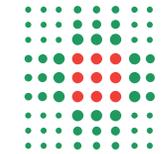


Informa salute



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Parma



Un anno di notizie e informazioni utili per la tua salute, pubblicate nel 2011 a cura dell'Azienda USL di Parma

Ufficio Comunicazione e Rapporti con l'Utenza · Azienda USL di Parma · Strada del Quartiere n. 2/a · Parma

Responsabile

Alberto Nico

e-mail: anico@ausl.pr.it

telefono 0521.393529

Simona Rondani

e-mail: srondani@ausl.pr.it

telefono 0521.393544

Raffaella Pasquinelli

e-mail: rpasquinelli@ausl.pr.it

telefono 0521.393744

Barbara Lori

e-mail: blori@ausl.pr.it

telefono 0521.393952

Silvana Basso Ricci

e-mail: sbassoricci@ausl.pr.it

telefono 0521.393555

Indice

pag. 4	Papilloma virus, continua la vaccinazione per la prevenzione del tumore al collo dell'utero (pubblicato il 19 gennaio 2011)
pag. 5	Invalidità civile. I servizi a supporto delle famiglie per le verifiche straordinarie dell'INPS (pubblicato il 2 febbraio 2011)
pag. 6	Esenzione ticket per reddito, nuove modalità per la certificazione (pubblicato il 16 febbraio e il 16 marzo 2011)
pag. 7	Per un cuore in salute, validi e pratici consigli per la prevenzione (pubblicato il 2 marzo 2011)
pag. 8	Visite ed esami specialistici, come accedere alle prestazioni (pubblicato il 30 marzo 2011)
pag. 9	Curare il dolore. Ospedali, hospice, assistenza domiciliare: una rete di servizi (pubblicato il 13 aprile 2011)
pag. 10	Lotta alla zanzara tigre (pubblicato il 27 aprile 2011)
pag. 11	Le zecche, conoscerle per evitarle (pubblicato l'11 maggio 2011)
pag. 12	Contro la zanzara tigre facciamoci in 4 (pubblicato il 25 maggio 2011)
pag. 13	I nuovi ticket sanitari (pubblicato il 28 agosto 2011)
pag. 14	Nuovi ticket sanitari, l'autocertificazione (pubblicato il 14 settembre 2011)
pag. 15	Funghi dal bosco alla tavola in sicurezza (pubblicato il 28 settembre 2011)
pag. 16	Proteggi tuo figlio con le vaccinazioni. Una scelta importante, informata e consapevole (pubblicato il 12 ottobre 2011)
pag. 17	Dalla dolce attesa alla nascita, i servizi dell'Azienda USL per le mamme e i loro bebè (pubblicato il 26 ottobre 2011)
pag. 18	Influenza stagionale, con il vaccino proteggi te e gli altri (pubblicato il 9 novembre 2011)
pag. 19	La Salute della Salute Mentale (pubblicato il 23 novembre 2011)
pag. 20	Le Case della Salute (pubblicato il 7 dicembre 2011)
pag. 21	Alcuni numeri utili
pag. 22	Guide e opuscoli per prenderti cura della tua salute

Cari cittadini e care cittadine,
Anche quest'anno l'Azienda Usl di Parma ha realizzato la raccolta degli inserti della rubrica "Informa salute", pubblicati ogni due settimane dalla Gazzetta di Parma nel corso del 2011.

L'obiettivo di questa iniziativa è diffondere ulteriormente, grazie a una pubblicazione facilmente consultabile, tutte le informazioni di prevenzione ed educazione alla salute che l'Azienda ha prodotto durante l'anno. L'invito dunque è quello di conservare questa raccolta, e di consultarla all'occorrenza, per sapere come accedere ai servizi sanitari o come prevenire e curare le più diffuse patologie.

Colgo questa occasione anche per ribadire che, nonostante le difficoltà dell'attuale congiuntura, il sistema sanitario regionale e i professionisti dell'Azienda Usl di Parma manterranno costante il loro impegno a garantire e migliorare ogni giorno la qualità delle prestazioni sanitarie e l'efficacia delle risposte ai bisogni di salute della popolazione del territorio.

Anche per perseguire questi obiettivi, nel 2012 verrà ulteriormente sviluppata la rete provinciale di 26 Case della Salute, in vista del suo completamento nel 2013. Le Case della Salute, in corso di realizzazione in ogni Distretto, sono un nuovo punto di riferimento per la cura e la prevenzione, grazie a una migliore presa in carico di ogni cittadino: a questa innovazione nella sanità del territorio è dedicato uno degli inserti "Informa salute" che trovate nelle ultime pagine di questa raccolta.

Massimo Fabi
Direttore Generale
Azienda USL di Parma



Papilloma virus

Continua la vaccinazione per la prevenzione del tumore al collo dell'utero

PREVENZIONE DEL TUMORE DEL COLLO DELL'UTERO

PIÙ PROTETTA
CON IL VACCINO

Campagna di vaccinazione
contro il Papilloma virus (HPV)



Regione Emilia Romagna



La vaccinazione è gratuita per le dodicenni, a prezzo agevolato per le ragazze fino a 25 anni

Continua anche nel 2011 il programma regionale di vaccinazione contro i tipi 16 e 18 del virus HPV (Human Papilloma Virus). Il programma di vaccinazione, avviato nel 2008 in Emilia-Romagna e realizzato dalle

Aziende Sanitarie, come in tutte le Regioni, prevede l'offerta gratuita alle dodicenni e la possibilità di vaccinarsi, sempre negli ambulatori dell'AUSL, a un prezzo agevolato, per le ragazze fino ai 17 anni. Da quest'anno,

quest'ultima opportunità è estesa anche alle giovani fino ai 25 anni che, fino ad ora, se desideravano vaccinarsi dovevano acquistare il vaccino in farmacia a prezzo pieno e pagare la prestazione al proprio medico.

● CHE COSA È IL PAPILOMA VIRUS?

È un gruppo di virus molto diffuso. Ne esistono oltre 120 tipi, di cui più di 40 possono provocare infezioni dell'apparato genitale (principalmente collo dell'utero e vagina). Generalmente, queste infezioni sono transitorie, asintomatiche (cioè la donna non si accorge di nulla) e in circa il 90% dei casi guariscono spontaneamente. Alcuni tipi di HPV,

tra i quali il 16 e il 18, possono provocare, anche se raramente, alterazioni cellulari delle mucose del collo dell'utero che, se persistenti e non curate tempestivamente, possono evolvere in tumore.

● COSA PROVOCANO I PAPILOMA VIRUS 16 E 18?

Oltre il 70% dei tumori del collo dell'utero è dovuto a infezione persistente da HPV 16 e 18. Dall'infezione allo

sviluppo del tumore possono passare molti anni (anche venti). I fattori che favoriscono l'insorgenza del tumore, oltre alla presenza di infezione da HPV 16 e 18, sono: il fumo di sigaretta, l'uso prolungato di contraccettivi orali, l'infezione da HIV, più partner, più figli. Il tumore del collo dell'utero è il primo tumore che l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) riconosce come sicuramente causato da un'infezione virale.

● COME SI TRASMETTE IL PAPILOMA VIRUS?

Con i rapporti sessuali, anche non completi. Provoca la più comune infezione trasmessa per via sessuale, molto frequente soprattutto fra le donne più giovani, attorno ai 25 anni di età. L'uso del preservativo riduce, ma non impedisce, la trasmissione del virus in quanto questo può essere presente anche in parti di pelle non protette dal preservativo.

● COME SI CURA L'INFEZIONE DA PAPILOMA VIRUS?

Non esiste una cura specifica. Per prevenire o diagnosticare tempestivamente le alterazioni delle cellule del collo dell'utero, che possono essere provocate dall'HPV, occorre eseguire regolarmente il pap test. In questo modo ci si potrà accorgere per tempo se si stanno formando alterazioni sospette delle mucose del collo dell'utero.

● A CHI È RIVOLTA LA VACCINAZIONE GRATUITA?

A tutte le ragazze nel dodicesimo anno di vita (cioè dal compimento degli 11 anni), che riceveranno dall'Azienda USL di Parma una lettera di invito ad effettuare la vaccinazione. Dopo l'invito, il diritto alla vaccinazione gratuita rimane valido, se i genitori desiderano posticipare la vaccinazione ad un momento

successivo, fino al compimento del diciottesimo anno di età.

● A CHI È RIVOLTA LA VACCINAZIONE A PREZZO AGEVOLATO?

Alle ragazze fino ai 25 anni, che possono recarsi negli ambulatori dei Servizi di Igiene Pubblica del proprio Distretto di residenza, nei consueti orari di apertura.

● IL VACCINO È SICURO ED EFFICACE?

Sì, il vaccino è sicuro, in quanto è composto da particelle sintetiche simili all'involucro esterno del virus, cioè non contiene il virus vivo attenuato. Per questo non c'è nessuna possibilità di infezione. Da tutti gli studi clinici sulla sicurezza e l'efficacia è emerso che il vaccino, se somministrato quando la donna non ha ancora avuto contatto con il virus, assicura una protezione molto elevata (90-100%) nei confronti delle lesioni precancerose provocate da HPV 16 e 18.

Comunque, poiché circa il 30% dei tumori del collo dell'utero non è provocato da HPV 16 e 18, è importante eseguire regolarmente il pap test anche se si è vaccinate.

● LA VACCINAZIONE CONTRO L'HPV 16 E 18 IMPEDISCE L'INFEZIONE?

Il vaccino, proprio perché contiene gli HPV 16 e 18, impedisce l'infezione persistente e quindi anche la formazione delle alterazioni cellulari che possono portare al tumore.

● DOVE E COME SI ESEGUE LA VACCINAZIONE?

La vaccinazione è eseguita dagli operatori sanitari degli ambulatori vaccinali dell'AUSL. Prevede tre iniezioni intramuscolari nel deltoide (parte alta del braccio) da eseguire nell'arco di sei mesi. Le reazioni avverse alla somministrazione del vaccino sono rare. Si possono osservare effetti collaterali, tra cui i più comuni sono: dolore nella zona dell'iniezione, febbre, nausea, vertigini, mal di testa e dolori articolari. Generalmente, sono sintomi di lieve entità e di breve durata.

INFO:
www.ausl.pr.it
www.saluter.it

Numero verde del Servizio Sanitario Regionale:
800.033.033



LA RICHIESTA DI DOCUMENTAZIONE SANITARIA

Le persone selezionate a campione per la verifica straordinaria riceveranno dall'INPS una lettera raccomandata, con invito a far pervenire, entro 15 giorni dalla data di ricezione, al Centro Medico-Legale INPS indicato nella comunicazione, la documentazione posseduta, utile per una preventiva valutazione dello stato invalidante, al fine anche di escludere, se possibile, l'accertamento medico diretto. È bene ricordare che per agevolare i cittadini, l'INPS ha assicurato di accettare anche la documentazione pervenuta dopo i termini sopraindicati. Ricevuta la lettera è quindi necessario reperire tutta la documentazione, tenendo presente che la Commissione di verifica potrebbe ritenere non sufficiente il certificato di invalidità rilasciato dall'Ausl al momento del riconoscimento dell'invalidità. È quindi molto importante essere in possesso di documentazione aggiornata che contenga,

Invalidità civile

I servizi a supporto delle famiglie per le verifiche straordinarie dell'INPS

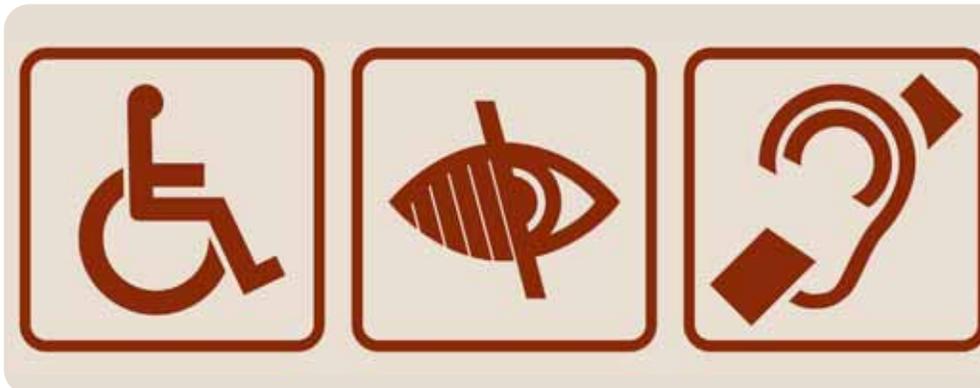
Da pochi mesi, l'INPS ha avviato un piano di verifiche straordinarie a campione nei confronti dei titolari di benefici economici d'invalidità civile, in applicazione alla legge n. 122/2010. A parte poche eccezioni, questi controlli riguardano in prevalenza persone invalide di età compresa tra i 18 e i 67 anni. Il piano dell'INPS implica una serie di obblighi

ad esempio, la certificazione della diagnosi, il grado di insufficienza mentale o il grado di difficoltà/impossibilità a deambulare, con conseguente impossibilità a compiere e/o a pianificare gli "atti quotidiani della vita".

DOVE RIVOLGERSI QUANDO SI RICEVE LA LETTERA DELL'INPS

Una volta ricevuta la raccomandata dall'INPS, è possibile rivolgersi al Servizio informativo e di supporto presente in ognuno

dei 4 Distretti, a Parma, Langhirano, Fidenza e Borgo Val di Taro. Questo Servizio è stato appositamente istituito dall'Azienda Usl di Parma, in collaborazione con l'INPS e le Associazioni di volontariato.



IN BASE AL DISTRETTO DI RESIDENZA, QUESTI I RIFERIMENTI DEL SERVIZIO:

DISTRETTO DI PARMA
tel. 0521/396451-452
Roberta Colla
rocolla@ausl.pr.it
Liliana Zanacca
lzanacca@ausl.pr.it
Luigi Menozzi
lmenozzi@ausl.pr.it

DISTRETTO SUD-EST
tel. 0521/865301
Roberta Cavalli
rcavalli@ausl.pr.it

DISTRETTO DI FIDENZA
tel. 0524/515740-731
Loredana Silva
lsilva@ausl.pr.it
Irma Parma
iparma@ausl.pr.it

DISTRETTO VALLI TARO E CENO
tel. 0525/970336
Rina Bruna Pioselli
rpioselli@ausl.pr.it

IL CASE-MANAGER

A supporto degli invalidi chiamati a verifica e delle loro famiglie, è previsto inoltre l'intervento di un operatore dedicato, chiamato case-manager, con il compito di pianificare il percorso utile a recuperare la documentazione necessaria, organizzando, per esempio, gli accessi all'assistenza specialistica senza la necessità di rivolgersi al CUP, interagendo con il Medico di Medicina Generale e provvedendo ad inoltrare copia dei referti all'INPS. Il servizio garantisce dunque una presa in carico completa per offrire assistenza qualificata ai cittadini.



Sul sito www.ausl.pr.it

e presso le principali sedi aziendali è disponibile l'opuscolo con tutte le indicazioni realizzato dall'AUSL in collaborazione con le Associazioni:

ANMIC, FACE, ANFASS e Associazione Bambini e Autismo Onlus, con il patrocinio di Conferenza Territoriale Sociale e Sanitaria e i Comuni capo-Distretto di Parma, Fidenza, Langhirano, Borgo Val di Taro.

