

Informa salute



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



Un anno di notizie e informazioni utili per la tua salute a cura dell'Azienda Unità Sanitaria Locale 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

Letizia Ferrari
e-mail: leferrari@ausl.pr.it
telefono 0521.393365

Silvana Basso Ricci
e-mail: sbassoricci@ausl.pr.it
telefono 0521.393555

Raffaella Pasquinelli
e-mail: rpasquinelli@ausl.pr.it
telefono 0521.393744

Barbara Lori
e-mail: blori@ausl.pr.it
telefono 0521.393952

Elisabetta Fusaro (tirocinante)
e-mail: efusaro@ausl.pr.it
telefono 0521.393305

Indice

pag. 2	"Genitori più - 7 semplici azioni per prevenire i rischi per la salute dei bambini" pubblicato il 21 gennaio 2009
pag. 3	" www.ausl.pr.it - tutte le informazioni on line" pubblicato il 4 febbraio 2009
pag. 4	"Lavorare in sicurezza: un diritto e un dovere di tutti" pubblicato il 18 febbraio 2009
pag. 5	"Scegli con gusto per la tua salute - Il servizio igiene alimenti e nutrizione, al servizio dei cittadini, per prevenire i rischi legati all'alimentazione" pubblicato il 4 marzo 2009
pag. 6	"Casa dolce casa! E se fosse anche sicura... - come prevenire gli incidenti domestici" pubblicato il 18 marzo 2009
pag. 7	"Allergie: tutto quello che è bene sapere - Cosa sono? Quali sono i sintomi? Cosa fare se ci si scopre allergici?" pubblicato l'1 aprile 2009
pag. 8	"Il Pintor rinnovato" pubblicato il 29 aprile 2009
pag. 9	"Inizia da un sorriso - al via la campagna di prevenzione odontoiatrica" pubblicato il 13 maggio 2009
pag. 10	"Stop alla zanzara tigre - la parola d'ordine è prevenire: bastano poche sane abitudini" pubblicato il 24 giugno 2009
pag. 11	"Funghi: dal bosco alla tavola tutte le regole da seguire - controlli gratuiti presso gli ispettorati micologici dell'AUSL" pubblicato il 16 settembre 2009
pag. 12	"Influenza A H1N1 la prevenzione è nelle tue mani - informazioni utili per proteggersi e contrastare la diffusione del virus" pubblicato il 30 settembre 2009
pag. 13	"Pap-test, la scelta che allunga la vita - un esame gratuito, rapido e indolore, per prevenire i tumori al collo dell'utero" pubblicato il 23 dicembre 2009

Anche quest'anno, abbiamo realizzato la raccolta della rubrica "Informa salute", pubblicata sulla Gazzetta di Parma nell'anno 2009.

L'inserto diviene, così, una pratica guida, con riferimenti, consigli, numeri e indirizzi, da conservare e utilizzare all'occorrenza.

Consapevoli della complessità che caratterizza l'Azienda USL di Parma, con servizi diffusi su tutto il territorio provinciale e numerose prestazioni garantite quotidianamente, è nostro costante impegno prestare la massima attenzione all'informazione rivolta ai cittadini, nostri utenti, che necessitano di essere orientati e agevolati nell'accesso alle nostre strutture.

Tra i tanti mezzi a disposizione – redazione di opuscoli, guide ai servizi, depliant, manifesti, organizzazione di eventi, comunicati stampa, trasmissioni televisive, sito web, ... – anche quest'anno, abbiamo deciso di proseguire la rubrica "Informa salute", uno spazio di informazione ed educazione sanitaria, pubblicato ogni due settimane dalla stampa locale.

Per migliorare questo servizio, vi invitiamo a collaborare con noi, facendoci pervenire le vostre osservazioni e i suggerimenti sui temi di cui avete maggiore necessità di essere informati.

Massimo Fabi

Direttore Generale dell'Azienda USL di Parma

Notizie dall'Azienda Usl di Parma

Informa salute



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

La Regione Emilia-Romagna e l'Azienda USL di Parma hanno aderito alla campagna nazionale "Genitoripiù", nell'ambito delle azioni previste dal proprio Percorso nascita, per promuovere e tutelare la salute psicofisica dei bambini e per sostenere la genitorialità.

COSA VUOL DIRE ESSERE GENITORIPÌÙ?

Voi genitori siete i protagonisti della salute dei vostri figli: a partire dal momento in cui avete scelto di concepirli, giorno dopo giorno durante la gravidanza, passo dopo passo nei suoi primi anni. In ogni momento della vita del vostro bambino, la cura, che solo un genitore attento e informato può darvi, è un bene prezioso. Per questo abbiamo scelto di promuovere 7 azioni per la salute del bambino: 7 azioni di fondamentale importanza per voi, ma soprattutto per lui. Ognuna di queste azioni lo protegge da più di un problema. Tutte insieme costituiscono un capitale di salute per la sua vita futura. Voi genitori potete fare davvero molto: quello che fate ha più forza se ogni azione è sostenuta insieme alle altre. Un esempio importante? Le vaccinazioni: un modo semplice, efficace e sicuro per proteggere i vostri bambini,

contro pericolose malattie per le quali non esiste una terapia efficace. Vaccinare i vostri bambini significa proteggere la salute di tutti i bambini, ma è necessario l'impegno di tutti per poter godere dei benefici di questa azione. Essere "genitoripiù", quindi, vuol dire essere genitori protagonisti del benessere del proprio figlio.

1. Prendere per tempo l'acido folico

Pensate al vostro bambino, ancora prima di concepirlo: l'acido folico è una vitamina che assunta prima del concepimento e durante i primi 3 mesi di gravidanza può prevenire importanti malformazioni. La sua assunzione è sicura. Chiedete al vostro medico di fiducia.

2. Non fumare in gravidanza e davanti al bambino

Proteggete il vostro bambino dal fumo: fumare in gravidanza mette a rischio la sua salute. Anche il fumo passivo è particolarmente dannoso quando è ancora piccolo: non consentite che si fumi in casa e vicino a lui.

3. Allattarlo al seno

Allattate al seno il vostro bambino. L'allattamento al seno è il gesto più naturale che c'è e il latte materno è l'alimento più completo: nei primi sei

Genitori più

7 semplici azioni per prevenire i rischi per la salute dei bambini



mesi di vita il vostro bambino non ha bisogno di niente altro. Continuate poi ad allattarlo, anche oltre l'anno e più. Il latte materno protegge da tantissime malattie, sia da piccolo che da grande. E fa bene anche alla mamma.

4. Metterlo a dormire a pancia in su

Mettete a dormire il vostro bambino sempre a pancia in su: è la posizione più sicura. Insieme all'allattamento e alla protezione dal fumo aiuta a prevenire la "morte in culla" (SIDS). È importante anche mantenere la temperatura ambiente attorno ai 20° C e non coprirlo troppo.

