in un mondo in cui le persone con difficoltà uditive possano tornare a comunicare senza barriere, grazie al sostegno della tecnologia più evoluta.

La mia azienda si prende carico delle persone affette da ipoacusia. Da 10 anni, più altri 15 anni di esperienze fatte in altre aziende. Io mi dedico al cliente dando questi servizi:

- test gratuito dell'udito
- applicazione apparecchi acustici
- scheda tecnica per pa-

- pile per apparecchi acustici
- tappi anti acqua
- tappi anti rumore
- counseling per chi è affetto da acufene (protocollo Widex Zen)
- counseling relazionale convenzionato ASL
- pagamento rateizzato

Dr.ssa Federica Zurlo
L'ASCOLTO

Previene le infezioni con il corretto lavaggio delle mani

Con acqua e sapone

1. Bagna bene le mani con l'acqua
2. Applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
3. Friziona bene le mani palmo contro palmo
4. Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
5. Friziona il dorso delle dita contro il palmo op-

- posto tenendo le dita strette tra loro
6. Friziona le mani palmo contro palmo davanti e indietro intrecciando le dita della mano destra incrociate con quelle della sinistra
7. Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
8. Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette

- tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
9. Sciacqua accuratamente le mani con l'acqua
10. Asciuga accuratamente le mani con una salvietta monouso
11. Usa la salvietta monouso per chiudere il rubinetto

Con la soluzione alcolica

1. Versa nel palmo della mano una quantità di soluzione sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
2. Friziona le mani palmo contro palmo
3. Friziona il palmo sinistro sopra il dorso destro intrecciando le dita tra loro e viceversa
4. Friziona bene palmo contro palmo

5. Friziona bene i dorsi delle mani con le dita
6. Friziona il pollice destro mantenendolo stretto nel palmo della mano sinistra e viceversa
7. Friziona ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro nel palmo della mano sinistra e viceversa
8. Friziona il polso ruotando avanti e indietro le dita della mano destra strette tra loro sul polso

- sinistro e ripeti per il polso destro
9. Una volta asciutte le tue mani sono pulite

Lavare frequentemente le mani è importante, soprattutto quando trascorri molto tempo fuori casa, in luoghi pubblici.

Fonte: Ministero della Salute

Le Allergie

L'Allergia è una condizione per la quale alcune persone reagiscono in modo esagerato alla esposizione ad una o più sostanze del tutto innocue per la maggioranza dei soggetti. Questa sostanza si chiama "allergene". In particolare in primavera, l'allergene più comune è il polline, presente nell'aria in grandi quantità e trasportato dal vento. Altri allergeni, altrettanto comuni, sono: gli acari, i peli e la forfora di animali, le muffe e le spore fungine, alcuni alimenti ed il veleno di insetti.

I Sintomi

Le "sindromi allergiche" interessano principalmente le prime vie respiratorie (rinite allergica), gli occhi (congiuntivite), le vie bronchiali (asma) e la pelle (dermatite). I sintomi possono essere: naso chiuso, starnuti, lacrimazione, difficoltà respiratoria, ma anche difficoltà di concentrazione, scarsa attenzione, disturbi del sonno, mal di testa e malessere psicologico (irritabilità e frustrazione). In caso di asma i sintomi sono più seri e comprendono difficoltà di respirazione con tosse secca, insistente e sensazione di soffocamento. Nei casi più gravi, si parla di "anafilassi", una condizione che può essere provocata

da allergie a farmaci, veleni di insetti, allergeni alimentari e lattice di gomma.

Il tempo dei pollini

Questi allergeni entrano in contatto con l'organismo attraverso l'aria respirata, da metà gennaio a fine settembre. In particolare: il nocciolo, da gennaio a fine marzo; l'olmo, da metà febbraio ad aprile; il pioppo e il salice, da marzo a fine maggio; la paritaria, da maggio a settembre; la betulla, da aprile a metà giugno; la quercia, il faggio, il platano e il pino, da metà maggio a metà agosto; le graminacee, da metà maggio a metà settembre; l'ortica, da maggio a settembre inol-

trato; il tarassaco, da maggio a giugno; la piantaggine e l'acetosa, da maggio ad agosto.

Lo sai che...

Le allergie non sono un problema esclusivamente infantile o adolescenziale. Infatti, la comparsa di reazioni allergiche può avvenire anche in età adulta. La situazione del bambino allergico può non terminare con la crescita, ma ripresentarsi, talvolta anche sotto altre forme, anche dopo un periodo di riduzione dei sintomi. I test allergologici possono essere ripetuti più volte nell'arco della vita. Il test rileva la sensibilità ad una determinata sostanza, tale sensibilità può cambiare nel corso

degli anni. Non c'è un momento particolare dell'anno in cui sia controindicato sottoporsi ai test allergologici: si tratta di test sicuri e che sono solo marginalmente influenzati dalla situazione clinica della persona.

Pollini e Alimenti

È possibile, nelle persone allergiche ai pollini, che si verifichino cross reattività, cioè reazioni crociate, tra pollini e alcuni alimenti (frutta e verdura).

Alcuni utili suggerimenti per ridurre il più possibile il contatto con le spore e i pollini

- Lavarsi spesso gli occhi con acqua fredda.
- Tenere porte e finestre chiuse il più possibile nelle

settimane in cui la quantità dei pollini è elevata (facendo areare soprattutto la sera).

- Se si trascorre una giornata all'aria aperta - una volta rientrati a casa - è bene farsi una doccia e cambiarsi i vestiti per ridurre la quantità di pollini in circolazione.
- Evitare di stendere lenzuola, federe e coperte all'aria aperta.
- Evitare di tagliare il prato durante le giornate molto calde, quando è più facile trovare pollini nell'aria.

Fonte: Servizio Sanitario Regionale Emilia-Romagna
Azienda Unità Sanitaria Locale di Parma