Informa salute

Notizie dall'Azienda Usl di Parma



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Parma

Il certificato di esenzione per reddito

Dal 1° febbraio, le persone esenti per reddito possono iniziare a richiedere il certificato di esenzione per reddito agli sportelli dell'Azienda Usl di Parma (vedi elenco), recandosi personalmente o delegando per iscritto una persona di fiducia. Per avere il certificato è necessario compilare un apposito modulo di autocertificazione, scaricabile anche dal sito dell'Azienda Usl (www.ausl.pr.it) e dal portale del Servizio sanitario regionale all'indirizzo: www.saluter.it/servizi/esenzione-ticket-per-reddito, e consegnarlo agli sportelli dell'Azienda Usl di Parma.



ESENZIONE TICKET PER REDDITO

Nuove modalità per la certificazione

Validità del certificato

Il certificato ha validità annuale (con scadenza al 31 dicembre) e va rinnovato ogni anno. Per le persone con più di 65 anni, ha validità illimitata. In ogni caso, anche per le persone con più di 65 anni, se le condizioni di reddito cambiano e non si ha più diritto all'esenzione, occorre comunicarlo tempestivamente all'Azienda Usl di Parma.

Chi ha diritto all'esenzione per reddito

Sono esenti dal pagamento del ticket in base al reddito:

- le persone con più di 65 anni e i bambini con meno di 6, con reddito familiare complessivo inferiore a 36.151,98 euro;

Cambia la modalità per certificare l'esenzione dal ticket in base al reddito per visite ed esami specialistici, ma c'è tempo fino al prossimo 1° maggio per adeguarsi alle novità previste da un decreto del Ministero dell'Economia e delle Finanze dell'11 dicembre 2009. Secondo la nuova modalità, che riguarda anche Parma a provincia come disposto dalla Regione Emilia-Romagna, le persone che hanno diritto all'esenzione per reddito devono essere in possesso di un apposito certificato che viene rilasciato dall'Azienda Usl di Parma. Sulla base di questo certificato, il medico che prescrive visite o esami speciali-

- chi ha la pensione sociale o la pensione al minimo, con più di 60 anni, e i familiari a carico, con reddito familiare complessivo inferiore a 8.263,31 euro, incrementato fino a 11.362,05 euro se il coniuge è a carico, e di ulteriori 516,46 euro per ogni figlio a carico;
- i disoccupati con più di 16 anni registrati nei Centri per l'impiego, in passato già occupati, e i familiari a carico, con reddito familiare complessivo inferiore a 8.263,31 euro, incrementato fino a 11.362,05 euro se il coniuge è a carico, e di ulteriori 516,46 euro per ogni figlio a carico.

stici indica il diritto all'esenzione sulla ricetta di prescrizione. Tale modalità diviene obbligatoria dal 1° maggio e da questa data non sarà più possibile autocertificare il diritto all'esenzione al momento della prenotazione di una visita o di un esame, come avviene ora. Dal 1° febbraio e fino al 30 aprile la vecchia e la nuova procedura convivono. Quindi le persone esenti per reddito dal pagamento del ticket, fino a che non sono in possesso del certificato di esenzione per reddito, possono continuare ad autocertificare la propria condizione nel momento in cui prenotano visite ed esami.

Per informazioni:

consultare il sito dell'Azienda Usl di Parma www.ausl.pr.it o telefonare al numero verde gratuito del Servizio sanitario regionale 800.033.033 attivo dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 17.30, il sabato dalle 8.30 alle 13.30. È possibile anche consultare la Guida ai servizi on-line,

scrivendo nel campo cerca "esenzione ticket per reddito", nella homepage del portale Saluter www.saluter.it/servizi-ai-cittadini.



SEDI AUSL PER IL RILASCIO DEL CERTIFICATO DI ESENZIONE PER REDDITO

Distretto di Parma (solo per rilascio certificato)

Parma, Via Pintor, 1	dal lunedì al venerdì	dalle 14 alle 17
Colorno, Via Suor Maria, 3	martedì e giovedì	dalle 14 alle 16.30
Sorbolo, Via Gruppini c/o AVIS	lunedì	dalle 8 alle 12
	mercoledì	dalle 14 alle 16.30

Distretto di Fidenza (solo per rilascio certificato)

Fidenza, Via Berenini, 151	lunedì e mercoledì	dalle 14 alle 17
Busseto, Via Paganini, 13	lunedì	dalle 14 alle 17
Salsomaggiore, Via Roma 9/a	martedì e giovedì	dalle 14 alle 17
S. Secondo, P. Martiri della Libertà, 24	lunedì e mercoledì	dalle 14 alle 17
Noceto, Via Dalla Chiesa, 30	martedì	dalle 14 alle 17

Distretto Sud-Est

Langhirano, Via Roma, 42/1	da lunedì a venerdì martedì * giovedì	dalle 8 alle 13 dalle 14.30 alle 17 dalle 14.30 alle 17
Collecchio, via Berlinguer, 2	da lunedì a venerdì martedì * giovedì	dalle 8 alle 13 dalle 14.30 alle 17 dalle 14.30 alle 17
Traversetolo, Via IV Novembre	dal lunedì al venerdì martedì * giovedì	dalle 8 alle 13 dalle 14.30 alle 17 dalle 14.30 alle 17

* solo rilascio certificato, negli altri giorni è garantita anche l'attività di sportello unico-CUP

Distretto Valli Taro e Ceno (rilascio certificato e attività sportello unico-CUP)

Fornovo, Via Solferino, 37	dal lunedì al venerdì	dalle 8 alle 12.30
Borgotaro, Via Benefattori, 12	dal lunedì al venerdì	dalle 9 alle 12.30
Medesano, Via IV Novembre, 7	martedì e giovedì	dalle 9 alle 11
Bedonia, Via Caduti Patria, 1	lunedì, mercoledì, giovedì	dalle 8.30 alle 12.30
Bardi, Via Arandora Star, 11, 1	lunedì, mercoledì, giovedì	dalle 8.30 alle 12.30

ALTRE SEDI

Hanno dato la disponibilità le seguenti sedi di patronati e/o CAAF:
CGIL INCA, ENAPA CONFAGRICOLTURA, INPAL, ITACO, EPACA-COLDIRETTI, AIC, APLA CONFARTIGIANATO, CISL, CNA, CONFESERCENTI, FABI, CONFESAL, UIL, PATRONATO ANMIC, CAAF ACAI, PATRONATO ACLI.

Informazioni e immagini tratte dalla campagna di comunicazione della Regione Emilia-Romagna
Ufficio Stampa Simona Rondani srondani@ausl.pr.it



Per un cuore in salute

Validi e pratici consigli per la prevenzione



Le malattie coronariche. Sono malattie che interessano le arterie coronarie, cioè i vasi che portano sangue ossigenato al cuore. Se ostruite, si creano le premesse per sviluppare una malattia cardiaca. Causa principale di questa ostruzione è l'aterosclerosi, cioè la formazione di placche ricche di colesterolo, che portano alla graduale riduzione del lume dell'arteria fino, nei casi più gravi, alla sua completa chiusura. Esempi di malattie coronariche sono l'infarto e l'angina pectoris.

La prevenzione. Sono diversi i fattori che possono compromettere l'integrità delle arterie. Alcuni sono imm modificabili: familiari prossimi che hanno avuto malattie cardiache, età, sesso e razza. Altri sono modificabili, si tratta di

colesterolo elevato, pressione alta, diabete, obesità, fumo, dieta ricca di grassi e povera di fibre, mancanza di esercizio fisico, consumo di sostanze stupefacenti e/o dopanti.

Il benessere a tavola. Per ridurre il rischio di infarto o ictus sono da preferire alimenti poveri di grassi come cereali, ortaggi e

frutta. Il consumo abituale ed abbondante di prodotti vegetali aiuta a mantenere adeguato l'apporto di energia e ad assumere vitamine, sali minerali, fibre e sostanze protettive e benefiche. Occorre, inoltre, moderare il consumo di sale.

L'attività fisica. Esercita un effetto molto positivo sul cuore. Bastano circa 30 minuti di esercizio fisico di lieve-moderata intensità (es. camminata a passo svelto, bici da camera, ginnastica, nuoto, ...) per almeno 3-4 volte la settimana. Chi è stato colpito da un infarto deve riprendere le attività motorie in modo graduale e controllato.

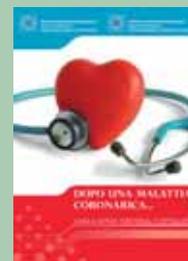
I fattori di rischio. Il diabete può provocare alterazioni sia dei piccoli che dei grandi vasi arteriosi

con diminuzione della circolazione. Per il diabetico è fondamentale mantenere un corretto stile di vita, con alimentazione equilibrata ed attività fisica regolare, assumere sempre i farmaci consigliati e mantenere bassi i livelli di emoglobina glicosilata.

L'Obesità e il sovrappeso. Il grasso corporeo in eccesso rappresenta un pericolo per la salute ed è correlato al rischio di insorgenza o di aggravamento della malattia coronarica. Il raggiungimento ed il mantenimento di un peso corporeo corretto si ottengono sia attraverso uno stile di vita più attivo, sia mediante un'alimentazione controllata e bilanciata.

L'ipertensione. La pressione elevata è uno dei principali fattori di rischio per le malattie cardiovascolari.

Azienda USL e Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma hanno realizzato la guida "Dopo una malattia coronarica...", allo scopo di informare sui percorsi sanitari presenti sul territorio provinciale oltre a dare suggerimenti pratici che aiutano a stare meglio e ad evitare complicanze future.



La guida è in distribuzione negli ambulatori e ospedali delle due Aziende ed è consultabile anche sul sito www.ausl.pr.it

Servizi di Cardiologia dell' Azienda Usl

DISTRETTO PARMA:

Ambulatorio Cardiologico - Parma, Polo sanitario Parma ovest, via Pintor, 1
Ambulatorio Cardiologico - Colorno, Polo socio-sanitario, via Suor Maria, 3

DISTRETTO SUD-EST:

Ambulatorio Cardiologico - Langhirano, Polo socio-sanitario, via Roma, 42/1
Ambulatorio Cardiologico - Traversetolo, Polo socio-sanitario, via IV novembre, 95
Ambulatorio Cardiologico - Collecchio, Poliambulatorio, via Berlinguer, 2

DISTRETTO DI FIDENZA:

Unità Operativa di Cardiologia e di Terapia intensiva coronaria e Ambulatorio Cardiologico Ospedale di Vaio - Fidenza, via Don Enrico Tincati, 5
Ambulatorio Cardiologico - San Secondo Parmense
Ospedale di San Secondo Parmense, via Vitali Mazza, 1
Ambulatorio Cardiologico - Busseto, Poliambulatorio, via Paganini, 13
Ambulatorio Cardiologico - Noceto, Poliambulatorio, via C.A. Dalla Chiesa, 30
Ambulatorio Cardiologico - Salsomaggiore Terme, Polo socio-sanitario, Via Roma, 9

DISTRETTO VALLI TARO E CENO:

Unità Funzionale di Riabilitazione Cardiologia e Ambulatorio cardiologico
Ospedale "Santa Maria" - Borgo Val di Taro - via Benefattori, 12

Per prenotazioni di visite cardiologiche ambulatoriali: con richiesta del Medico di Medicina Generale o dello Specialista, rivolgersi allo Sportello CUP o telefonare al numero verde dell'Azienda Usl 800.629.444. Prestazioni come Elettrocardiogramma/Holter cardiaco vengono erogate soltanto in punti ambulatoriali specifici.

Servizi di Cardiologia dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria

COORDINAMENTO ATTIVITÀ SPECIALISTICHE AMBULATORIALI CARDIologiche

Per informazioni e prenotazioni: telefonare al Punto di Accoglienza Cardiologica al numero 0521/702071 oppure al numero verde dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria 800.219.978

La terapia farmacologica per chi ha una malattia coronarica. I farmaci sono parte integrante della terapia e mancare di assumere correttamente quanto prescritto, anche se solo per poche volte, potrebbe esporre a gravi rischi per la salute. Occorre rispettare modi, dosi e tempi d'assunzione prescritti.

In caso di necessità. Se si avverte dolore nella parte ante-

riore e/o posteriore del torace, irradiato alla gola e/o alle mandibole e/o alle spalle e braccia, non attendere più di 30 minuti, chiamare il 118. Dopo la fase acuta della malattia coronarica è normale avere dei dubbi. E' possibile rivolgersi con fiducia al proprio medico curante, che potrà dare le indicazioni idonee e mirate al singolo caso.

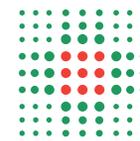


Ufficio Stampa Simona Rondani srondani@ausl.pr.it



Informa salute

Notizie dall'Azienda Usl di Parma



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Parma



Visite ed esami specialistici

Come accedere alle prestazioni

L'assistenza specialistica ambulatoriale rappresenta il sistema di cura principale per numero di prestazioni assicurate dal Servizio sanitario pubblico. Sono oltre 6.600.000 all'anno in tutta la provincia le prestazioni specialistiche ambulatoriali assicurate dalle due Aziende Sanitarie pubbliche - AUSL e Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma -

e dai Centri privati accreditati con i quali l'AUSL sigla specifici contratti di fornitura. I tempi di attesa sono sicuramente l'indicatore più immediato per misurare l'efficienza dell'intero sistema e il conseguente gradimento del servizio, da parte dei cittadini. Ecco, di seguito, tutto quello che occorre conoscere per usufruire al meglio di questo servizio.

redazione della richiesta per una visita e/o un esame specialistico, stabilisce il livello di priorità della prestazione, barrando apposite caselle sulla ricetta, definendo così se la prestazione è urgente, urgente differibile o programmabile.

La prenotazione allo sportello.

Con la prescrizione del medico, il cittadino può prenotare la prestazione presso gli oltre 130 sportelli di prenotazione CUP presenti su tutto il territorio provinciale, con copertura in tutti i Comuni. Si tratta di sedi sia dell'AUSL che dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria alle quali si aggiungono sportelli attivi presso farmacie, patronati, ambulatori medici, Comuni. L'elenco completo è disponibile sul sito www.ausl.pr.it.

La prenotazione telefonica. Con una telefonata gratuita al numero

dell'Azienda USL di Parma **800.629.444** è possibile prenotare visite ed esami strumentali per i quali non è prevista una preparazione. Il numero verde è attivo dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 18.00 e il sabato dalle 8.00 alle 12.00. Al momento della telefonata occorre avere la prescrizione del medico.

Come disdire una prenotazione. Con una telefonata gratuita al numero **800.629.444** dell'Azienda USL di Parma, attivo 24 ore su 24 con segreteria tutti i giorni della settimana e dalle 8.00 alle 12.00 dal lunedì al sabato con un operatore. E' sufficiente avere a portata di mano il foglio di prenotazione. La disdetta è segno di responsabilità, per non sprecare preziose risorse del Servizio sanitario pubblico e rendere disponibile la prestazione per un altro cittadino, che ne ha

la necessità. La mancata disdetta comporta comunque il pagamento del ticket per la prestazione, se dovuto.

Dove e come pagare il ticket. L'importo del ticket da pagare è indicato sul foglio di prenotazione. Il pagamento può essere fatto presso le riscuotrici automatiche presenti nei poliambulatori dell'AUSL e dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria, presso qualunque banca, senza oneri aggiunti, esibendo il MAV (allegato al foglio di prenotazione), oppure tramite il servizio "Pagamento on line" accessibile dalla home page del sito internet dell'Azienda USL www.ausl.pr.it. All'avvenuto pagamento viene rilasciata una doppia ricevuta, una per il cittadino, l'altra da consegnare all'operatore sanitario al momento della fruizione della prestazione.