5. Proteggerlo in auto con il seggiolino

In auto utilizzate sempre il seggiolino di sicurezza, anche per tragitti brevi. Assicuratevi che sia a norma di legge: idoneo per il suo peso, di dimensioni appropriate e montato correttamente. Verificate che abbia il marchio europeo ECE R44/03.

6. Fare tutte le vaccinazioni consigliate

Vaccinare il vostro bambino significa proteggerlo lui e gli altri bambini da tante malattie infettive. Alcune sono molto pericolose e, grazie alle vaccinazioni, oggi sono sotto controllo.

7. Leggergli un libro

Trovate il tempo per leggere con il vostro bambino: sentirvi leggere un libro ad alta voce gli piacerà tantissimo e stimolerà il suo sviluppo cognitivo e relazionale. Potete cominciare già a sei mesi.

GENITORIPÌÙ è una campagna del Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche sociali. Con il patrocinio di: ACP Associazione Culturale Pediatri; ASNAS Associazione Nazionale Assistenti Sanitari; FNCO Federazione Nazionale dei Collegi delle Ostetriche; IPASVI Federazione Nazionale Collegi Infermieri Professionali, Assistenti Sanitari, Vigilatrici d'Infanzia; SIGO Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia; SIN Società Italiana di Neonatologia; SIP Società Italiana di Pediatria; SITI Società Italiana di Igiene. Hanno aderito, oltre all'Emilia-Romagna, altre undici Regioni: Veneto (Regione capofila), Abruzzo, Calabria, Friuli-Venezia Giulia, Lazio, Molise, Piemonte, Puglia, Sardegna, Umbria e Valle d'Aosta. In collaborazione con FIMP, Federazione Italiana Medici Pediatri e Unicef.

Il pediatra di libera scelta. Rivolgetevi sempre e con fiducia al pediatra che avete scelto per la prevenzione e la cura della salute del vostro bambino. L'assistenza pediatrica è gratuita ed assicurata ai bambini ed adolescenti di età compresa tra gli 0 e i 14 anni. Il pediatra garantisce: visite in ambulatorio a scopo diagnostico terapeutico, per il controllo dello sviluppo fisico, psichico e sensoriale del bambino e visite per patologie; visite a domicilio, quando a giudizio del pediatra, le condizioni cliniche non consentono la trasferibilità del bambino in ambulatorio; bilanci di salute; prescrizione di accertamenti diagnostici, esami di laboratorio e strumentali; prescrizione di visite specialistiche, terapie, ricoveri ospedalieri e cure termali; prescrizione di farmaci; certificazioni previste per legge ai fini della riammissione alla scuola dell'obbligo, agli asili nido, alla scuola materna e alle scuole secondarie superiori e ai fini dell'astensione dal lavoro del genitore, a seguito di malattie del bambino; certificazioni di idoneità allo svolgimento di attività sportive non agonistiche in ambito scolastico; assistenza domiciliare programmata, per particolari categorie di utenti; prestazioni aggiuntive, a giudizio del pediatra, quali ad esempio medicazioni, suture...

L'ambulatorio del pediatra è aperto cinque giorni la settimana, con un orario determinato autonomamente dal medico, adeguato al numero e alle necessità degli assistiti, in modo da assicurare prestazioni efficienti ed efficaci. L'orario di apertura è reso noto attraverso avviso all'ingresso dello studio del medico.

Il consultorio. Il consultorio familiare è un luogo dove trovare risposte a problemi sanita-

I servizi dell'AUSL

ri e non solo. Dove la persona, nella sua complessità, trova ascolto, cura, assistenza specialistica e di prevenzione. Dove è possibile incontrarsi e confrontarsi con chi sta vivendo la tua stessa esperienza. Sono numerosi i servizi che si possono trovare nei consultori dell'AUSL: dall'assistenza personalizzata alla gravidanza, ai corsi di preparazione alla nascita, ma anche l'assistenza al puerperio, con il sostegno per l'allattamento al seno e tanto altro ancora. L'accesso al consultorio è libero, non è infatti necessaria la prescrizione del proprio medico e il personale - una équipe composta da ostetriche, medici ginecologi e psicologi, è a disposizione per dare il necessario supporto e indirizzare verso i servizi più idonei. Le visite e alcuni esami specialistici pertinenti si effettuano su prenotazione, fatta presso il consultorio, in base alle esigenze riferite e alle disponibilità esistenti. È garantita la possibilità di scegliere il professionista da cui essere seguiti. Alcune prestazioni offerte dal consultorio prevedono una compartecipazione alla spesa, cioè il pagamento del ticket.

La pediatria di comunità. Attua il calendario regionale delle vaccinazioni obbligatorie e raccomandate per la fascia di età 0-18 anni. Dal maggio 2008, è iniziata anche l'offerta della vaccinazione antipapilloma virus alle bambine nate nel 1997 e nel 1996. In collaborazione con il servizio igiene e sanità pubblica, si occupa della sorveglianza delle malattie infettive nelle collettività ed effettua la riammissione scolastica per alcune malattie infettive di particolare rilevanza per la salute pubblica. Attua l'inserimento in collettività dei minori immigrati. Collabora con il settore Salute Donna al progetto Percorso nascita e sostegno dell'allattamento al seno.

Il servizio di neuropsichiatria infantile. Il servizio di Neuropsichiatria Infantile e Psicologia Clinica dell'Età Evolutiva è l'Unità Operativa che si occupa di fornire assistenza a bambini e ragazzi, fino a 18 anni. Gioca un

ruolo di grande importanza nella prevenzione, nel limitare i rischi di cronicizzazione e nella riabilitazione, attraverso percorsi personalizzati. L'accesso avviene nel modo più semplice e più facile, tramite richiesta diretta presso una delle strutture territoriali oppure con prescrizione del medico di famiglia o del pediatra, previa prenotazione agli sportelli CUP.

E PER GLI ADOLESCENTI:

Lo spazio giovani. Lo Spazio Giovani è il consultorio aperto ai ragazzi e ragazze dai 14 ai 20 anni. L'accesso è libero e il servizio è completamente gratuito. Un'équipe composta da ginecologi, psicologi, ostetriche, educatori e da un esperto in problemi dell'alimentazione è a disposizione nei locali di via Melloni n. 1/b, tutti i lunedì e mercoledì dalle 14.30 alle 17, il giovedì, dalle 9 alle 13 e dalle 14.30 alle 17. Lo Spazio Giovani offre ascolto, sostegno e consulenze sui temi della vita affettiva, del rapporto con i genitori e con il gruppo dei pari, informazioni sui problemi dell'alimentazione, sull'abuso di droghe, sulla contraccezione, la gravidanza, la sessualità e le malattie a trasmissione sessuale, oltre a consulenze psicologiche e visite ginecologiche. Informazioni utili e consulenze si possono ricevere anche on-line, sul sito <http://spaziogiovani.ausl.pr.it>.