L'esenzione dal pagamento del ticket. Il ticket non è dovuto dai cittadini esenti per reddito, per patologia, per invalidità o per i

lavoratori colpiti dalla crisi. Per maggiori informazioni al riguardo consultare il sito www.ausl.pr.it o www.saluter.it. Il diritto all'esenzione deve essere riportato sulla prescrizione del medico.

Accesso alla visita e agli esami specialistici. Per usufruire della prestazione occorre presentarsi nella sede, il giorno e all'ora indicati nel foglio di prenotazione. Occorre anche seguire in modo attento e puntuale, eventuali modalità di preparazione alla prestazione.

Il referto. In caso di visita, una volta effettuata, il medico specialista rilascia al cittadino il referto

da consegnare al medico di famiglia. Se, durante la visita, emerge la necessità di ulteriori accertamenti, lo specialista del Servizio sanitario pubblico compila direttamente l'impegnativa per tali indagini. In caso di esami, al termine dell'esecuzione, viene rilasciato al cittadino un foglio con l'indicazione del giorno, ora e luogo dove recarsi per il ritiro del referto. Nel caso il cittadino non possa ritirare personalmente l'esito dell'esame, può delegare una persona di fiducia, compilando un apposito modulo (delega) da richiedere al momento dell'esecuzione dell'esame.



Il monitoraggio dei tempi di attesa

L'Azienda USL di Parma tiene monitorati i tempi di attesa delle prestazioni specialistiche offerte sul territorio provinciale dal Servizio sanitario pubblico, al fine di garantire i tempi previsti per le prestazioni programmabili (30 e 60 giorni rispettivamente per visite ed esami strumentali). Ogni mese, viene pubblicata una locandina dove è indicata, per ogni distretto, la media del tempo minimo di attesa registrato nel mese precedente. Questa rilevazione, eseguita a fine mese, è fatta nell'ottica di garantire trasparenza e la dovuta informazione ai cit-

tadini, circa il tempo minimo per l'accesso alle prestazioni.

Naturalmente, tale rilevazione non tiene conto di possibili fattori soggettivi, quali ad esempio la scelta di un determinato professionista o di una struttura, per le quali l'utente, una volta debitamente informato dall'operatore, può decidere di attendere un tempo maggiore. Anche la Regione Emilia-Romagna effettua una rilevazione dei tempi di attesa delle singole Aziende: trimestralmente provvede a pubblicare i dati sul sito www.tdaer.it.

Ufficio Stampa Simona Rondani srondani@ausl.pr.it - Foto © Gaia Levi

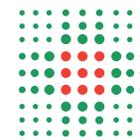


Chi prescrive visite ed esami specialistici. È il medico di famiglia, il pediatra di libera scelta o il medico specialista, a prescrivere, se lo ritiene appropriato, quindi utile e necessario per la salute del cittadino, le prestazioni specialistiche ambulatoriali, cioè visite e/o esami strumentali.

Il grado di urgenza. Il Servizio sanitario regionale ha stabilito tempi specifici entro i quali devono essere garantite visite ed esami specialistici. Si distinguono tre tipologie: le urgenze, le urgenze differibili e le prestazioni

programmabili. Le prime sono garantite entro 24 ore, le seconde entro 7 giorni, le ultime entro 30 e 60 giorni, rispettivamente per le visite e la diagnostica. E' bene sapere che: i tempi per le prestazioni programmabili sono riferiti all'ambito distrettuale, ad eccezione degli esami diagnostici strumentali di alta complessità (TAC e RM) per i quali il tempo di attesa è riferito all'intero territorio provinciale.

Chi valuta e decide il grado di urgenza. È sempre il medico prescrittore che, al momento della



Curare il dolore

Ospedali, hospice, assistenza domiciliare: una rete di servizi

Ospedale senza dolore

Nei due ospedali dell'AUSL, a Fidenza - località Vaio - e a Borgotaro, si pratica il controllo del dolore dopo l'intervento chirurgico, dall'appendicectomia, agli interventi più complessi. Infatti, con una terapia adeguata è possibile attenuare molto il dolore, fino ad eliminarlo. Ciò consente al malato di affrontare meglio il decorso post-operatorio e la convalescenza, di fare esercizi respiratori e di fisioterapia, di cominciare a camminare più rapidamente. Più semplicemente, consente di accelerare il processo di guarigione. L'équipe di medici - anestesista e chirurgo - concorda con il paziente il programma terapeutico da seguire prima e dopo l'intervento. Un ulteriore contributo per prevenire e ridurre il dolore è dato dagli interventi con la tecnica chirurgica della videolaparoscopia, praticata nei due ospedali aziendali. Anche per operazioni di rilievo, in particolare all'addome, questa tecnica consente di evitare tagli di grandi dimensioni, in quanto è sufficiente praticare tre piccoli fori. Questo permette di eliminare i tipici dolori post-operatori legati alle importanti ferite chirurgiche, di ridurre il rischio

Perché la cura del dolore? Garantire salute e benessere significa prendersi cura della sofferenza. È a partire da questo impegno che il Servizio Sanitario Regionale ha messo in campo programmi per la lotta al dolore, coinvolgendo tutta la rete dei servizi sanitari e socio-sanitari. Anche l'Azienda USL di

Parma è sensibile a questo impegno: il dolore deve essere trattato. La sofferenza acuta e cronica non è inevitabile: le terapie del dolore possono dare sollievo, possono contribuire alla migliorare la qualità della vita in quel determinato momento e con quella determinata patologia.



Hospice "La Valle del Sole" di Borgotaro

di eventuali complicanze e di accelerare la guarigione e la conseguente dimissione dall'ospedale.

Gli hospice: i centri per le cure palliative

Sono quattro gli hospice attualmente presenti sul territorio provinciale. Si trovano a Fidenza e a Borgotaro, presso

gli ospedali, e a Langhirano, nel Polo socio-sanitario. A Parma è attivo l'hospice presso la Casa di Cura Piccole Figlie. In questi Centri, si praticano le terapie necessarie, in un ambiente accogliente e familiare. Le stanze sono singole, dotate di letti articolati, poltrone regolabili per i famigliari dell'assistito, servizi e angolo tisaneria. Sono locali climatizzati, muniti di telefono e televisione.

Particolare cura è stata posta anche nella definizione dei dettagli. Infatti, le pareti sono tinte con colori pastello, abbellite da quadri variopinti e le grandi finestre sono ornate da tendaggi in tinta. Tutto è stato realizzato per favorire una migliore permanenza, perché è dimostrato che il vivere in un ambiente familiare, con la presenza dei propri cari, aiuta a sentire meno la sofferenza e il

L'ambulatorio contro il dolore

A Fornovo: ambulatorio cure palliative, presso il Polo sanitario, aperto il mercoledì dalle 14 alle 17.45. **A Borgotaro:** ambulatorio terapia analgica, presso l'Ospedale, aperto il martedì dalle 9 alle 12.30. **A Fidenza:** ambulatorio medicina del dolore, presso l'Ospedale di Vaio, aperto il mercoledì e il giovedì dalle 8 alle 14. **Per accedere** a questi servizi è necessaria la prenotazione CUP, con la richiesta del medico di famiglia.

dolore. Negli hospice, una équipe multiprofessionale, con il coinvolgimento e la partecipazione attiva dell'assistito e della sua famiglia, definisce un piano assistenziale individualizzato, caratterizzato da ampia flessibilità, nel rispetto dei ritmi di vita, delle abitudini e dei desideri della persona malata e di chi l'assistente.

All'hospice si accede su proposta del medico di famiglia, che svolge un ruolo determinante. È sua la responsabilità terapeutica e, anche per questo, ha libero accesso alle strutture, per le visite. Ma è l'Unità di valutazione multidimensionale, un pool di professionisti coordinato dal dirigente infermieristico, che valuta l'opportunità del ricovero, sia dal punto di vista clinico, in particolare la presenza di dolore, ma anche di altri sintomi, difficilmente gestibili al domicilio. Il ricorso a

questi centri consente anche di alleviare il pesante impegno che grava sui congiunti di chi si trova in una situazione di sofferenza.

Al domicilio

La terapia del dolore è parte dell'assistenza domiciliare. Le persone affette da neoplasie, assistite a casa propria, in base alle singole esigenze, ricevono la visita dell'algologo, che definisce e segue la terapia. Le pompe analgiche P.C.A. (patient control analgesia), sono a disposizione anche del servizio di assistenza domiciliare, in modo da consentire a chi ne ha il bisogno, di somministrarsi, autonomamente, i farmaci utili a contrastare il dolore, 24 ore su 24. Per accedere al servizio, occorre rivolgersi agli sportelli delle cure domiciliari del proprio distretto.

"Essere Volontari in cure palliative"

Al via un corso di formazione

ASP Sud-Est, AVOPRORIT, AISLA sezione di Parma e Azienda USL di Parma, organizzano il corso di formazione "Essere Volontari in cure palliative. Accompagnare il malato inguaribile e la sua famiglia in hospice e a domicilio".

Il volontario che sceglie di prestare la propria opera in hospice o a domicilio per accompagnare il malato inguaribile e la sua famiglia è di fatto un membro dell'équipe curante e come tale concorre a determinare, attraverso la sua "professionalità" e all'interno delle équipe multi-professionali di assistenza, la qualità della cura offerta. Il volontariato ha le finalità di ascolto, compagnia e sostegno ai pazienti e alle famiglie. Non solo, per chi volesse prestare la propria opera al di fuori dell'ambito della relazione d'aiuto, il progetto prevede una seconda forma di volontariato finalizzata alla gestione del front office, del centralino ecc., all'interno di un hospice.

Come fare per partecipare al corso

A chi inviare la domanda

Le domande devono essere trasmesse entro e non oltre il 26 aprile 2011 tramite scheda di iscrizione scaricabile da <https://corsovolontari.wordpress.com> da inviare a:

- Segreteria Provinciale AVOPRORIT tel. 0521/293285 dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 12
 - Segreteria AISLA sezione di Parma tel. 348/8115034 segreteria.volontari@gmail.com
 - Segreteria organizzativa: Clelia Bergonzani tel. 347/8117610; [e-mail: segreteria.volontari@gmail.com](mailto:segreteria.volontari@gmail.com)
- Ogni informazione è disponibile anche sul sito www.ausl.pr.it

Ufficio Stampa Simona Rondani srondani@ausl.pr.it



Lotta alla zanzara tigre

Tutti gli interventi messi in campo e le regole per combatterla

Non si può eliminare la zanzara tigre, ma è possibile ridurre la sua diffusione, con la collaborazione di tutti: cittadini e Istituzioni.

Per il terzo anno consecutivo, un vero e proprio programma territoriale di lotta alla zanzara tigre - che individua interventi per combattere e controllare l'infestazione di questo insetto - è stato messo in campo, con il coordinamento della Conferenza Territoriale Sociale e Sanitaria (CTSS), da Azienda USL, Provincia e 35 Comuni (quelli il cui territorio si estende fino a 500 metri di altitudine). Il programma prevede interventi generali, analoghi a quelli dello scorso anno, in capo alla Cabina di regia (vedi box) ed interventi specifici, a cura delle articolazioni operative definite in ogni ambito distrettuale. Queste le azioni previste dalla Cabina di regia.

1 Adozione dell'ordinanza dei Sindaci, con validità da aprile-maggio a fine ottobre, in cui si prescrivono i comportamenti che ostacolano la moltiplicazione delle zanzare e la lotta larvicida nei tombini sulle aree private.

2 Monitoraggio dell'infestazione, a partire da fine maggio, distribuendo le ovitrappe, secondo un reticolo stabilito sulla base dei dati forniti dai Comuni sulla superficie urbanizzata.

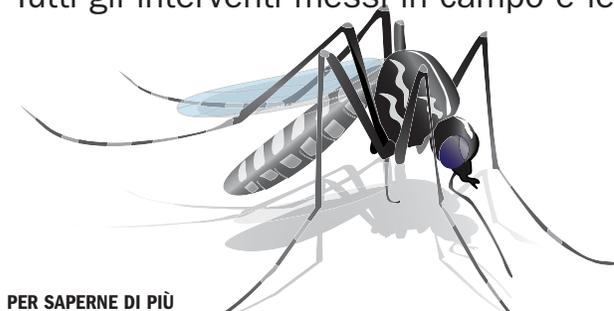
3 Informazione alla popolazione per aumentare il rispetto dell'ordinanza e l'adozione di misure di protezione individuali, affinché il contrasto alla moltiplicazione delle zanzare diventi concretamente un impegno di tutti.

4 Lotta larvicida nei tombini stradali a cura delle Amministrazioni comunali.

5 Sensibilizzazione del personale sanitario sulle malattie trasmesse dalla zanzara, per una rapida diagnosi e adozione di misure di circoscrizione precoce di eventuali casi.

6 Sorveglianza di malattie trasmesse da vettori.

A queste azioni si aggiunge la campagna informativa della Regione Emilia-Romagna, che punta a sensibilizzare i cittadini, perché il contrasto alla diffusione della zanzara tigre sia impegno di tutti.



PER SAPERNE DI PIÙ

Consulta i siti www.zanzaratigre.provincia.parma.it, www.zanzaratigreonline.it o il portale della Regione Emilia-Romagna www.saluter.it
Telefona al numero verde del Servizio Sanitario Regionale 800.033.033, dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 17.30, il sabato dalle 8.30 alle 13.30.



LA ZANZARA TIGRE

È facilmente riconoscibile, per il suo corpo nero, la striscia bianca lungo il dorso e la testa, ma soprattutto per l'insistenza con cui insegue per pungere, il volo silenzioso e le punture dolorose che ci lascia. Nei mesi estivi si rifugia all'ombra dei cespugli, sotto le foglie di edera, tra siepi e fiori. Punge anche di giorno, specialmente nelle ore più fresche.

La Cabina di regia del coordinamento provinciale per la lotta alla zanzara tigre

È COMPOSTA DA:

- Assessore all'Ambiente Provincia di Parma (presidente)
- Assessore all'Ambiente del Comune di Parma, per il Distretto di Parma
- Presidente Comitato Distretto Sud-Est
- Presidente Comitato Distretto di Fidenza
- Presidente Comitato Distretto Valli Taro e Ceno
- Direttore Dipartimento Sanità Pubblica Azienda USL di Parma
- Medico igienista, coordinatore AUSL per la lotta alla zanzara tigre
- Ingegnere dirigente del Comune di Fidenza (per i collegamenti con la Regione)
- Dirigente dell'Ufficio di Supporto della CTSS
- Segreteria dell'Ufficio di Supporto della CTSS

Ufficio Stampa Simona Rondani srdani@ausl.pr.it

COME EVITARE LE PUNTURE

IN CASA: evitare di "allevare" zanzare, eliminando le piante in idrocoltura o trattando l'acqua per i fiori con gli antilarvali. Le zanzariere alle finestre sono la migliore soluzione, in alternativa i fornelletti o le spirali che utilizzano derivati del piretro oppure oli essenziali di origine vegetale (anche se meno efficaci). Gli apparecchi ad ultrasuoni sia fissi che portatili, non sono efficaci.

ALL'APERTO: applicare zanzariere a protezione dei passeggini. Indossare pantaloni lunghi e maglie con le maniche. I colori nero, blu e grigio attirano le zanzare. Prima di uscire, spalmare sulle parti scoperte del corpo prodotti repellenti. Se il tessuto degli abiti è particolarmente sottile, è consigliato l'uso del prodotto anche sui vestiti. Ripetere l'applicazione se ci si trattiene fuori oltre la durata d'azione del prodotto o in caso di sudorazione molto intensa. I prodotti più efficaci sono quelli che contengono il deet, la picaridina e l'olio di eucalipto. Queste le regole per un uso corretto: non utilizzarli su pelle irritata, su abrasioni o tagli; non spruzzare direttamente il volto, ma applicare sulle mani e poi massaggiare il viso; lavarsi quando si rientra; per l'uso sui bambini, chiedere sempre prima il parere del pediatra. Se è necessaria anche la protezione solare, dare per ultimo il repellente.

IN CASO DI PUNTURA: toccatura leggera con ghiaccio e applicazione di crema al cortisone o all'aloè vera, per attenuare il prurito. Evitare di grattarsi, per non provocare infezioni.

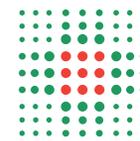
La collaborazione di tutti

La lotta contro l'insetto adulto è ad alto impatto ambientale, dura poco, colpisce tutti gli insetti, anche quelli utili, perciò si è scelto di colpire le larve di zanzara tigre, che si sviluppano nelle piccole raccolte d'acqua. Per questo motivo si devono eliminare dalle aree pubbliche e private tutti i potenziali contenitori di acqua stagnante o trattare con prodotti anti-larve quelli che non si possono eliminare, come, ad esempio, i tombini. Gli interventi eseguiti dai Comuni riguardano circa il 30% di tutte le caditoie, il restante 70% è di proprietà dei privati. Ecco perché è così importante la



collaborazione di tutti i cittadini che da maggio a ottobre sono chiamati ad attuare la lotta antilarvale, secondo quanto dettato dalle ordinanze di tutti i Sindaci.

Questi alcuni principi attivi presenti in diversi prodotti in commercio. Il bacillo thuringensis israel avvelena le larve e il trattamento deve essere ripetuto ogni settimana; il diflubenzuron, blocca la crescita delle larve e va rinnovato ogni due settimane; il methoprene ed il piriproxifen bloccano l'evoluzione delle larve e il loro effetto dura 30 giorni. Prima dell'uso, è sempre necessario leggere e seguire le indicazioni scritte sulle confezioni.



Le zecche

conoscerle per evitarle

Come si presentano, come evitare i morsi, cosa fare in caso di puntura, le malattie correlate

La zecca dei boschi

Come si presenta?

La zecca dei boschi è scura e molto piccola, quindi difficile da vedere: negli stadi di larva e ninfa non è più grande di una testa di spillo e l'adulto è di poco più grande.

Dove si trova?

Nell'erba e nei cespugli. Ama gli ambienti umidi ed ombreggiati con vegetazione bassa ed un letto di foglie secche, oppure le zone di confine tra prato e bosco, soprattutto se con presenza d'acqua. È presente in molte aree del nostro territorio, più in collina che in pianura, ed è resistente a condizioni ambientali sfavorevoli.

Come evitare di essere punti

Se si frequentano i luoghi sopra descritti, è bene indossare vestiti chiari per identificare più facilmente le zecche e rimuoverle prima che si attacchino alla cute. Usare maglie a maniche

La zecca è un artropode chelicero appartenente, insieme a ragni, acari e scorpioni, alla classe degli aracnidi, che si attacca ostinatamente alla pelle, da cui succhia il sangue per giorni. Il morso di solito non è doloroso e non causa prurito, per cui può passare inos-

servato. La zecca più rischiosa per la salute dell'uomo è la zecca dei boschi o Ixodes ricinus. Con la sua puntura può trasmettere malattie infettive alcune delle quali, come la malattia di Lyme, possono avere serie conseguenze se non vengono curate tempestivamente.

lunghe ed infilare i pantaloni dentro ai calzoncini o, meglio, a stivali alti dotati di stringhe. È utile camminare al centro dei sentieri, evitando di strisciare contro la vegetazione ai lati e non sedersi direttamente sull'erba. Occorre fare frequenti controlli, osservando i tratti di pelle scoperti e gli abiti. Al ritorno da gite in zone infestate da zecche, lavare i vestiti in lavatrice alla temperatura più alta possibile e, prima di fare il bagno, ispezionarsi tutto il corpo. Soprattutto nei bambini, fare attenzione anche al cuoio capelluto.

Ci sono prodotti repellenti per tenere lontane le zecche?
Sono moderatamente efficaci i

repellenti a base di DEET, reperibili anche in farmacia, applicati sui vestiti e sulla cute esposta, senza però eccedere nella quantità e frequenza d'uso, specialmente nei bambini piccoli. Occorre sempre seguire attentamente le istruzioni indicate sulle confezioni.

In quale stagione si può essere punti?

Le zecche possono pungere in ogni periodo dell'anno, ma sono molto più attive nel periodo compreso fra la primavera e il tardo autunno.

Cosa fare in caso di puntura?
Se la zecca resta attaccata alla cute per meno di 36-48 ore, le

probabilità d'infezione sono basse. Occorre, quindi, rimuoverla tempestivamente e in modo corretto. Ecco come: afferrala con una pinza il più vicino possibile alla cute e toglierla tirando verso l'alto senza schiacciarla. Se il rostro (l'organo che la zecca usa per attaccarsi) rimane nella pelle, estrarlo con un ago da siringa sterile. Disinfettare la zona e verificare di essere vaccinato contro il tetano. Non gettare la zecca tolta, ma bruciarla.

Cosa non fare in caso di puntura

Non usare metodi impropri di estrazione quali il caldo (brace di sigaretta, fiammiferi, aghi arroventati) o sostanze come petro-

lio, benzina, trielina, ammoniac, acetone etc. Tali metodi "irritano" la zecca e aumentano il rischio di infezione. Non toglierla con le mani o schiacciarla con le dita.



Cosa fare dopo aver tolto la zecca?

Controllare tutti i giorni per 30-40 giorni l'area cutanea colpita. Rivolgersi subito al medico di famiglia se compare una chiazza rossastra tondeggianti che si allarga sempre di più, spesso schiarendo al centro in modo da formare un'immagine ad anello, in caso di febbre, mal di testa, malessere, dolori alle articolazioni, ingrossamento delle ghiandole vicino alla zona della puntura. Nei 30-40 giorni di osservazione se per altri motivi occorre assumere degli antibiotici, è bene avvisare il medico circa la puntura della zecca, così da consentirgli di usare i farmaci efficaci anche contro la malattia di Lyme.

Perché è importante l'osservazione?

Per cogliere il più precocemente possibile il segno della malattia di Lyme, costituito da una tipica chiazza rossastra che si allarga. Una diagnosi precoce permetterà di iniziare subito la terapia e di evitare complicanze.

Cos'è la malattia di Lyme?

È una malattia infettiva che colpisce vari organi e si sviluppa in più fasi. La fase iniziale colpisce la pelle, generalmente non è grave e a volte guarisce anche da sola.

Se però non viene curata con la terapia opportuna, possono poi comparire le fasi tardive, anche dopo mesi nelle persone che non sono state trattate adeguatamente nella fase iniziale. Le fasi tardive sono molto più gravi della fase precoce e provocano artriti, disturbi dei nervi, del cervello, del cuore e degli occhi.

La malattia di Lyme è curabile?

Sì, con una terapia antibiotica fino a tre-quattro settimane nella

fase iniziale. Questa terapia è praticamente sempre in grado di stroncare l'infezione e di evitarne le complicanze. Le fasi tardive richiedono invece terapie più impegnative e purtroppo non sempre completamente efficaci. Quindi, più precoce è la diagnosi più è facile prevenire le complicanze.

La puntura di zecca è sempre contagiosa?

No. In Emilia-Romagna la percentuale di zecche infette è al momento relativamente bassa: perciò la maggior parte delle punture non ha nessuna conseguenza. Ciò non toglie che sia meglio usare sempre prudenza, per potersi muovere in tranquillità.

È opportuno proteggere cani e gatti dalle zecche?

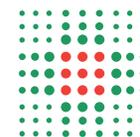
Sì. Per informazioni circa i prodotti repellenti specifici, rivolgersi al veterinario. La comune zecca del cane non trasmette la malattia di Lyme. Può, invece, trasmettere, seppur raramente, altre malattie infettive.

Per ulteriori informazioni:

- il Servizio Igiene Pubblica AUSL Parma
- il Medico di Famiglia
- il Servizio Veterinario AUSL Parma
- il Centro di Riferimento Regionale per la Borreliosi di Lyme - AUSL di Ravenna tel. 0546 602519 - 06 - 20
- Gruppo Italiano Studio Malattia di Lyme, e-mail: info_lyme@libero.it

Ufficio Stampa Simona Rondani srondani@ausl.pr.it

Informazioni tratte dal pieghevole "Attenzione alle zecche!" realizzato dall'Assessorato alla Sanità - Regione Emilia-Romagna.



Contro la zanzara tigre facciamooci in 4

Semplici accorgimenti per prevenire la diffusione e le punture

La zanzara tigre è ormai un ospite sgradito diffuso in gran parte del mondo, dell'Italia ed anche nella provincia di Parma, fino a 500 m circa di altitudine. Questo insetto, preferisce i centri abitati, dove è più facile trovare piccoli

contenitori in cui si accumula l'acqua piovana. L'eliminazione non è un obiettivo raggiungibile, ma si può agire per ridurre al minimo la sua presenza, osservando semplici accorgimenti di seguito indicati.

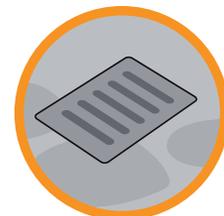
ELIMINIAMO L'ACQUA STAGNANTE

La zanzara depone le uova in vari contenitori (sottovasi, tombini, rifiuti abbandonati, vasi di idrocoltura, copertoni, ecc.). Le uova, quando vengono sommerse dall'acqua e la temperatura è favorevole si aprono e fuoriescono delle larve acquati-

che che in alcuni giorni si trasformano in zanzare. Eliminando i contenitori che accumulano acqua, si ostacola la moltiplicazione delle zanzare. Occorre, invece, trattare con sostanze antilarvali quei contenitori che non possono essere eliminati (ad esempio i tombini).

I Comuni attuano la lotta sulle aree pubbliche, ma i cittadini devono dare un contributo sostanziale nelle aree private di propria pertinenza, tenendole ben sgombre da rifiuti e da materiali che potrebbero accumulare l'acqua, i giardini ben sfalcati e le siepi in ordine. Se si evitano i ristagni, la zanzara

tigre non può moltiplicarsi, perciò è bene riempire i sottovasi di sabbia e fare in modo che l'acqua non si accumuli su teli, annaffiatori, secchi, bidoni, giocattoli, copertoni, abbeveratoi. Tenere pulite le grondaie e immettere nelle vasche ornamentali pesci rossi, predatori delle larve della zanzara. Negli orti, coprire tutti i contenitori utilizzati per l'acqua piovana con zanzariere o teli ben tesi. Nei cimiteri pulire periodicamente i vasi portafiori e trattare l'acqua con prodotti larvicidi. Se si usano fiori sintetici, mettere sabbia nel vaso, per evitare ristagni d'acqua.



DISINFESTIAMO LE RACCOLTE D'ACQUA NON ELIMINABILI

Da fine aprile ad ottobre, un modo efficace per combattere le zanzare è mettere il prodotto antilarvale nei tombini intorno a casa o nel cortile condominiale. In commercio esistono diversi principi attivi che devono essere aggiunti nel tombino con periodicità diversa (comunque indicata nel foglietto illustrativo): il Bacillo Thuriensis israeli ha una durata di una settimana circa; il Diflubenzuron 3-4 settimane; il Piryproxyfen dura 4-6 settimane. L'utilizzo va ripetuto dopo piogge intense. Questi prodotti possono essere acquistati in supermercati, negozi di ferramenta, di bricolage ed in farmacia.



NON FACCIAMOCCI PUNGERE

La zanzara tigre predilige i giardini e le siepi ombrose, i luoghi umidi, punge sia di giorno che di notte ed è attratta dai colori scuri, dai profumi e dagli odori

del corpo, pertanto è utile non profumarsi o utilizzare deodoranti e prodotti per il corpo privi di profumazione. È bene indossare vestiti di colore chiaro e utilizzare repellenti sulle parti scoperte, rispettando dosi e modalità d'uso riportate in etichetta e, per i bambini, chiedere sempre il parere del pediatra prima dell'uso. Su culle e carrozzine applicare zanzariere. Nelle abitazioni installare zanzariere alle finestre o utilizzare diffusori di insetticidi per ambienti, ma solo arieggiando bene il locale e seguendo scrupolosamente le precauzioni del fabbricante.



PER SAPERNE DI PIÙ

Consulta il sito

www.zanzaratigreonline.it
o il portale della Regione Emilia-Romagna
www.saluter.it

Telefona al numero verde del Servizio Sanitario Regionale

NUMERO VERDE
800 033 033
Servizio sanitario regionale

dal lunedì al venerdì
dalle 8.30 alle 17.30,
il sabato dalle 8.30 alle 13.30.

Stop alla zanzara tigre

A portata di click le istruzioni contro l'insetto

www.zanzaratigre.provincia.parma.it

È il sito realizzato dalla Provincia di Parma per facilitare l'accesso dei cittadini alle informazioni sulla zanzara tigre, in modo semplice, chiaro, concreto. Il sito è rivolto anche agli operatori ed agli amministratori locali, che investono risorse e competenze per prevenire la diffusione di questo insetto e combatterne i focolai.

Ognuno di noi può trovare risposte ai que-

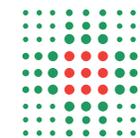
siti che più interessano: come è fatta la zanzara tigre, come è possibile distinguere la dalle altre zanzare, come e quando punge, come è possibile proteggerci... E soprattutto, quali semplici gesti può fare ogni singola persona per combattere la zanzara tigre. Il sito è dunque uno strumento di conoscenza, che si integra efficacemente con le azioni di comunicazione svolte dagli altri enti.

Ufficio Stampa Simona Rondani srondani@ausl.pr.it

Le immagini usate in questa inserzione sono tratte dalla campagna di comunicazione realizzata dalla Regione Emilia-Romagna

Informa salute

Notizie dall'Azienda Usl di Parma



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Parma

I NUOVI TICKET SANITARI

In vigore da lunedì
29 agosto 2011

Anche in Emilia-Romagna entrano in vigore, a partire da lunedì 29 agosto, i nuovi ticket sanitari imposti dalla manovra del Governo per farmaci, visite ed esami specialistici. La Regione Emilia-Romagna ha scelto di non applicare il ticket di 10 euro per tutte le prestazioni e per tutti i cittadini, ma prevede un sistema più equo, secondo il principio che chi può di più contribuisce di più. Infatti, l'importo dei nuovi ticket è differenziato in base al reddito. Sono inoltre confermate tutte le attuali esenzioni. Ecco cosa cambia e cosa occorre fare.

Ufficio Stampa Simona Rondani sronani@ausl.pr.it

Cosa cambia

NUOVI TICKET SANITARI

Farmaci. Per la prima volta in Emilia-Romagna anche per i farmaci erogati a carico del Servizio Sanitario Regionale viene introdotto un ticket in base al reddito familiare lordo. Tale ticket non riguarda chi già usufruisce di un'esenzione per reddito, età, patologia cronica o altre condizioni.