Il programma adolescenza e giovane età Per i ragazzi di età compresa tra i 14 e i 24 anni, in via Mazzini n. 2, a Parma (tel. 0521.393201) sono aperti tutti i giorni, dal lunedì al venerdì, dalle 8.30 alle 18, gli ambulatori del Programma Adolescenza e Giovane Età. È presente un'équipe multiprofessionale, composta da medici, psicologi ed educatori - per la valutazione e la presa in carico di problemi psicologici dei giovani e delle loro famiglie. L'accesso è diretto. Per un sostegno in un momento di crisi o per chiedere informazioni, è possibile telefonare al numero verde Teen Line 800724300, dal lunedì al venerdì, dalle 8 alle 18.

Gli indirizzi dei servizi sono sul sito www.ausl.pr.it

Notizie dall'Azienda Usl di Parma

Informa salute



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

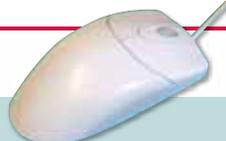
Il sito internet dedicato ai giovani

<http://spaziogiovani.ausl.pr.it> è l'indirizzo del sito dello Spazio Giovani, il consultorio dell'Azienda USL di Parma, dedicato agli adolescenti.

In questo sito, raggiungibile anche direttamente dal sito www.ausl.pr.it, puoi trovare informazioni utili e consulenze. È un sito ricco, interattivo e continuamente aggiornato con news ed eventi di particolare interesse per i più giovani. A domanda, gli operatori dello Spazio Giovani rispondono



on-line, su temi specifici: sesso, cibo, fumo, sicurezza stradale, alcool, droghe, lavoro e sicurezza... La chat libera è aperta 24 ore su 24, sono attivi anche le newsletter e un forum, per esprimere le proprie idee e confrontarsi.



Guida ai servizi-informazioni on line

Per sapere dove andare e come fare quando hai bisogno di assistenza e di servizi, in tutto il territorio regionale da Piacenza a Rimini, puoi consultare direttamente la Guida ai servizi-informazioni on line, accessibile dal sito www.saluter.it.

Attraverso semplici modalità di ricerca potrai trovare le informazioni contenute nella banca dati sui

servizi e le prestazioni erogate dal Servizio Sanitario Regionale, già a disposizione degli operatori del numero telefonico verde **800 033 033**. Questa banca dati ti dice di che servizio si tratta e dove devi andare per usufruirne; è stata costruita ed è costantemente aggiornata dalla Regione Emilia-Romagna e da tutte le Aziende sanitarie.

Guida ai servizi informazioni on-line

www.ausl.pr.it: tutte le informazioni on line

Il sito web dell'Azienda USL di Parma si presenta rinnovato nella grafica, nella struttura, nei contenuti e nella navigazione. Il sito è strutturato in grandi aree: AUSL di Parma, i Percorsi della salute, i Servizi al Cittadino, i Link Utili, oltre a una sezione di utilità immediata per gli operatori: Accessi riservati.

Nell'area centrale, ampio spazio è dedicato alle News, alimentate in tempo reale e alle Campagne di comunicazione in corso. Sono presenti, inoltre, dei Banner monematici - come ad esempio "Farmaci", "Piani per la salute", "Alimentaristi"... - utili per focalizzare l'attenzione su particolari temi. Nella home page del sito, nella sezione "accessi riservati" è stato appositamente predisposto un accesso per i medici di medicina generale e i pediatri di libera scelta.

Questo canale di comunicazione privilegiato, rende possibile reperire informazioni di carattere generale specificatamente rivolte a questi professionisti, per poter rendere ancora più efficiente ed efficace il dialogo tra l'Azienda e queste importanti figure, che operano sul territorio. Anche i medici specialisti possono accedervi e consultare informazioni utili. È importante precisare che, in questa zona riservata, non vengono



mai pubblicati o divulgati dati sensibili degli assistiti e dei professionisti. Inoltre, tutte le informazioni sono più facilmente rintracciabili, grazie a:

1. motore di ricerca su tutti i contenuti del portale;
2. percorsi della salute, sezione pensata per rendere il più possibile accessibile tutti i contenuti di immediato interesse per gli utenti;
3. i servizi per il cittadino, dove si trovano informazioni di immediata utilità (esempio contatti con gli Uffici Relazioni con il Pubblico, l'accesso agli atti, le farmacie di turno, ecc.);

4. bandi e concorsi: tutti i bandi e concorsi sono immediatamente pubblicati, insieme ai modelli di domanda e ai moduli per le autocertificazioni;
5. accessibilità: il sito è costruito in modo da essere facilmente accessibile anche agli utenti con disabilità;
6. indirizzi, orari e numeri di telefono: tutti gli uffici e i servizi sono presenti nel sito con i nomi dei referenti e i contatti;
7. multimedialità: campagne e spot televisivi sono disponibili.

Il sito offre la possibilità di mettersi in contatto direttamente con l'Azienda tramite lo "Scrivici".



www.saluter.it
Dall'inizio del 2003 è attivo il portale unico del Servizio Sanitario Regionale "Saluter", progetto coordinato direttamente dalla Regione Emilia Romagna a cui partecipano tutti i servizi comunicazione delle aziende sanitarie. Anche l'Azienda USL di Parma, quotidiana-

mente, implementa con le proprie notizie ed appuntamenti le sezioni: Notizie dalle Aziende sanitarie, Agen- da, eventi formativi.

All'interno del sito www.ausl.pr.it è presente il link diretto al portale Saluter. Sempre con accesso dal sito www.saluter.it, è possibile collegarsi ad altri siti dedicati a singole tematiche - come ad esempio quelli relativi agli screening per la prevenzione dei tumori femminili e per la prevenzione dei tumori al colon retto - con approfondimenti, riferimenti sui servizi, normativa...

Tu chiedi, il numero verde risponde

Il servizio informativo che ti dice dove andare, cosa serve, come fare quando hai bisogno di servizi sanitari e assistenza per te e per la tua famiglia. È il filo diretto con la sanità: 800 033 033. Quattro buoni motivi per telefonarmi: sono comodo, veloce, disponibile e gratuito. Ti fornisco le informazioni che cerchi con il mezzo più comodo che c'è: il telefono. Sono in grado di darti risposte immediate e dirette.

Oppure posso metterti in contatto con l'Ufficio Relazioni con il Pubblico della tua Azienda sanitaria, per soddisfare le esigenze di approfondimento.