REDDITO FAMILIARE LORDO	TICKET
Da 0 a 36.152 euro	0 euro
Da 36.153 euro a 70.000 euro	1 euro a confezione, fino a un massimo di 2 euro per ricetta
Da 70.001 euro a 100.000 euro	2 euro a confezione, fino a un massimo di 4 euro per ricetta
Oltre 100.000 euro	3 euro a confezione, fino a un massimo di 6 euro per ricetta

Visite specialistiche. Il ticket aumenta di 5 euro per tutti, indipendentemente dal reddito. Chi è esente continuerà ad esserlo. Per la prima visita il ticket sarà di 23 euro, per quella di controllo di 18 euro. E' introdotto anche un ticket di 46,15 euro per le prestazioni di chirurgia ambulatoriale della cataratta e della sindrome del tunnel carpale.

REDDITO FAMILIARE LORDO	TICKET
Inferiore a 36.152 euro	36,15 euro (invariato)
Da 36.153 a 100.000 euro	50 euro
Oltre 100.000 euro	70 euro

Risonanza magnetica e TAC: il ticket cambia in base al reddito.

Ricette per esami specialistici di valore uguale o superiore a 10 euro. Al ticket attuale si aggiunge un'ulteriore quota in base al reddito. Le quote indicate non si applicano alle ricette che prescrivono solo la visita e a quelle che prescrivono TAC o risonanza magnetica. Se la ricetta contiene la visita e altre prestazioni, il costo della visita non concorre a determinare il valore tariffario.

REDDITO FAMILIARE LORDO	TICKET
Da 0 a 36.152 euro	0 euro
Da 36.153 a 100.000 euro	5 euro
Da 70.001 euro a 100.000 euro	10 euro
Oltre 100.000 euro	15 euro

Cosa fare

AUTOCERTIFICAZIONE DEL REDDITO

Ogni cittadino non esente e con reddito familiare inferiore a 100.000 euro deve autocertificare il proprio reddito compilando un apposito modulo. In questo modo ciascun cittadino sarà in possesso del modulo con cui accedere a tutti i servizi, unitamente alla prescrizione. I dati dell'autocertificazione saranno registrati nell'anagrafe sanitaria con il relativo codice di fascia di reddito, che a regime sarà automaticamente riportato in ogni prescrizione. In fase di avvio, tale codice potrà essere riportato manualmente su ogni ricetta, nell'apposito spazio previsto per le esenzioni, dallo stesso cittadino. I moduli sono scaricabili dai siti www.ausl.pr.it e www.saluter.it o disponibili in tutte le sedi dell'AUSL di Parma e nelle farmacie. I moduli sono anche disponibili nelle sedi di patronati sindacali e Caaf, la cui lista è visibile sul sito www.saluter.it. La compilazione può essere fatta presso tutti gli sportelli in cui si effettuano le procedure per esenzione ticket (Aziende Usl e ospedaliere, patronati, Caaf, associazioni di categoria) o in alternativa autonomamente. In questo ultimo caso, la copia del modulo di autocertificazione dovrà essere trasmessa, insieme alla copia del documento di identità, tramite posta elettronica certificata (PEC), fax o posta ordinaria al Dipartimento Cure Primarie del proprio Distretto di appartenenza.

Dipartimento Cure Primarie Distretto di Parma:

PEC: Dip_curepr_parma@pec.ausl.pr.it
Fax: 0521.393627 orari dal lunedì al venerdì dalle 8 alle 12.30 il giovedì dalle 8 alle 17 il sabato dalle 8 alle 11.30

Indirizzo postale: viale Basetti 8 - Parma

Dipartimento Cure Primarie Distretto di Fidenza

PEC: Dip_curepr_fidenza@pec.ausl.pr.it
Fax: 0524.515669

Indirizzo postale: Via Don Tincati 5 - Fidenza

Dipartimento Cure Primarie Distretto Sud-Est

PEC: Dip_curepr_Langhirano@pec.ausl.pr.it
Fax: 0521-853992

Indirizzo postale: Via Roma 42/1 - Langhirano

Dipartimento Cure Primarie Distretto Valli Taro e Ceno

PEC: Dip_curepr_Borgotaro@pec.ausl.pr.it
Fax: 0525 970276

Indirizzo postale: Via Benefattori 12 - Borgotaro

REDDITO FAMILIARE LORDO

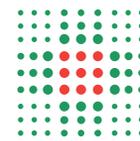
E' pari al cumulo dei redditi del dichiarante, del coniuge non legalmente separato e dei familiari a carico, al lordo degli oneri deducibili (abitazione principale, detrazioni fiscali da lavoro e quelle per carichi di famiglia).

Cosa non cambia

Restano in vigore tutte le attuali esenzioni. Sono esenti dal ticket i bambini fino a 6 anni e gli anziani da 65 anni con reddito familiare lordo uguale o inferiore a 36.152 euro, le persone con invalidità o con malattie croniche, le donne in gravidanza, i disoccupati, i lavoratori in cassa integrazione e loro familiari. Invariati anche i ticket e le esenzioni attuali per gli accessi in pronto soccorso.

PER INFO: consultare il sito www.ausl.pr.it, www.saluter.it, telefonare al numero verde del Servizio sanitario regionale **800.033.033**, dal lunedì al venerdì dalle 8,30 alle 17,30 e il sabato dalle 8,30 alle 13.30.

Informazioni tratte dalla campagna di comunicazione "Nuovi ticket sanitari" della Regione Emilia-Romagna.



Nuovi ticket sanitari L'AUTOCERTIFICAZIONE

Devono presentarla i non esenti con reddito inferiore a 100.000 euro

Dal 29 agosto sono in vigore i nuovi ticket sanitari per farmaci, visite ed esami specialistici. Ogni cittadino con reddito familiare inferiore a 100.000 euro e che non sia già totalmente esente deve autocertificare il proprio reddito.

Non devono presentare l'autocertificazione: i bambini fino a 6 anni e gli anziani con età pari o superiore a 65 anni con reddito familiare lordo uguale o inferiore a 36.152 euro, le persone con invalidità pari o superiore al 67%, le donne in gravidanza, i disoccupati, i lavoratori in cassa integrazione e loro familiari e chiunque abbia già un'esenzione totale (per l'elenco completo delle esenzioni visita il sito www.ausl.pr.it).

Chi ha un'esenzione parziale, ad esempio per patologia, deve fare l'autocertificazione ai fini del conteggio dei nuovi ticket sulle prestazioni relative a patologie diverse rispetto a quella per cui è già esente.

Restano invariati i ticket e le esenzioni per gli accessi in pronto soccorso.

Per coloro che devono effettuare visite ed esami dopo il 1 ottobre, l'autocertificazione può essere presentata successivamente a tale data anche al momento di usufruire della prestazione.

Hai bisogno di assistenza per compilare l'autocertificazione?

Rivolgiti gratuitamente ai Patronati e Caaf ACAI, ACLI, AEUROPEAN, AIC, APLA, CGIL, CIA, CISL, CNA, COLDIRETTI, CONFAGRICOLTURA, CONFESERCENTI, ENASCO, FABI, GIA, INAPA, INPAL, ITACO, MCL, SNALS CONFASAL, UCI, UIL, USPPIDAP, ANMIC, ASCOM PARMA-CONFCOMMERCIO IMPRESE PER L'ITALIA. Ti verrà rilasciata una copia dell'autocertificazione compilata e timbrata, valida per il conteggio dei nuovi ticket. Il Centro provvederà poi ad inviare all'AUSL i moduli compilati. L'elenco dei Patronati e Caaf è sempre aggiornato nel sito www.ausl.pr.it

Vuoi compilare l'autocertificazione da solo?

Scarica i moduli e le istruzioni dal sito www.ausl.pr.it. I moduli sono disponibili anche presso: le sedi AUSL, le farmacie, i Patronati e Caaf, i centri privati accreditati, i Punti di Accoglienza dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria.

Vuoi inviare da solo l'autocertificazione?

Allegando fotocopia del documento di identità, puoi trasmettere le autocertificazioni ad uno degli indirizzi sotto indicati dei quattro Distretti, in base al tuo domicilio-residenza.
Distretto di Parma: fax: 0521.393627 o 0521.393896; **posta:** Dipartimento Cure Primarie del Distretto di Parma - Azienda USL Viale Basetti n. 8, 43121 Parma; **e-mail:** urpparma@ausl.pr.it o sferrari@ausl.pr.it; **PEC:** dip_curepr_parma@pec.ausl.pr.it

Distretto di Fidenza: fax: 0524.515669; **posta:** Dipartimento Cure Primarie del Distretto di Fidenza - Azienda USL Via Don Tincati 5, 43036 Fidenza; **e-mail:** urpfidenza@ausl.pr.it o amarchi@ausl.pr.it; **PEC:** dip_curepr_fidenza@pec.ausl.pr.it
Distretto Valli Taro e Ceno: fax: 0525.970276; **posta:** Dipartimento Cure Primarie del Distretto Sud-Est - Azienda USL Via Benefattori 12, 43043 Borgotaro; **e-mail:** urpborgotaro@ausl.pr.it o ebosi@ausl.pr.it; **PEC:** dip_curepr_borgotaro@pec.ausl.pr.it
Distretto Sud-Est: fax: 0521.853992; **posta:** Dipartimento Cure Primarie del Distretto Sud-Est - Azienda USL Via Roma 42/1, 43013 Langhirano; **e-mail:** urplanghirano@ausl.pr.it o segdirsduest@ausl.pr.it; **PEC:** dip_curepr_langhirano@pec.ausl.pr.it

Vuoi invece consegnare l'autocertificazione di persona?

Presentati ad uno sportello CUP del tuo Distretto di domicilio-residenza.
Distretto di Parma: Via Pintor, aperto dal lunedì al venerdì dalle 7.30 alle 12.45, il giovedì dalle 7.30 alle 17, il sabato dalle 7.30 alle 11.30; **Via Leonardo da Vinci e Via Verona,** aperti dal lunedì al venerdì dalle 7.30 alle 12.45; **PdA (Punti di Accoglienza) dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria** di Via Abbeveratoia - padiglione 10 - piano terra, aperto dal lunedì al venerdì dalle 7 alle 17; **Colorno,** via Suor Maria, aperto dal lunedì al venerdì dalle 7.45 alle 12.30, il martedì e giovedì anche dalle 14 alle 16.30.
Distretto di Fidenza: Fidenza Via Berenini, aperto il lunedì, mercoledì e venerdì dalle

7.45 alle 13, martedì e giovedì dalle 7.45 alle 12.45 e dalle 14 alle 16.30, **Salsomaggiore** Via Roma, aperto il martedì, mercoledì, giovedì e venerdì dalle 7.45 alle 13, il lunedì dalle 7.45 alle 12.45 e dalle 14 alle 16.30, **San Secondo** Piazza Martiri della Libertà, aperto dal lunedì al venerdì dalle 7.45 alle 13, **Noceto** Via Dalla Chiesa aperto il lunedì, martedì, giovedì e venerdì dalle 7.45 alle 13, il mercoledì dalle 7.45 alle 12.45 e dalle 14 alle 16.30, **Busseto** Via Paganini, aperto dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 13.

Distretto Valli Taro e Ceno: **Bardi,** aperto il lunedì, mercoledì e giovedì dalle 8 alle 12.30, **Bedonia,** aperto il martedì, mercoledì e venerdì dalle 8.30 alle 12.30, **Borgotaro** aperto dal lunedì al venerdì dalle 8 alle 12.30, **Fornovo Taro** aperto dal lunedì al venerdì dalle 8 alle 12.30 e il martedì e il giovedì dalle 13.30 alle 17.30, **Medesano** aperto il martedì e il giovedì dalle 8.30 alle 11.30.

Distretto Sud-Est: **Langhirano,** Via Roma, **Collecchio,** Via Berlinguer, e **Traversetolo,** Via 4 Novembre, aperti dal lunedì al venerdì dalle 8 alle 13, il giovedì anche dalle 14.30 alle 17.

AVVERTENZE

Se consegni di persona:

- occorre esibire all'operatore un documento di identità. Per la consegna per conto di altri, non occorre la delega, ma la fotocopia del documento di identità della persona interessata.
- se possibile, presentati già munito della documentazione (autocertificazione in duplice copia e fotocopia del documento di identità). In questo modo, l'operatore dovrà solo mettere il timbro di ricevuta, agevolando la pratica e riducendo i tempi di attesa.

Per informazioni:

Consulta i siti: www.ausl.pr.it www.aop.pr.it - www.saluter.it
Telefona al numero verde 800.033.033.

COSA CAMBIA

NUOVI TICKET SANITARI

Farmaci. Per la prima volta in Emilia-Romagna anche per i farmaci erogati a carico del Servizio Sanitario Regionale viene introdotto un ticket in base al reddito familiare lordo. Tale ticket non riguarda chi già usufruisce di un'esenzione per reddito, età, patologia cronica o altre condizioni.

REDDITO FAMILIARE LORDO	TICKET
Da 0 a 36.152 euro	0 euro
Da 36.153 euro a 70.000 euro	1 euro a confezione, fino a un massimo di 2 euro per ricetta
Da 70.001 euro a 100.000 euro	2 euro a confezione, fino a un massimo di 4 euro per ricetta
Oltre 100.000 euro	3 euro a confezione, fino a un massimo di 6 euro per ricetta

Visite specialistiche. Il ticket aumenta di 5 euro per tutti, indipendentemente dal reddito. Chi è esente continuerà ad esserlo. Per la prima visita il ticket sarà di 23 euro, per quella di controllo di 18 euro. E' introdotto anche un ticket di 46,15 euro per le prestazioni di chirurgia ambulatoriale della cataratta e della sindrome del tunnel carpale.

Risonanza magnetica e TAC: il ticket cambia in base al reddito.

REDDITO FAMILIARE LORDO	TICKET
Inferiore a 36.152 euro	36,15 euro (invariato)
Da 36.153 a 100.000 euro	50 euro
Oltre 100.000 euro	70 euro

Ricette per esami specialistici di valore uguale o superiore a 10 euro. Al ticket attuale si aggiunge un'ulteriore quota in base al reddito. Le quote indicate non si applicano alle ricette che prescrivono solo la visita e a quelle che prescrivono TAC o risonanza magnetica. Se la ricetta contiene la visita e altre prestazioni, il costo della visita non concorre a determinare il valore tariffario.

REDDITO FAMILIARE LORDO	TICKET
Da 0 a 36.152 euro	0 euro
Da 36.153 a 70.000 euro	5 euro
Da 70.001 euro a 100.000 euro	10 euro
Oltre 100.000 euro	15 euro

Ufficio Stampa Simona Rondani srondani@ausl.pr.it



Funghi dal bosco alla tavola in sicurezza

Controlli gratuiti presso i Servizi Ausl nei Distretti

IL CONTROLLO

Non esistono metodi empirici per riconoscere i funghi commestibili, come, ad esempio, le prove dell'argento, dell'aceto, del latte.... L'unico modo per essere tranquilli è quello di far controllare i funghi dagli Ispettori Micologi dell'AUSL, prima di consumarli. Il servizio è gratuito e veloce, offerto sia per il rilascio delle certificazioni sanitarie obbligatorie per la vendita e/o somministrazione di funghi, sia per il consumo diretto (vedi tutti i riferimenti a lato).

Queste le modalità di accesso. **Per i raccoglitori e diretti consumatori** non occorre l'appuntamento. L'intero quantitativo raccolto deve essere sottoposto all'esame dei Micologi nel più breve tempo possibile. I funghi, presentati in contenitori rigidi e forati, devono essere: freschi, non congelati o scongelati o diversamente conservati; interi, non lavati, sani ed in buono stato di conservazione.

Per il rilascio della certificazione sanitaria obbligatoria dei funghi destinati alla

Con le piogge di fine estate e l'autunno alle porte arriva la stagione di maggior fioritura dei funghi. Sono tante le specie, non tutte commestibili. Alcune di queste possono trarre in inganno e confondere anche gli appassionati "fungaioli" più esperti. Ecco, allora, tutte le regole da seguire, perché una prelibata pietanza non si trasformi in un rischio per la salute.



vendita al dettaglio e alla ristorazione i Micologi sono a disposizione solo su appuntamento. Anche questo servizio è gratuito. I funghi presentati al controllo, suddivisi per specie e contenuti in cassette o altri

imballaggi da destinare alla vendita, devono essere disposti su un solo strato e non pressati. Devono essere freschi, interi, sani e in buono stato di conservazione, puliti da terriccio, foglie e corpi estranei.

Attenzione! Prima di acquistare funghi freschi, verifica sempre che la cassetta o l'involucro siano muniti di una etichetta attestante l'aver avuto controllo da parte degli Ispettori dell'AUSL.

CHE COSA FANNO GLI ISPETTORI

Riconoscono i funghi dal punto di vista botanico, identificandone la specie, al fine di valutarne la commestibilità. Oltre alla certificazione per il consumo e la vendita svolgono attività di consulenza presso gli ospedali, in caso di avvelenamento da funghi. Gli Ispettori svolgono anche attività di educazione sanitaria, attraverso l'organizzazione di corsi e di vigilanza presso i punti vendita.

IL CONSUMO

Utilizzare soltanto funghi raccolti nelle 48 ore e conservati a bassa temperatura (circa a 4° C nello scomparto del frigo destinato alle verdure), infatti un fungo commestibile,

invecchiando, può divenire tossico, perché in cattivo stato di conservazione. Mangiare solo funghi ben cotti, perché, oltre ad essere più facilmente digeribili, alcuni di loro contengono tossine termolabili, cioè che si degradano solo con una abbondante cottura. Ad esempio, i comuni chiodini (Armillaria mellea) necessitano di una pre-bollitura per 10/15 minuti seguita ad una nuova bollitura, dopo aver cambiato l'acqua. La frittura e la grigliatura non garantiscono la completa cottura. **Attenzione! Si deve fare un uso moderato dei funghi, poiché sono alimenti che possono creare difficoltà digestive, in particolare per bambini o persone molto anziane, donne in gravidanza e in allattamento.**

LA CONSERVAZIONE CASALINGA

L'essiccazione non richiede attrezzature particolari, solo l'essenziale apporto del sole o di appositi essiccatori (non il forno). È bene che i

funghi sottoposti ad essiccazione siano il più possibile sani ed asciutti. Una volta essiccati, i funghi si possono conservare nel congelatore, in contenitori ermetici. Il congelamento dei funghi freschi crudi è sconsigliato: il fungo va prima precotto o sbollentato. La **conservazione sott'olio** dei funghi richiede particolari accorgimenti per evitare lo sviluppo delle spore del botulino, responsabile di una tossinfezione grave, talora anche mortale. Sono necessarie: la perfetta pulizia dei funghi e dei contenitori, del locale e dei piani di appoggio o di lavoro, le alte temperature impiegate e l'utilizzo di aceto per abbassare il ph. Si consiglia di usare contenitori piccoli (max 300-500 ml) e sterilizzati, facendoli bollire chiusi con coperchi nuovi per almeno 15 minuti. Anche i funghi vanno bolliti, ad una temperatura di 100°C per 18/30 minuti, in una miscela di acqua e aceto.



È possibile controllare il grado di acidità del preparato con una cartina di tornasole: se il ph risulterà inferiore a 4,5 si può stare tranquilli. Per evitare il più possibile la formazione di bolle d'aria, nel contenitore, dovrà prima essere versato il liquido, poi i funghi. Il prodotto finito deve essere conservato in luoghi freschi, non umidi, al di sotto di 10°C e va consumato entro breve tempo. **Attenzione! La presenza della tossina del botulino non modifica l'odore e il sapore dell'alimento, ma sono sempre da scartare le conserve che, all'apertura, lascino uscire del gas o presentino bollicine o altre alterazioni.**

Ispettorati Micologici dell'Azienda USL

Orari e sedi dei Servizi nei prossimi mesi

- **Ispettorato di Parma**, via Vasari n. 13/a. Nei mesi di settembre, ottobre e novembre riceve il lunedì e il giovedì dalle 16.00 alle 19.00, il mercoledì e il venerdì dalle 8.30 alle 10.30. A dicembre, il lunedì dalle 17 alle 18.30. L'appuntamento è obbligatorio per certificazione di somministrazione e/o vendita, telefonando ai numeri: Tel. 0521/396 543 - 400 - 405 - 411
- **Ispettorato di Langhirano**, via Roma, 42/1. Nei mesi di ottobre e novembre riceve il lunedì dalle 12.00 alle 13.00. Per appuntamento: Tel. 0521/865 310 - 319 - 309
- **Ispettorato di Fidenza**, Complesso ospedaliero di Vaio, Via don Tincati, 5. Nei mesi di ottobre e novembre riceve il lunedì dalle 9.00 alle 11.00. Per appuntamento: Tel. 0524/515 754 - 728
- **Ispettorato di Borgotaro**, via Micheli, 2. Nei mesi di settembre e ottobre riceve il lunedì dalle 8.00 alle 10.00, il martedì e il giovedì dalle 14.30 alle 17.30, il venerdì dalle 8.00 alle 10.00 e dalle 14.30 alle 17.30. Nel mese di novembre, il lunedì, giovedì e venerdì dalle 8.00 alle 10.00, il martedì dalle 14.30 alle 17.30. Per appuntamento: Tel. 0525/970 266 - 324 - 326

Ufficio Stampa Simona Rondani sronDani@ausl.pr.it



PROTEGGI TUO FIGLIO CON LE VACCINAZIONI

Una scelta importante, informata e consapevole

Le vaccinazioni sono uno strumento di prevenzione molto importante per la salute che, negli anni, ha dimostrato ampiamente la sua utilità. Far fronte a gravi malattie come la poliomielite, il tetano, la difterite... è possibile solo con la vaccinazione: né le difese naturali dell'organismo, né uno stile di vita sano possono offrire - in questi casi - alcuna protezione.

La paura dei vaccini è ingiustificata. I vaccini oggi disponibili sono sempre più efficaci e sicuri, grazie anche ai controlli a cui vengono costantemente sottoposti.

I vantaggi derivanti dalla vaccinazione sono enormi - sia per il singolo individuo che per la collettività - rispetto agli effetti collaterali, che sono in genere molto modesti e si limitano alla comparsa di febbre non elevata e reazioni locali, nella zona della puntura. Effetti collaterali più importanti - come ad esempio lo shock anafilattico - sono assolutamente eccezionali e comunque molto meno frequenti delle complicazioni provocate dalla malattia.

Le vaccinazioni comprese nel calendario vaccinale (vedi tabella a lato) sono gratuite e somministrate negli ambulatori della Pediatria di Comunità dell'Azienda USL di Parma, presenti su tutto il territorio provinciale.

Ufficio Stampa Simona Rondani srondani@ausl.pr.it

Quali sono le vaccinazioni obbligatorie? In Italia, ad oggi, sono obbligatorie le vaccinazioni contro la poliomielite, il tetano, la difterite e l'epatite B.

E quelle raccomandate? Sono le vaccinazioni contro la pertosse, il morbillo, la rosolia, la parotite, l'emofilo, il pneumococco, il meningococco, l'Hpv (per le femmine), la varicella (per adolescenti che non l'hanno ancora contratta).

Cosa sono i vaccini? Il principio su cui si basa la vaccinazione è la produzione da parte dell'organismo di difese immunitarie contro determinati microrganismi, cosicché, qualora l'individuo venga infettato, sia in grado di difendersi.

Quando si effettuano le vaccinazioni? Le prime vaccinazioni iniziano intorno ai 2-3 mesi di vita del bambino. Per una maggiore protezione del neonato

dalle malattie infettive è importante eseguire sia le vaccinazioni "obbligatorie" che quelle "raccomandate", effettuate secondo il "calendario vaccinale". Ogni genitore riceve a casa una lettera dall'Azienda USL con la data e la sede del primo appuntamento vaccinale per il bambino/a e un opuscolo illustrativo sulle vaccinazioni, prodotto dalla Regione Emilia-Romagna. Ad ogni appuntamento, è necessario portare con sé il libretto delle vaccinazioni (a partire dal secondo appuntamento), la lettera di invito e il libretto sanitario pediatrico. Le vaccinazioni sono eseguite dagli operatori sanitari dell'Azienda USL, negli ambulatori della Pediatria di comunità.

Come avviene la vaccinazione. La somministrazione del vaccino comporta generalmente una o più iniezioni. Non è necessario tenere a digiuno il bambino.

Dopo la vaccinazione, i genitori e i bimbi sono invitati a restare in sala d'attesa per 30 minuti. Si tratta di una misura precauzionale, considerato che le reazioni che compaiono subito dopo le vaccinazioni sono molto rare. Tutti gli ambulatori vaccinali sono comunque attrezzati per gestire eventuali emergenze.

Esistono degli effetti collaterali? I vaccini in uso sono molto efficaci e sicuri, anche se è bene precisare che nessun vaccino è totalmente privo di rischio. E' certo che la frequenza degli effetti indesiderati è nettamente inferiore agli effetti e alle complicazioni della malattia contro cui si viene vaccinati. Per esempio, il morbillo ha come complicanza più temibile l'encefalite che può presentarsi in 1 malato su 1.000 e nel 30-40% dei casi può lasciare esiti permanenti: nei vaccinati si verifica in 1

Il calendario vaccinale

VACCINO	ETÀ (mesi ed anni compiuti)						
	2 mesi	4 mesi	10-12 mesi	12-15 mesi	5-6 anni	11 anni	14-15 anni
POLIO	1ª dose	2ª dose	3ª dose		4ª dose		
DIFTERITE/TETANO	1ª dose	2ª dose	3ª dose		4ª dose		5ª dose
EPATITE B	1ª dose	2ª dose	3ª dose				
PERTOSSE	1ª dose	2ª dose	3ª dose		4ª dose		
EMOFILO	1ª dose	2ª dose	3ª dose				
PNEUMOCOCCO	1ª dose	2ª dose	3ª dose				
MENINGOCOCCO C				una dose			una dose
MORBILLO, PAROTITE, ROSOLIA				1ª dose	2ª dose		
VARICELLA*							1ª dose 2ª dose
HPV [§]						1ª dose 2ª dose 3ª dose	

*solo suscettibili, ossia coloro che non hanno contratto la malattia precedentemente; § solo femmine

caso su 1.000.000.

E per quanto riguarda le controindicazioni? È raro che esistano controindicazioni alle vaccinazioni. Nel caso, un colloquio con il pediatra permetterà di accertare se esistono disturbi o condizioni tali da sconsigliare la vaccinazione.

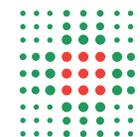


© by studio - Fotolia.com

Cosa sono i vaccini associati? Sono formulazioni che contengono più vaccini nella stessa fiala, con notevole risparmio di spesa, tempo, e soprattutto di stress per le mamme e i bambini cui sono riservate meno iniezioni, senza un aumento degli effetti collaterali. I vaccini associati usati normalmente sono l'esavalente che contiene: poliomielite, difterite, tetano, epatite B, pertosse, emofilo (HIB); il trivalente per morbillo, parotite, rosolia e il tetravalente, per difterite, tetano, pertosse, poliomielite. Esistono altre

associazioni usate occasionalmente.

Per informazioni circa le malattie, vaccini e gli effetti collaterali: consultare l'opuscolo, tradotto anche in 11 lingue, "Le vaccinazioni nell'infanzia e nell'adolescenza" disponibile sul sito www.ausl.pr.it. Inoltre, è sempre possibile rivolgersi al pediatra di famiglia, ai servizi Pediatria di Comunità dell'Azienda USL (per indirizzi consultare il sito www.ausl.pr.it) oppure telefonare al numero verde del Servizio Sanitario Regionale 800.033.033.



IL PARTO

In ospedale: nei reparti di ostetricia e ginecologia degli ospedali dell'AUSL a Fidenza, località Vaio, e a Borgotaro e dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma, troverai ostetriche, ginecologi e infermieri, che ti accompagneranno in questo delicato e indimenticabile momento: la nascita del tuo bambino. Durante il parto, potrai decidere di essere assistita anche da una persona a tua scelta. Altri due elementi che riconducono il momento della nascita a una dimensione più umana e più naturale sono il rooming-in, cioè la presenza del neonato in stanza con la mamma, fin dall'inizio, e l'assistenza all'allattamento al seno.

A casa tua: se la gravidanza procede regolarmente, puoi chiedere di partorire a casa tua, assistita dalle ostetriche dell'Azienda USL. La casa è il luogo degli affetti: per questo può essere il luogo ideale per dare alla luce il tuo bambino. Scegliere di partorire a casa, vuol dire affrontare questo grande evento, consapevolmente, credendo nelle proprie forze e nella fisiologia del parto. Il pediatra verrà a casa per visitare

Dalla dolce attesa alla nascita

I servizi dell'Azienda USL per le mamme e i loro bebè

Hai appena saputo di aspettare un bambino e hai bisogno di avere un punto di riferimento? Nei consultori dell'Azienda USL di Parma presenti sul territorio provinciale trovi le informazioni e i servizi di cui hai bisogno. Puoi fissare l'appuntamento per un colloquio con l'ostetrica: ti darà le informazioni utili per il primo periodo di gravidanza (lavoro, alimentazione, diagnosi prenatale) e ti prescriverà esami ed ecografia. L'ostetrica e/o il ginecologo ti seguiranno con visite periodiche per controllare l'andamento della gravidanza e valutare lo stato di benessere tuo e del tuo bambino. Se poi ti piacesse incontrare altre mamme e papà per par-

lare insieme, discutere, confrontarti, il consultorio organizza corsi di accompagnamento alla nascita in cui si affrontano i temi della gravidanza, del travaglio, del parto, della cura del neonato, dell'allattamento al seno e dell'essere genitori. Analoghi corsi sono organizzati anche dall'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma. L'accesso al consultorio non necessita di impegnativa del medico di medicina generale. Le visite e le ecografie sono prenotate direttamente dall'ostetrica in base alle disponibilità esistenti. È garantita la possibilità di scegliere il professionista da cui essere seguiti. L'elenco dei consultori è disponibile sul sito dell'AUSL: www.ausl.pr.it

il neonato entro 24 ore dalla nascita. Per saperne di più, rivolgiti al consultorio, entro la 32ª settimana di gestazione.

In acqua: nella vasca tarvaglio parto degli ospedali di Vaio e di Borgotaro. Partorire in acqua offre diversi vantaggi. L'acqua, infatti, migliora l'elasticità dei tessuti e il rilassamento muscolare del perineo; la minor tensione muscolare accelera la fase dilatante del travaglio, che nei parti in acqua dura 30-40 minuti in meno rispetto ai parti normali.