Infine, per questi complessi che richiedono tempo per una risposta esaustiva, se vuoi, ti richiamo io per darti le informazioni che hai chiesto. Rispondo a tutti, da tutta Italia, gratuitamente, da telefono fisso e cellu-

lare, dal lunedì al venerdì, dalle 8.30 alle 17.30 e il sabato dalle 8.30 alle 13.30. Ecco, ad esempio, cosa puoi sapere da me: come si fa a scegliere o cambiare il medico di famiglia; dove si fanno visite specialistiche, esami, terapie e dove si possono prenotare; come fare e cosa serve per avere l'assistenza domiciliare o l'assegno di cura; quando si deve pagare il ticket e quali sono i casi di esenzione; come si fa ad avere la tessera sanitaria; cosa bisogna fare per avere l'assistenza sanitaria all'estero e quando scattano le vaccinazioni internazionali obbligatorie; come si fa ad avere l'assistenza sanitaria se si è stranieri immigrati in Italia; dove bisogna andare quando serve un certificato (ad esempio, sana e robusta costituzione, astensione dal lavoro per gravidanza, idoneità sportiva); come si fa a rinnovare la patente di guida o la patente nautica; dove si va per donare il sangue; informazioni sui programmi di prevenzione: ad esempio, vaccinazioni, diagnosi precoce e prevenzione dei tumori del collo dell'utero e della mammella; indicazioni su dove andare e come fare per avere copia della propria cartella clinica; informazioni sui farmaci, ad esempio cosa sono i farmaci generici; notizie utili sulle diverse forme di assistenza per gli anziani (Residenze sanitarie assistite, Case di riposo, Centri diurni); indicazioni per il trasporto di persone malate...



**FILO DIRETTO
CON LA SANITÀ
800 033 033**

Ufficio Stampa Simona Rondani srondani@ausl.pr.it

Notizie dall'Azienda Usl di Parma

Informa salute



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

Lavorare in sicurezza: un diritto e un dovere di tutti



SE LAVORI IN UN CANTIERE:

1. Utilizza correttamente i dispositivi personali di protezione;
2. Verifica, prima di iniziare il lavoro, le attrezzature e i ponteggi. Non utilizzarle se non sono sicure e segnala le carenze al tuo datore di lavoro;
3. Non utilizzare gru o altri mezzi di sollevamento se non sei stato appositamente incaricato, formato ed addestrato allo scopo;
4. Utilizza accessori di sollevamento che garantiscano che il carico non possa cadere;
5. Tutte le aperture devono essere adeguatamente protette e segnalate;
6. Utilizza solo cavi e spine perfettamente integri e adatti all'ambiente in cui lavori, verifica la presenza di cavi aerei dell'elettricità e non avvicinare attrezzature e mezzi ai fili dell'alta tensione;
7. Non andare mai in scavi non protetti contro il cedimento delle pareti.

Tutti devono sapere quello che si deve fare e come farlo. Le attività si devono svolgere come è stato previsto nel piano operativo di sicurezza e dal Coordinatore della sicurezza in esecuzione.

LA PREVENZIONE DEGLI INFORTUNI E DELLE MALATTIE PROFESSIONALI È COMPITO DI TUTTI E LA SI FA TUTTI I GIORNI.



SE SEI UN LAVORATORE AGRICOLO:

1. Verifica, prima di iniziare il lavoro, le macchine e le attrezzature. Non utilizzarle se non sono sicure e segnala le carenze al tuo datore di lavoro;
2. I trattori devono avere adeguati sistemi di protezione contro il ribaltamento laterale e di trattenuta del guidatore al sedile;
3. Verifica attentamente che i cardani e le prese di forza abbiano protezioni perfettamente integre;
4. Non utilizzare trattori o altre macchine agricole se non sei stato appositamente incaricato, formato ed addestrato allo scopo;
5. Utilizza correttamente i dispositivi personali di protezione assegnati;
6. Verifica che tutte le aperture (tampe, pozzetti, ecc.) siano sempre adeguatamente protette e segnalate;
7. Organizza il deposito dei balloni in modo che siano sempre stabili e li si possa recuperare in sicurezza.

IL DECALOGO PER IL LAVORO SICURO

1. la sicurezza sul lavoro è compito di tutti
2. lavorare in nero non è lavorare in sicurezza
3. è indispensabile individuare e valutare preventivamente i rischi dell'ambiente lavorativo e delle singole lavorazioni
4. è obbligatorio mettere in atto misure per eliminare o ridurre i rischi
5. la formazione è un diritto per il lavoratore e un obbligo per il datore di lavoro
6. nei luoghi di lavoro devono essere presenti e correttamente esposti tutti i segnali di sicurezza necessari
7. il datore di lavoro deve fornire ai lavoratori, che hanno l'obbligo di utilizzarli, adeguati dispositivi di protezione individuale (DPI)
8. è indispensabile sapere preventivamente a chi rivolgersi in caso di emergenza e quali comportamenti adottare
9. nessuno deve mettere in pericolo la propria vita o quella di altri con comportamenti irresponsabili
10. le condizioni di sicurezza sul posto di lavoro e l'efficacia delle misure di protezione devono essere periodicamente verificate

PUBBLICITA'
P
PROGRESSO
Fondazione per la
Comunicazione Sociale



UNA PROPOSTA CONCRETA

Guardando il tuo posto di lavoro, prova a domandarti se sei sicuro di conoscere i pericoli a cui sei esposto, quello che può accadere e le sue conseguenze. Domandati se conosci il modo sicuro di lavorare e se corrisponde a quello che metti in pratica. Domandati: che cosa conosco del programma di sorveglianza sanitaria e dei suoi risultati che mi coinvolgono? Conosco chi è il Responsabile del servizio prevenzione e protezione (RSPP), il Medico competente, il Rappresentante dei lavoratori per la sicurezza (RLS), chi sono gli appartenenti alla squadra antincendio ed evacuazione, pronto soccorso. In caso di dubbi, osservazioni o proposte, parlane con il tuo datore di lavoro, con il RSPP, RLS o con chi ti dà abitualmente le indicazioni su come lavorare.

I Servizi Prevenzione e Sicurezza Ambienti di Lavoro dell'Azienda USL di Parma possono aiutarti a trovare una soluzione adeguata.

PER INFO:

SPSAL distretto di Parma
0521.396568/539

SPSAL distretto di Fidenza
0524.515706

SPSAL distretto Sud-Est
0521.865351

SPSAL distretto Valli Taro e Ceno
0525.970324

I PIANI PER LA SALUTE

“LAVORARE INSIEME PER UN OBIETTIVO COMUNE: PIÙ SICUREZZA”

È quanto si tenta di realizzare da alcuni anni qui a Parma sotto l'impulso dei Piani Per la Salute. Con i Piani per la Salute della provincia di Parma, sul tema della sicurezza sul lavoro si ricerca il confronto tra tanti soggetti che, condividendo l'obiettivo comune, si sono impegnati e si impegnano su numerosi progetti. Sono stati già organizzati numerosi corsi di formazione, emanati orientamenti e linee guida condivisi e sviluppate iniziative specifiche in settori critici, coinvolgendo pienamente la scuola, quindi i giovani lavoratori di domani.