L'acqua, inoltre, allevia il dolore delle contrazioni. Naturalmente tutto ciò è possibile se la gravidanza e il parto non sono a rischio di complicazioni.

È NATO IL BEBÈ

A casa, ma non da sola: grazie al percorso "Dimissione appropriata", che ti garantisce la continuità assistenziale dopo il rientro a casa. L'ostetrica del consultorio, avvertita direttamente dall'ospedale, verrà a casa tua per sostenerti, rassicurarti, offrirti consigli pratici e aiutarti nel per-

corso di conoscenza del tuo bambino. Inoltre, ricorda che al tuo rientro a casa, devi contattare il pediatra che hai scelto, per concordare la visita, entro 72 ore dalla dimissione dall'ospedale.

Il pediatra. È il medico che sceglie per la cura del tuo bambino, fino al compimento dei suoi 14 anni. È il riferimento per qualsiasi problema di salute, orienta nella scelta della cura e delle eventuali visite specialistiche, accompagna nelle decisioni che si devono prendere, nei diversi



© Melissa Shalke - Fotolia.com

momenti della crescita. Puoi contattare il pediatra prima della nascita del tuo bimbo: l'ostetrica del consultorio ti darà ogni informazione sul percorso "Dimissione appropriata", in modo che al tuo rientro a casa il pediatra visiti il bimbo. Se non l'hai fatto, puoi scegliere il medico durante la permanenza in ospedale.

UNA SCELTA CONSAPEVOLE

Nel sangue del cordone ombelicale sono contenute cellule

staminali in grado di generare globuli rossi, globuli bianchi e piastrine, utili a curare malattie del sangue e del sistema immunitario. Se sei interessata alla donazione del sangue del cordone ombelicale, dalla 35ª settimana di gestazione in poi, puoi rivolgerti ai reparti di ostetricia e ginecologia dell'Azienda USL e dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma, per tutte le informazioni. La donazione non è dolorosa, né si sono mai registrati casi in cui donare il sangue cordonale

abbia causato problemi di salute alla madre o al neonato. **Ricorda** che assieme a una nuova vita nasce una possibilità di cura.

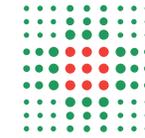
LAVORO E GRAVIDANZA

La legge ti riconosce il diritto ad essere adibita a mansioni che non comportino rischi per la tua salute e quella del bambino. Se ciò non fosse possibile, puoi ottenere l'astensione anticipata dal lavoro. Sono

considerati pericolosi per la donna in gravidanza i lavori che comportano l'utilizzo di sostanze chimiche, l'esposizione a radiazioni ionizzanti, l'uso di scale, impalcature mobili e fisse, la manovalanza pesante, restare in piedi o in una posizione particolarmente affaticante per più della metà dell'orario di lavoro, l'uso di macchine mosse a pedale o con vibrazioni, l'assistenza nei reparti per malattie infettive o mentali, l'utilizzo di concimi agricoli, le attività a bordo di mezzi di trasporto. Se ti trovi in una di queste condizioni, richiedi il certificato medico di gravidanza ad un ginecologo e allegalo alla domanda, da presentare al tuo datore di lavoro, di spostamento ad una diversa mansione. Se ciò non fosse possibile, chiedi l'astensione anticipata dal lavoro, presentando domanda alla Direzione Territoriale del Lavoro.

NATI PER LEGGERE

Azienda USL, Provincia di Parma e Istituzione Biblioteche del Comune di Parma sostengono il progetto per la lettura ai bambini dal primo anno di vita dal titolo "Nati per leggere", con il patrocinio del Ministero per i Beni e le Attività Culturali, dell'Associazione Italiana Biblioteche, dell'Associazione Culturale Pediatri e del Centro per la Salute del Bambino. Per saperne di più consulta il sito www.natiperleggere.it



Influenza stagionale

Con il vaccino proteggi te e gli altri

Con l'inverno, arriva anche l'influenza stagionale. Il mezzo più efficace e sicuro per prevenire l'influenza è la vaccinazione. Il periodo più idoneo per vaccinarsi è compreso tra novembre e dicembre. Nella nostra provincia, la campagna vaccinale è in corso, attuata dall'Azienda USL di Parma con la collaborazione dei Medici di medicina generale e dei Pediatri di libera scelta. Sono disponibili 82.000 dosi, gratuite per le persone a rischio.

Che cos'è l'influenza

È una malattia infettiva provocata da virus influenzali che si trasmettono per via respiratoria. Generalmente, il picco dell'influenza si registra tra il mese di gennaio e la fine di febbraio. I sintomi sono: febbre alta con brividi, mal di gola, tosse, mal di testa, dolori muscolari, malessere generale. Nella maggioranza dei casi la malattia si risolve in pochi giorni, al massimo in una settimana. Alle persone anziane e a quelle con malattie croniche (adulti e bambini) l'influenza può invece provocare compli-

canze, principalmente polmoniti e problemi cardiaci, che possono richiedere il ricovero in ospedale e, in alcuni casi, provocare la morte.

Come prevenire l'influenza

Con la vaccinazione: il mezzo più efficace e sicuro. Efficace, perché garantisce una buona copertura contro il rischio di contrarre la malattia, e soprattutto evita le possibili compli-

canze da influenza. Sicuro, perché i rari effetti collaterali sono limitati, per la gran parte, all'arrossamento della zona dove viene fatta l'iniezione e, in pochissimi casi, ad un senso di malessere generale, con possibile febbre. A chi è rivolta la vaccinazione gratuita

A chi è rivolta la vaccinazione gratuita

Alle persone di tutte le età (tra cui i bambini con più di 6 mesi) affette da: malattie croniche a

carico dell'apparato respiratorio, cardio-circolatorio e del fegato, malattie del sangue, insufficienza renale, diabete mellito e altre malattie del metabolismo, malattie oncologiche, sindromi da malassorbimento intestinale, malattie congenite o acquisite che causano una diminuzione delle difese immunitarie, patologie per le quali sono programmati importanti interventi chirurgici; persone di qualunque età ricoverate presso strutture per lungodegenti; bambini con patologie neurologiche e neuromuscolari; donne che saranno nel secondo e terzo trimestre di gravidanza durante la stagione epidemica (gennaio-marzo 2012); persone di età pari o superiore a 65 anni; personale di assistenza: medici, personale sanitario e di assistenza; familiari e conviventi a stretto contatto con persone a rischio di sviluppare una malattia grave; volontari dei servizi sanitari di emergenza; addetti a servizi pubblici di primario interesse collettivo: forze dell'ordine e Protezione civile (compresi i Vigili del fuoco e la Polizia

municipale), donatori di sangue, personale degli asili nido, insegnanti delle scuole dell'infanzia e dell'obbligo, personale delle poste e comunicazioni, dei trasporti pubblici e dipendenti della Pubblica amministrazione che svolgono servizi essenziali; personale a contatto con animali per motivi occupazionali: allevatori, veterinari pubblici e libero-professionisti, trasportatori di animali, macellatori.

Dove e quando vaccinarsi

Le vaccinazioni sono in corso ed effettuate negli ambulatori dei Medici di famiglia, dei Pediatri di libera scelta e negli ambulatori dell'Azienda USL in tutti i distretti, secondo i calendari disponibili sul sito www.ausl.pr.it e, a seguire, nei consueti orari di apertura dei servizi. Le persone di età pari o superiore ai 65 anni e gli adulti malati cronici delle categorie a rischio sono invitate a sottoporsi alla vaccinazione nell'ambulatorio del proprio Medico di famiglia, le persone addette a servizi di pubblica uti-

lità ai Servizi Igiene Pubblica dell'AUSL. I Pediatri di libera scelta, oltre ad effettuare le vaccinazioni, sono a disposizione per il rilascio delle richieste di vaccinazione effettuate anche negli ambulatori della Pediatria di comunità dell'AUSL.

Il vaccino: composizione ed effetti collaterali

La composizione del vaccino viene determinata, ogni anno, dall'Organizzazione mondiale della sanità (Oms). Quest'anno il vaccino contiene tre ceppi virali: un ceppo A H1N1 (il virus che provocò la pandemia influenzale nel 2009, tuttora circolante), un ceppo A H3N2 e un ceppo B. I vaccini utilizzati sono di diverso tipo. La scelta di quello più adatto alla persona compete al medico che prescrive o effettua la vaccinazione. La presenza di eventuali controindicazioni (come, ad esempio, l'allergia grave alle proteine dell'uovo o una reazione allergica importante ad una precedente somministrazione dello stesso vaccino) deve essere riferita al

momento della vaccinazione e valutata da parte del medico. In presenza di febbre o di malattie acute in atto, la vaccinazione deve essere rimandata. Il vaccino viene somministrato con una iniezione preferibilmente nella parte superiore del braccio (muscolo deltoide). Gli effetti collaterali della vaccinazione sono rari e di scarsa entità. I più comuni sono: arrossamento, gonfiore e dolenzia nel punto di inoculazione, malessere generale; rara la febbre, comunque leggera e di breve durata.

Chi non deve vaccinarsi

La vaccinazione è controindicata nelle persone gravemente allergiche alle proteine dell'uovo e in coloro che abbiano manifestato problemi neurologici o reazioni allergiche importanti dopo una precedente vaccinazione contro l'influenza.

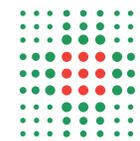
... e per tutti gli altri?

Chi non rientra tra i soggetti cosiddetti "a rischio", il vaccino è in vendita in farmacia, con presentazione della ricetta. Per la somministrazione a pagamento, è possibile rivolgersi al proprio Medico di famiglia o Pediatra di libera scelta.

Per ulteriori informazioni

Consultare i siti www.ausl.pr.it, www.saluter.it o chiamare il numero verde del Servizio Sanitario Regionale **800.033.033**, dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 17.30, il sabato dalle 8.30 alle 13.30.





La Salute della Salute Mentale

Sette settimane per capire, discutere, proporre

Da ottobre a dicembre, l'Azienda USL di Parma - Dipartimento Assistenziale Integrato Salute Mentale e Dipendenze Patologiche (DAI SM-DP), in stretta collaborazione con le direzioni dei quattro Distretti - realizza nell'ambito dell'evento "La Salute della Salute Mentale" un ricco programma di incontri aperti alla cittadinanza, alle Istituzioni, alle Associazioni, con un unico obiettivo: capire, discutere, proporre.

Perché "La Salute della Salute Mentale"?

Perché garantire salute e benessere significa anche promozione, prevenzione e cura della salute mentale. E poi perché non può esistere salute senza la salute mentale.

Perché sono oltre 10mila le persone che in provincia di Parma si rivolgono ai servizi di salute mentale dell'AUSL, il 4% circa dell'intera popolazione parmense.

Perché Parma ha avuto un ruolo importante nella storia del movimento politico e culturale che ha sovvertito - a partire dagli anni '60 e '70 - i luoghi, i

trattamenti terapeutici, il concetto scientifico stesso di cura delle malattie e del disagio psichico.

Perché dalla chiusura dei manicomi, di strada se ne è fatta tanta e ancora tanta è da fare. Si rende necessario, quindi, aprire un confronto sul cammino che resta da percorrere e che deve portare allo sviluppo, al miglioramento, all'innovazione della già efficace integrazione con il territorio, le Istituzioni, le case di cura specialistiche private accreditate, per la definizione di progetti individuali dedicati agli utenti.

Il programma delle iniziative de "La Salute della Salute Mentale"

è inserito in un'apposita pubblicazione - scaricabile anche dal sito www.ausl.prit.it - in distribuzione tra operatori, Istituzioni, Associazioni di familiari e utenti.

Questi gli eventi ancora in programma.

23 novembre, dalle 8.30 alle 13.30, a Langhirano, Sala Riunioni del Polo Socio Sanitario in via Roma 42/1, convegno "L'integrazione tra sociale e sanitario nel DAI SM-DP". L'evento è un momento di confronto tra operatori sul tema della disabilità, nell'ottica di raccogliere nuove proposte operative per il miglioramento del processo di integrazione e della qualità dei servizi offerti al cittadino.

24 novembre, dalle 8.30 alle 16, a Fidenza, Aula Convegni del Centro Parrocchiale San Michele, convegno "Accoglienza appartenenza assistenza. Per la salute mentale dei migranti". L'etnopsichiatria a confronto

con le esperienze di accoglienza ed assistenza ai cittadini immigrati nel territorio di Parma. L'adattamento delle metodologie di lavoro e l'arricchimento che il confronto con le "culture altre" impone, può diventare una risorsa fruibile da tutti.

28 novembre, dalle 15 alle 18, Aula G dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma, convegno "Pericolosità e rischio in psichiatria". La richiesta allo psichiatra di valutazione della pericolosità sociale da parte del magistrato implica non la valutazione di una particolare disposizione personale, ma una valutazione della probabilità che quello stesso soggetto, che ha già commesso un reato essendo condizionato, in tutto o in parte, da una malattia mentale, possa commetterne altri, entro un ragionevole lasso di tempo. Problematica è la previsione clinica di pericolosità così come di un comportamento aggressivo e violento. Sono da valutare fattori di rischio generici e specifici.

La difficoltà scaturisce dalla non disponibilità di strumenti diagnostici che consentano di individuare fattori predittivi specifici di pericolosità o di comportamenti aggressivo-violenti.

30 novembre, dalle 8.30 alle 16, Auditorium della Banca Monte, in Via B. Longhi 9, Parma, convegno "Le funzioni della psicologia clinica e di comunità nel programma del DAI SM-DP". Gli psicologi dell'Azienda USL di Parma presentano le loro riflessioni sui bisogni psicologici rilevati nella popolazione e si confrontano sugli interventi effettuati nei diversi Servizi.

1 dicembre, dalle 9 alle 13, Hotel Stendhal di Via Bodoni 1, Parma, convegno "Habitat del disagio". Presentare le nuove strutture realizzate dall'Ausl diventa l'occasione di riflessione sull'importanza dei luoghi della cura nella cura del disagio psichico, nella consapevolezza che i programmi di cura e riabilitazione individuali degli utenti comporta-

no sempre e necessariamente grande attenzione al come e al dove si vive.

6 dicembre, dalle 9 alle 16.30, Camera di Commercio, in Via Verdi, Parma, convegno "Percorsi terapeutico riabilitativi a domicilio. Quali modelli?". Presentazione del modello riabilitativo utilizzato nel DAI SM-DP di Parma, in collaborazione con le cooperative, per la realizzazione di percorsi di cura individualizzati a sostegno della domiciliarità, per favorire la ripresa delle capacità lavorative e del proprio ruolo sociale.

12 dicembre, dalle 8.30 alle 16.30, Sala Borri della Provincia di Parma "Essere genitori, essere figli: famiglia, reti sociali, servizi". I bisogni del soggetto in età ado-

lescente possono essere portati all'attenzione clinica solo attraverso la mediazione di soggetti diversi dalla persona che li manifesta. Tali bisogni devono essere connessi alle reti familiari e alla loro evoluzione, agli aspetti della vita sociale e di relazione. Il bilancio fra fattori di protezione e fattori di rischio riconoscibili nel sistema familiare si pone in primo piano come indicatore di opportunità di intervento tanto quanto la diagnosi clinica individuale. Saranno quindi affrontate le problematiche aperte e le possibili risposte dei Servizi che lavorano in questi ambiti.

15 dicembre, dalle 9 alle 13.30, Casa della Musica di Ple San Francesco 1, Parma, convegno "Come out: adolescenti ed emergenza dei bisogni di cura".