Ufficio Stampa Simona Rondani sronDani@ausl.pr.it

Notizie dall'Azienda UsI di Parma Informa salute



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

Scegli con gusto per la tua salute

Il servizio igiene alimenti e nutrizione, al servizio dei cittadini, per prevenire i rischi legati all'alimentazione.

Scopo del servizio igiene alimenti e nutrizione dell'Azienda USL di Parma è di controllare la qualità igienica dei prodotti che ogni giorno arrivano sulle nostre tavole. Il Servizio è a disposizione dei cittadini per aiutarli a migliorare il loro stile di vita, attraverso un'alimentazione sana ed equilibrata, associata ad attività fisica. Obiettivo del servizio, quindi, è di tutelare la salute della popolazione, attraverso la prevenzione dei rischi legati all'alimentazione. Sono due le aree in cui opera il Servizio:

- **l'igiene della nutrizione** nelle collettività - case di riposo, mense scolastiche... - attraverso un'assistenza qualificata in merito all'uso di tabelle dietetiche equilibrate e valide, sia in relazione alla sicurezza degli alimenti, sia in relazione ad una sana alimentazione. Opera un'osservazione attiva costante sulle abitudini alimentari della popolazione, con particolare riguardo alla prevenzione e lotta all'obesità. Orienta il cittadino alla scelta di alimenti salutarì e protettivi, per prevenire le malattie.
- **l'igiene degli alimenti e delle bevande**, con personale tecnico specializzato, in grado di svolgere l'attività di vigilanza e controllo nelle fasi di produzione,



trasformazione, confezionamento, conservazione, trasporto, vendita, distribuzione e somministrazione di alimenti e bevande, in modo che i prodotti arrivano sulle tavole non inquinati da germi, da sostanze ed elementi nocivi. Opera in collaborazione con il servizio veterinario, che vigila sugli alimenti di origine animale. Effettua controlli sulla potabilità dell'acqua di acquedotti pubblici, privati e fonti idriche autonome (pozzi, sorgenti). Garantisce la formazione rivolta agli addetti del settore alimentare, agli addetti all'utilizzo ed al commercio di prodotti fitosanitari (i pesticidi), ai raccoglitori e addetti al commercio di funghi spontanei. Al riguardo, il Servizio ha due ispettorati micologici - a Parma, con sedi anche a Fidenza e Langhirano, e a Borgotaro - per la certificazione della commerciabilità e commestibilità di funghi spontanei.

Il servizio igiene alimenti e nutrizione dell'Azienda USL di Parma ha sede a Parma, in via Vasari n. 13/a tel. 0521.396407/396448.

"Scegli con gusto per la salute" è un'iniziativa promossa dall'Azienda USL di Parma, insieme alla Conferenza Territoriale Sociale e Sanitaria, nell'ambito dei Piani per la Salute



5 PORZIONI AL GIORNO DI FRUTTA E VERDURA AIUTANO A RESTARE IN FORMA

• Scegli quantità adeguate (porzioni) di alimenti appartenenti a tutti i diversi gruppi, alternandoli nei vari pasti della giornata

ENTITÀ DELLE PORZIONI STANDARD				NUMERO DI PORZIONI CONSIGLIATO							
GRUPPO DI ALIMENTI	ALIMENTI	PORZIONI	PESO (g)	ALIMENTI / GRUPPO DI ALIMENTI	1.700 Kcal ¹	2.100 Kcal ²	2.600 Kcal ³				
CERVALLE TUBERI	Pane	1 rosetta piccola / 1 fetta media	50	PORZIONI GIORNALIERE							
	Prodotti da forno	2-4 biscotti / 2,5 fette biscottate	20	Pane	3	5	6				
	Pasta o riso (*)	1 porzione media	80	Prodotti da forno	1	1	2				
	Pasta fresca all'uovo (*)	1 porzione piccola	120	Pasta/Riso/Pasta all'uovo fresca	1	1	1-2				
	Patate	2 patate piccole	200	Patate	1	2	2				
ORTAGGI E FRUTTA	Insalate	1 porzione media	50	(a settimana)	(a settimana)	(a settimana)					
	Ortaggi	1 finocchio/2 carciofi	250	Ortaggi/malata	2	2	2				
	Frutta o succo	1 frutto medio (arance, mele)	150	Frutta/Succo di frutta	3	3	4				
CARNE, PESCE, UOVA, LEGUMI		2 frutti piccoli (albicocche, mandarini)	150	CARNE, PESCE, UOVA, LEGUMI	1-2	2	2				
	Carne fresca	1 fettina piccola	70		LATTE E DERIVATI	Latta/Yogurt	3	3	3		
	Carne stagionata (salumi)	3-4 fettine medie di prosciutto	50				Formaggio fresco/Formaggio stagionato	2	3	3	
	Pesce	1 porzione piccola	100				GRASSI DA CONDIMENTO	Olio/Burro/Margarina	3	3	4
	Uova	1 uovo	60						LATTE E DERIVATI	Yogurt	1 vasetto
Legumi secchi	1 porzione media	30	Formaggio fresco	1 porzione media							100
Legumi freschi	1 porzione media	80-120	Formaggio stagionato	1 porzione media	50						
LATTE E DERIVATI	Latte	1 bicchiere	125	GRASSI DA CONDIMENTO	Olio	1 cucchiaino	10				
				Burro	1 porzione	10					
				Margarina	1 porzione	10					

(*) in minestra metà porzione

ISSAN 2013



Ufficio Stampa Simona Rondani sronDani@ausl.pr.it

Notizie dall'Azienda Usl di Parma Informa salute



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



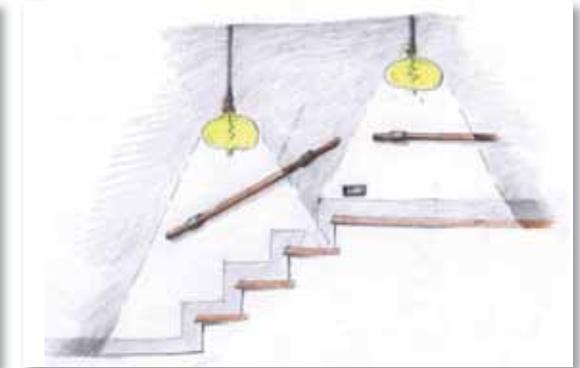
Pulisci i pavimenti
con prodotti non scivolosi



Evita di usare tappeti
se hai anziani in casa



Per accedere a parti alte di mobili
usa una scala sicura



Illumina bene la scala della casa
e metti il corrimano alle scale interne

Casa dolce casa! E se fosse anche sicura...

Come prevenire gli incidenti domestici



Anche la prevenzione
degli incidenti domestici
è un progetto
dei Piani per la Salute
della provincia di Parma



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

Da Piano regionale della prevenzione
e sorveglianza degli incidenti domestici
della regione Emilia Romagna



Non poggiare mai contro il petto
l'oggetto da tagliare!



Conserva i prodotti pericolosi solo
nel loro contenitore originale



Quando cucini: Tieni le pentole sui fornelli più vicini
al muro e i manici sporgenti lateralmente



Non coprire mai la lampada
con stracci o giornali



Quando pulisci o ripari un elettrodomestico e quando aggiungi
l'acqua nel ferro a vapore: stacca la spina dalla presa di corrente

Notizie dall'Azienda Usl di Parma

Informa salute



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

Allergie: tutto quello che è bene sapere

Cosa sono? Quali sono i sintomi? Cosa fare se ci si scopre allergici

Luoghi comuni da sfatare

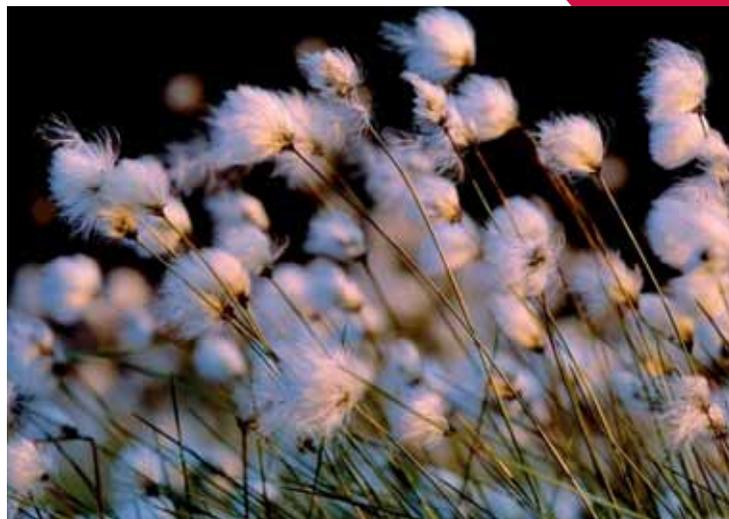
L'allergia non è, solo, un problema d'organo, legato cioè ad una sola parte del corpo, ma è sistemico, globale, in quanto coinvolge il sistema immunitario della persona. L'allergologo svolge un ruolo di tipo multidisciplinare, strettamente integrato con altri specialisti, quali, ad esempio, il pneumologo, l'otorinolaringoiatra, l'oculista, il dermatologo, il pediatra, etc..

- Le allergie non sono un problema esclusivamente infantile o adolescenziale. Infatti, la comparsa di reazioni allergiche può avvenire anche in età avanzata.
- La situazione del bambino allergico può non terminare con la crescita, ma ripresentarsi, talvolta anche sotto altre forme, anche dopo un periodo di riduzione dei sintomi.
- I test allergologici possono essere ripetuti più volte nell'arco della vita. Il test rileva la sensibilità ad una determinata sostanza, tale sensibilità può cambiare nel corso degli anni.
- Non c'è un momento particolare dell'anno in cui sia controindicato sottoporsi ai test allergologici (cutanei o su sangue), in quanto si tratta di test sicuri e che sono solo marginalmente influenzati dalla situazione clinica della persona.

L'arrivo della primavera non è per tutti un momento di gioia, infatti, per molti, l'arrivo della nuova stagione rappresenta il ritorno puntuale di un fastidioso e spesso invalidante problema: l'allergia. L'allergia è una condizione per la quale alcuni individui reagiscono in modo esagerato alla esposizione a una o più sostanze del tutto innocue per la maggioranza dei soggetti. La sostanza a cui si può risultare allergici si chiama "allergene". Gli allergeni più comuni sono i pollini, gli acari, i peli e la forfora di animali, le muffe e le spore fungine, alcuni alimenti ed il veleno di insetti. Le "sindromi allergiche" possono interessare principalmente le prime vie respiratorie (rinite allergica), gli occhi (congiuntivite), le vie bronchiali (asma) e la pelle (dermatite). I sintomi

possono essere oculari, nasali e bronchiali (naso chiuso, starnuti, lacrimazione, difficoltà respiratoria), ma anche difficoltà di concentrazione, scarsa attenzione, disturbi del sonno, mal di testa e malessere psicologico (irritabilità e frustrazione). In caso di asma, invece, i sintomi sono più seri e comprendono difficoltà di respirazione anche rilevanti (tosse secca e insistente, sensazione di soffocamento). Nei casi più gravi, poi, si parla di "anafilassi", una condizione che può essere provocata da allergie a farmaci, veleni di insetti, allergeni alimentari e lattice di gomma.

Dal 10 al 15% della popolazione italiana è colpita da fenomeni allergici



Ufficio Stampa Simona Rondani sronDani@ausl.pr.it

Esiste, in alcuni casi, una correlazione tra allergie alimentari e allergie a sostanze di altra natura, come pollini, acari e lattice. È utile sapere che:

ALLERGIA A:	DA ASSUMERE CON CAUTELA:
Pollini di parietaria	Gelso, basilico, camomilla, pistacchio, piselli, melone
Pollini di composite	Miele, camomilla, olio di semi di girasole, sedano, carote, banane, finocchio, prezzemolo, cicoria, mela, anguria, melone, castagne, arachidi, noci, nocciole
Pollini di graminacee	Fruento, anguria, melone, prugne, pesche, albicocche, ciliegie, mandorle, kiwi, limoni, arance
Pollini di betulacee	Mele, sedano, pesche, kiwi, pomodori, arachidi, noci, nocciole, pere, fragole, lamponi, prugne, albicocche, ciliegie, mandorle, finocchio, carote, prezzemolo
Pollini di poligonacee	Grano saraceno
Lattice della gomma	Banane, kiwi, ananas, avocado, castagne, melone, papaia
Dermatofagoidi	Lumache di terra, molluschi monovalve (patelle)
Proteine del latte	Cibi che possono contenere "alimenti nascosti", cioè proteine del latte: prodotti caseari (burro, caseina, caseinati, panna, ricotta, mozzarelle, formaggi); prodotti di pasticceria e di gelateria; alcuni prodotti di salumeria (insaccati: salame, mortadella, etc.; prosciutto cotto, wurstel, alcune margarine); prodotti di gastronomia (salse, creme e zuppe vegetali, alimenti preconfezionati o in scatola, etc.)
Proteine dell'uovo	Cibi che possono contenere "alimenti nascosti", cioè proteine dell'uovo: paste speciali, prodotti dolciari e di gelateria, cibi impanati e fritti, maionese e salse in genere, marsala all'uovo
Intolleranza al glutine	Da evitare assolutamente: frumento e suoi prodotti (farina, pasta, pane, biscotti, dolci, olio di germe di grano, farro, amido di frumento, etc.), orzo e suoi prodotti (zucchero d'orzo, etc.), malto e suoi prodotti (birra, whisky, farine di malto, etc.), avena, segale e loro prodotti (farina e pane di avena o di segale), semolino, cou-scous, soia. Attenzione agli "alimenti nascosti" che possono contenere glutine: dolci e gelati, dadi e concentrati per brodo, alimenti in scatola, liofilizzati o precotti, maionese, creme, omogeneizzati, salse e condimenti vari, lievito in polvere, yogurt, oli vegetali