Le richieste di aiuto in età adolescenziale e giovanile si presentano spesso in forme diverse dalla classica richiesta di colloquio ad un servizio competente. Frequentemente sono richieste "emergenti" che possono richiedere attenzione ad una decodifica che non le banalizzi. L'incontro vuole mettere a fuoco le responsabilità dei diversi attori sociali ed avviare un percorso che definisca i modi di leggere e d'intervenire sull'emergenza-urgenza che riguarda i giovani del nostro territorio.

17 dicembre, dalle 9 alle 13.30, Sala convegni dell'Assistenza Pubblica, in Viale Gorizia 2/a, Parma, convegno "Crisi: economia, lavoro, identità". Quale rapporto tra crisi economica e disagio psichico?

L'incertezza sul lavoro e la precarietà economica aumentano il disagio personale e sociale? E quali soggetti sono interessati? A queste importanti domande, prova a rispondere una ricerca promossa dal DAI SM-DP. Attraverso un questionario, una indagine epidemiologica e un'analisi di dati sul territorio provinciale, viene indagata la realtà, individuale e sociale nonostante la crisi economica. Il convegno è realizzato in collaborazione con i Sindacati Confederati.

A lato la copertina del programma completo



Ufficio Stampa Simona Rondani srondani@ausl.prit.it



LE CASE DELLA SALUTE al taglio del nastro

Con l'obiettivo di garantire continuità assistenziale e prossimità delle cure, favorire una migliore presa in carico degli utenti, offrendo risposte certe ai bisogni di salute dei cittadini, con particolare riferimento alle patologie croniche, nascono in provincia di Parma le Case della Salute (CdS).

Il nuovo modello organizzativo delle cure primarie voluto dalla Regione Emilia-Romagna, realizzato dall'Azienda USL, insieme ai Comitati di Distretto e alla Conferenza Territoriale Sociale e Sanitaria. Le CdS sono un nuovo luogo di cura, dove i servizi di assistenza primaria si integrano nel territorio con quelli specialistici, della sanità pubblica, della salute mentale e con i servizi sociali e le associazioni di volontariato. In ognuna delle Case opererà un team multidisciplinare in grado di fornire prestazioni cliniche di qualità e una vasta gamma di interventi preventivi e di promozione della salute. Nelle CdS la presa in carico del cittadino è garantita da percorsi integrati di cura ed assistenza erogati da professionisti che, pur appartenendo ad aree differenti (sanitaria, sociale, ecc.), si trovano ad operare nel medesimo conte-



Foto: © G. L. L. L.

sto. Questi i principi organizzativi delle CdS: facilità di accesso alle cure (tempestività della risposta, facilità di comunicazione con i professionisti, ecc.); coinvolgimento del paziente nelle scelte e nella gestione delle cure; coordinamento delle cure (tra i diversi professionisti); continuità dell'assistenza (tra differenti livelli organizzativi). Le CdS sono organizzate in tre aree: area pubblica (accoglienza, servizi ad accesso im-

mediato); area clinica (servizi delle diverse aree dipartimentali); area staff (a supporto dell'organizzazione). Nella provincia di Parma le CdS saranno in tutto 26, alcune sono di nuova realizzazione, altre troveranno sede in strutture già esistenti, così suddivise: 8 nel Distretto di Parma e 6 in ciascuno degli altri Distretti Fidenza, Sud-Est, Valli Taro e Ceno. Ecco, nel dettaglio, le prime 6, che saranno inaugurate tra la fine e l'inizio del nuovo anno.

Casa della Salute di Busseto



Foto: © G. L. L. L.

Casa della Salute di Busseto, intitolata al Dr. Claudio Carosino

Via Paganini n. 13

Inaugurazione: 9 dicembre alla presenza dell'assessore Politiche per la Salute Regione Emilia-Romagna, Carlo Lusenti. **Servizi.** Area pubblica: accoglienza accettazione, sala d'attesa, CUP, sportello unico. Area clinica: Assistenza primaria: medicina di gruppo (attiva 12 ore/giorno), ambulatorio pediatrico, ambulatorio infermieristico, ambulatorio ostetrico e pap test, ambulatorio specialistico, guardia medica, assistente sociale. Servizi sanitari: punto prelievi, consultorio familiare, pediatria di comunità, ambulatori specialistici per patologia. Servizi socio-sanitari: coordinamento assistenza domiciliare, Unità di Valutazione Multidimensionale (UVM) anziani e disabili. Prevenzione: vaccinazioni, screening collo dell'utero. Servizi sociali: uffici. Area di staff: sala riunioni.

Casa della Salute di Langhirano

Roma n. 42/1

Inaugurazione: 14 dicembre

Servizi. Area pubblica: accoglienza accettazione, sala d'attesa, CUP, sportello unico. Area Clinica: Assistenza primaria: medicina di gruppo (attiva 12

ore/giorno), ambulatorio infermieristico, ambulatorio ostetrico e pap test, ambulatorio specialistico, guardia medica, assistente sociale. Servizi sanitari: punto prelievi e screening colon retto, consultorio familiare, pediatria di comunità, ambulatori specialistici per patologia, ambulatori igiene pubblica, ambulatori servizio prevenzione e sicurezza ambienti di lavoro, centro di salute mentale, palestra, neuropsichiatria, sert, screening mammografico. Servizi socio-sanitari: coordinamento assistenza domiciliare, UVM anziani e disabili. Prevenzione: vaccinazioni, screening collo dell'utero, commissione invalidità civile, certificazioni monocentriche. Servizi sociali: uffici. Area di staff: uffici, distribuzione ausili protesici, uffici di staff, sala riunioni, sala polivalente.

Casa della Salute di Medesano

piazza G. Rastelli n. 1-3

Inaugurazione: 16 dicembre

Servizi. Area pubblica: accoglienza accettazione, sala d'attesa, CUP, sportello unico. Area Clinica: Assistenza primaria: medicina di gruppo (attiva 12 ore/giorno), ambulatorio pediatrico, ambulatorio infermieristico con osservazione/terapia, ambulatorio ostetrico e pap test, ambulatorio specialistico, guardia medica, assistente sociale. Servizi sanitari: punto prelievi e screening colon retto, consultorio familiare, pediatria di comunità, ambulatori specialistici per patologia, ambulatori igiene pubblica, centro di salute mentale. Servizi socio-sanitari: coordinamento

assistenza domiciliare. Prevenzione: vaccinazioni, screening collo dell'utero. Servizi sociali: uffici. Area di staff: uffici, distribuzione ausili protesici, uffici di staff, sala riunioni, sala polivalente.

Casa della Salute di Monticelli

via Laura Bassi n. 24

Inaugurazione: 17 dicembre

Servizi. Area pubblica: accoglienza accettazione, sala d'attesa. Area clinica: Assistenza primaria: medicina di gruppo (attiva 12 ore/giorno), ambulatorio pediatrico, ambulatorio infermieristico, guardia medica, assistente sociale. Servizi sanitari: punto prelievi, consultorio familiare, pediatria di comunità, ambulatori igiene pubblica. Prevenzione: vaccinazioni, screening collo dell'utero, certificazioni monocentriche. Servizi sociali: uffici. Area di Staff: funzioni di coordinamento e referenza di struttura.

Casa della Salute di Colorno-Torile

via Suor Maria n. 3, Colorno

Inaugurazione: tra fine dicembre e inizio 2012.

Servizi. Area pubblica: accoglienza accettazione, sala d'attesa, CUP, sportello unico. Area Clinica: Assistenza primaria: medicina di gruppo (attiva 12 ore/giorno), ambulatorio pediatrico, ambulatorio infermieristico (con osservazione/terapia), ambulatorio ostetrico e pap test, ambulatorio specialistico, guardia medica, assistente sociale. Servizi sanitari: punto prelievi e screening colon

retto, poliambulatorio, diagnostica per immagini, ambulatori specialistici per patologia, recupero e riabilitazione funzionale, palestra, centro di salute mentale, neuropsichiatria, consultorio familiare, pediatria di comunità. Servizi socio-sanitari: coordinamento assistenza domiciliare, UVM anziani e disabili. Prevenzione: vaccinazioni. Servizi sociali: uffici. Area di staff: uffici, distribuzione ausili protesici, uffici di staff, sala riunioni, sala polivalente.

Casa della Salute di San Secondo

piazza Martiri della Libertà n. 24

Inaugurazione: tra fine dicembre e inizio 2012.

Servizi. Area pubblica: accoglienza accettazione, sala d'attesa, CUP, sportello unico. Area clinica: Assistenza primaria: medicina di gruppo (attiva 12 ore/giorno), ambulatorio pediatrico, ambulatorio infermieristico (con osservazione/terapia), ambulatorio ostetrico e pap test, ambulatorio specialistico, guardia medica, assistente sociale. Servizi sanitari: punto prelievi e screening colon retto, ambulatori specialistici per patologia, centro di salute mentale, ambulatori igiene pubblica, consultorio familiare, pediatria di comunità, Servizi socio-sanitari: coordinamento assistenza domiciliare, UVM anziani e disabili. Prevenzione: vaccinazioni, screening collo dell'utero. Servizi sociali: uffici. Area di staff: uffici, uffici di staff, sala riunioni, sala polivalente.

Alcuni numeri utili

- **Centralino Azienda USL di Parma:** 0521.393111
- **Ufficio Relazioni con il Pubblico Distretto di Parma:** 0521.393808
- **Ufficio Relazioni con il Pubblico Distretto Sud-Est:** 0521.865324
- **Ufficio Relazioni con il Pubblico Distretto di Fidenza e Ospedale di Vaio:** 0524.515538
- **Ufficio Relazioni con il Pubblico Distretto Valli Taro Ceno e Ospedale Santa Maria di Borgotaro:** 0525.970306
- **Numero verde del Servizio Sanitario Regionale:** 800.033.033,
attivo dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 17.30, il sabato dalle 8.30 alle 13.30
- **Numero verde per prenotare e disdire esami e visite:** 800.629.444. Il servizio di disdetta è attivo 24 ore su 24 con segreteria tutti i giorni della settimana e dalle 8 alle 12 dal lunedì al sabato con un operatore.
Il servizio di prenotazione è attivo dal lunedì al venerdì dalle 8 alle 18 e il sabato dalle 8 alle 12.
- **Numero unico per prenotare le prestazioni specialistiche erogate in libera professione:**
848.000.913, attivo dal lunedì al venerdì, dalle 8 alle 18 e il sabato, dalle 8 alle 12.
La telefonata prevede il costo di uno scatto alla risposta.
- **Numero verde Programma Adolescenza e Giovane età** (per ragazzi/e dai 14 ai 24 anni):
800.724.300, attivo dal lunedì al venerdì dalle 8 alle 18.
- **Filo Diretto A.B. – Anoressia Bulimia:** 0521.231149, attivo il mercoledì dalle 18 alle 20 e il sabato dalle 10 alle 12, durante la settimana è attiva una segreteria telefonica.
- **Emergenza-urgenza sanitaria:** 118

Guide e opuscoli per prenderti cura della tua salute

Una selezione di prodotti disponibili sul sito www.ausl.pr.it e nelle principali sale d'attesa



Il **Bilancio di Missione** è lo strumento dell'Azienda che offre l'opportunità di dare una visione della complessa attività che l'AUSL di Parma compie ogni giorno al fine della promozione e del mantenimento della salute di tutti i cittadini. E' un documento ampio, che ogni anno racchiude diverse novità. Il 2010 è stato caratterizzato dallo sviluppo di un importante progetto: le "Case della Salute" (CdS). Le CdS, nate da un percorso di riorganizzazione dei servizi territoriali avviato da tempo dalla Regione Emilia-Romagna, sono un nuovo punto di riferimento per la salute dei cittadini, dove i servizi di assistenza primaria si integrano nel territorio con quelli specialistici, della sanità pubblica, della salute mentale e con i servizi sociali e le associazioni di volontariato. In parte adeguando poli socio-sanitari già esistenti e in parte in nuovi edifici, le CdS parmensi sono previste anche dalla programmazione della Conferenza Territoriale Sociale e Sanitaria di Parma e dei Comitati di Distretto. Nella provincia di Parma le CdS saranno in tutto 26 (entro il 2013), così suddivise: 8 nel Distretto di Parma e 6 in ciascuno degli altri Distretti Fidenza, Sud-Est, Valli Taro e Ceno.



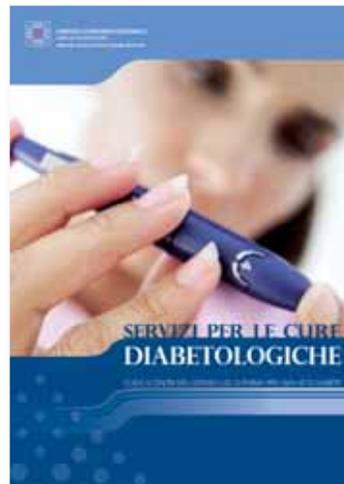
Quattro guide, una per ogni distretto sanitario, per far conoscere al meglio tutti i percorsi della salute attivi. In 24 pagine, ogni guida è articolata in diverse sezioni, con utili informazioni sul medico di famiglia e il pediatra di libera scelta, percorsi di diagnosi e cura (prenotazioni, ticket, ricoveri...), prevenzione, riabilitazione, alcuni principali percorsi assistenziali come l'assistenza domiciliare, il percorso nascita, i programmi per le dipendenze patologiche e per disturbi alimentari, attività ambulatoriali e ospedaliere. Per ciascuna di queste attività sono indicati tutti i riferimenti specifici del territorio, come indirizzi, numeri di telefono, orari. In ogni pagina, poi, sono riportate le risposte ad alcune delle domande più frequenti fatte agli URP (Uffici Relazioni con il Pubblico) dai cittadini.



I **medici di famiglia** sono una componente preziosa e indispensabile nell'organizzazione sanitaria locale, in quanto operano per assicurare livelli essenziali di assistenza a tutti i cittadini. Sono il primo riferimento per i bisogni di salute, instaurando con i propri assistiti un rapporto di fiducia. La guida ha l'obiettivo di offrire semplici e utili informazioni circa i servizi offerti da questi professionisti.



Questa guida ha lo scopo di informare, con un linguaggio diretto e semplice, coloro che sono stati colpiti da malattie coronariche, come infarto o angina pectoris, sui percorsi sanitari dedicati messi a disposizione dall'Azienda Usl e dall'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma. La guida contiene anche validi e pratici consigli che, se messi in pratica, aiuteranno a stare meglio e a evitare complicanze future.



Questa breve guida offre utili consigli ai malati di diabete e presenta i servizi sanitari promossi dall'Azienda Usl di Parma. Seguire con rigore i consigli di medici esperti, aver cura della propria salute ed utilizzare al meglio ciò che il Servizio Sanitario offre permette al diabetico di affrontare questa malattia nel modo più efficace.



La **gestione integrata del diabete** è un percorso di cura in cui il medico di famiglia, diabetologo e altri specialisti collaborano con il paziente. Nell'opuscolo si trovano risposte a domande quali, ad esempio: cosa si deve fare per mantenere un buon controllo della malattia, quando occorre fare gli esami di controllo, come effettuare il controllo della glicemia a casa.



Questo opuscolo realizzato da Azienda Usl e Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma illustra quali test di screening ed esami diagnostici si possono fare durante la gravidanza per indagare lo stato di salute del bambino.

Ufficio Comunicazione e Rapporti con l'Utenza
www.ausl.pr.it

Stampato a gennaio 2012