La risposta dell'Azienda USL

In tutti i distretti sanitari dell'AUSL - Parma, Fidenza, Sud-Est, Valli Taro e Ceno - vi è una rete di ambulatori con specialisti in allergologia (Coordinamento Aziendale Allergologia e Immunologia Clinica). Per accedere al servizio è necessaria la richiesta del medico di famiglia e la prenotazione, che puoi fare presso gli sportelli

CUP. Negli ambulatori, potrai avere utili informazioni sugli aspetti clinici e di prevenzione, potrai sottoporsi a indagini diagnostiche e ricevere le necessarie terapie. Nelle sedi Borgotaro, Fornovo, Fidenza e Colorno sono assicurati, oltre a queste attività, test diagnostici e terapie iposensibilizzanti per le allergie a veleno di imenotteri.



Notizie dall'Azienda Usl di Parma Informa salute



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

Il Pintor rinnovato



Questa l'organizzazione dei servizi nella struttura:

PIANO SEMINTERRATO

- Depositi vari e locali tecnici

PIANO TERRA

- Servizio di Diagnostica per immagini, con 2 sale radiodiagnostiche, 1 locale per otopantomografo e 3 ambulatori di ecografia
- Centro Dialisi
- Gruppo spogliatoio per operatori

PIANO PRIMO

- Accoglienza e punto informazioni
- C.U.P.
- U.R.P.
- Direzione di struttura
- Punto prelievi e sala attesa dedicata
- Consultorio familiare/Salute donna, con ambulatori e locale per corsi di preparazione al parto
- Gruppo spogliatoio per operatori
- Assistenza protesica ed integrativa

PIANO SECONDO

- Accettazione "specialistica" e ambulatori specialistici con percorsi integrati

PIANO TERZO

- Medicina riabilitativa, comprensiva di ambulatori, palestre e box

Il progetto soddisfa tutti i requisiti previsti per l'autorizzazione al funzionamento e l'accreditamento delle strutture sanitarie dalla L.R. 34/98 e successivi provvedimenti attuativi.

Ufficio Stampa Simona Rondani sronDani@ausl.pr.it

Sono conclusi i lavori di ristrutturazione del Polo sanitario "Parma ovest", meglio conosciuto come "il Pintor", che oggi si presenta alla cittadinanza come un nuovo polo sanitario polifunzionale e moderno, riorganizzato, potenziato e migliorato nell'accesso, nei percorsi, nell'accoglienza.

Dopo il trasferimento del laboratorio di analisi chimico cliniche e la sua integrazione con quello dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria, alla fine del 2005, sono iniziati i lavori, con un investimento complessivo di circa **un milione e settecentomila euro**. L'intervento di ristrutturazione è proseguito a stralci, per escludere ogni interruzione dell'attività, per continuare a rispon-

Il Pintor in numeri:

3.652,00 mq oggetto di intervento di ristrutturazione

1.739.018,70 euro spesi per i lavori

1.500 cittadini che ogni giorno accedono alla struttura

308.734 prestazioni erogate nel 2008

Il personale impegnato nella struttura:

59 medici

25 infermieri

11 fisioterapisti

8 tecnici di radiologia

8 ostetriche

4 operatori sanitari e tecnici

11 amministrativi

dere alle esigenze dei **1500 utenti** - accompagnatori compresi - che mediamente si rivolgono al centro ogni giorno.

"Ciò che abbiamo realizzato - spiega Massimo Fabi, direttore generale dell'AUSL - è una versione "moderna" del poliambulatorio, dove i percorsi interni - dall'accoglienza,

alla presa in carico, alle prestazioni di specialistica - sono assicurate nel rispetto delle più recenti disposizioni in materia di assistenza sanitaria territoriale e di sicurezza, con apparecchiature rinnovate, in spazi migliorati e resi più confortevoli dai nuovi arredi. Tutti i lavori sono stati realizzati pre-

stando particolare attenzione agli utenti con disabilità: sono, infatti, abbattute tutte le barriere architettoniche. Il Pintor - continua Fabi - non rivede solo la propria logistica, ma potenzia anche i suoi servizi: **nuove apparecchiature digitalizzate** permettono una migliore qualità degli esami radiologici, è stata realizzata una palestra, collegata al consultorio, dove è possibile svolgere attività di preparazione al parto. Ancora: all'interno della rinnovata struttura sono assicurati **percorsi specialistici integrati**, detti day service, per affrontare problemi clinici di tipo diagnostico e terapeutico, che necessitano di prestazioni multiple integrate e complesse".

Il Polo sanitario "Parma ovest" è stato inaugurato il 20 aprile scorso, alla presenza dell'Assessore Politiche per la Salute della Regione Emilia-Romagna Giovanni Bissoni, del Presidente della Conferenza Territoriale Sociale e Sanitaria, Vincenzo Bernazzoli Presidente della Provincia di Parma, del Sindaco del Comune di Parma Pietro Vignali e del Direttore Generale dell'AUSL Massimo Fabi.

Erano presenti, inoltre, numerosi rappresentanti di Enti, Istituzioni e Associazioni del Volontariato locale.

Al via il day service

Day service: due parole per definire un modello organizzativo che consente, per determinate patologie, di offrire al cittadino un percorso diagnostico e terapeutico completo e in tempi appropriati. Si tratta di un **"pacchetto"** di prestazioni - visite ed esami diagnostici - **programmati al fine di ottenere una diagnosi e la relativa terapia**. In questo percorso, il cittadino è accompagnato dal medico specialista in tutte le fasi. **Al Polo sanitario di via Pintor sono già attivi i percorsi di day service** per le patologie allergiche e respiratorie, per le patologie cardiache e per il diabete. **Sono in via di attivazione**, inoltre, i percorsi per le broncopneumopatie croniche ostruttive e per le patologie allergiche e dermatologiche. Il day service è attivato dal medico specialista, che, in considerazione del quadro clinico riscontrato al momento della prima visita - prenotabile presso gli sportelli CUP con richiesta del medico di famiglia - ritiene utile avviare il servizio.

Notizie dall'Azienda Usl di Parma Informa salute



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

CARIE DA BIBERON O DELLA PRIMA INFANZIA

L'uso prolungato del biberon, contenente liquidi zuccherati, o del succhiotto intinto nello zucchero, nel miele o nella marmellata, è causa di carie nei denti da latte. Queste lesioni, che interessano inizialmente gli incisivi superiori poco tempo dopo la loro comparsa nella bocca del bambino, possono diffondersi anche agli altri denti.

LE CAUSE DELLA CARIE

La causa principale è rappresentata dalle cattive abitudini alimentari, insieme ad una igiene orale insufficiente. Infatti, i batteri residenti nella bocca si nutrono dei carboidrati, ma soprattutto dello zucchero contenuto negli alimenti. Non è decisiva la quantità di zucchero consumato, ma la frequenza con cui vengono ingeriti alimenti o bevande contenenti zuccheri e amidi. Spuntini frequenti e poppate continue di latte e bevande zuccherate aumentano significativamente il rischio di carie nei bambini.

LA PLACCA BATTERICA

È il risultato della colonizzazione e della crescita dei microorganismi sulla superficie del dente ed è favorita da una dieta ricca di zuccheri, dalla frequenza dei pasti, da scarsa igiene orale.

IL FLUORO

Ha un ruolo fondamentale nell'aumentare la resistenza del dente nei confronti degli acidi prodotti dai batteri, oltre

INIZIA da un sorriso



Al via la campagna di prevenzione odontoiatrica

Prende il via in questi giorni, una campagna di prevenzione odontoiatrica, organizzata dall'AUSL e dall'Azienda Ospedaliero-universitaria, in collaborazione con l'Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della provincia di Parma, dal titolo "Inizia da un sorriso". Duplice l'obiettivo della campagna: richiamare l'attenzione sulle categorie di persone che, per condizione economica e/o per condizione di salute, hanno diritto all'assistenza odontoiatrica negli ambulatori pubblici del Servizio Sanitario Regionale e illustrare i temi della prevenzione delle patologie del cavo orale in gravidanza e nella prima infanzia. Opuscoli informativi saranno a disposizione dei genitori negli ambulatori dei pediatri di libera scelta di Parma e provincia. Il prossimo 23 maggio, invece, si parlerà di prevenzione odontoiatrica nella gravidanza e nella prima infanzia al convegno organizzato nella sala conferenze dell'Assistenza Pubblica, in via Gorizia 2/A, a Parma, a partire dalle ore 9.

che essere in grado di rimineralizzare lo smalto nelle lesioni da carie in fase iniziale. Può essere assunto mangiando alcuni alimenti che lo contengono come pesce, verdure, o in compresse e gocce. In quest'ultimo caso, è bene consultare prima il pediatra o il dentista.

È importante anche l'uso del fluoro, attraverso dentifrici e collutori al fluoro.

LA PREVENZIONE

La prevenzione si basa su una adeguata igiene orale, su una corretta alimentazione, sull'uso del fluoro e su visite di controllo periodiche. Prima e

durante la nascita dei denti da latte, i genitori devono pulire la bocca del bambino, passando una garza bagnata sulle gengive, tutte le sere, prima che il piccolo venga messo a dormire. A 6 mesi, si inizia la somministrazione di 0,25 mg di fluoruro di sodio in gocce o in compresse, la

sera dopo l'igiene orale. A 2 anni, i bambini devono abituarsi a lavare i denti con lo spazzolino al mattino, dopo la colazione, e alla sera, prima di coricarsi. A 3 anni, la fluoroprofilassi viene fatta per via locale, utilizzando un dentifricio al fluoro da bambini, durante lo spazzolamento dei denti. È indispensabile per la tutela della salute, non solo orale, del bambino, valutare le abitudini alimentari qualitative e quantitative, facendo attenzione agli zuccheri e ai cibi fuori pasto. Verso i 4 anni, è bene sottoporre il bambino alla prima visita odontoiatrica.

I TRAUMI DENTALI

Un bambino su tre, entro i 12 anni, ha subito almeno un trauma dentale. Questi eventi si verificano a seguito di cadute. È indispensabile, quindi, che vengano adottate tutte le misure di protezione e di sicurezza necessarie. Quando comunque si verifica un trauma dentale, bisogna sapere che:

1. Se il trauma ha interessato un bimbo con i denti da latte, bisogna rivolgersi al più presto a un pronto soccorso odontoiatrico o pediatrico o ad un dentista, perché possano essere praticate le cure di emergenza, tenendo conto della possibilità di un danno diretto o indiretto della lesione sui denti permanenti in via di sviluppo.
2. Se il trauma ha interessato un bambino con i denti permanenti, anche per questo caso bisogna rivolgersi immediatamente a un pronto soccorso odontoiatrico o pediatrico o ad un dentista perché

Il bimbo e i genitori, se si trovano in una delle seguenti condizioni - vulnerabilità sociale e/o vulnerabilità sanitaria - hanno diritto alle cure odontoiatriche a carico del Servizio Sanitario Regionale.

VULNERABILITÀ SOCIALE

Situazione di vulnerabilità	Compartecipazione per le cure odontoiatriche
Sociale FASCIA ISEE 1 fino a 8.000 €	Esente
Sociale FASCIA ISEE 2 ≥ 8.000 € <= 12.500	Fino a 40 € a prestazione
Sociale FASCIA ISEE 3 ≥ 12.500 € <= 15.000	Fino a 60 € a prestazione
Sociale FASCIA ISEE 4 ≥ 15.000 € <= 20.000	Fino a 80 € a prestazione
Sociale FASCIA ISEE 5 > 20.000 € <= 22.500	Intera tariffa della prestazione prevista dal nomenclatore tariffario regionale

possano essere praticate le cure di emergenza. Se il dente si è fratturato il frammento deve essere recuperato e conservato in soluzione fisiologica o nel latte, perché possa essere utilizzato per ricostruire il dente. Anche nel caso in cui il dente a causa del trauma venga completamente rimosso deve essere recuperato e conservato in soluzione fisiologica o nel latte perché possa essere reimpiantato.

È NECESSARIO CURARE I DENTI DA LATTE ?

Certamente sì! Se la carie viene diagnosticata negli stadi iniziali, le cure necessarie sono facilmente sopportate dal

bambino, permettono la conservazione del dente da latte fino alla perdita naturale, facilitano l'uscita dei denti permanenti nella posizione corretta, riducendo la necessità di un eventuale apparecchio ortodontico.

RICONOSCI IL TUO DENTISTA

Controlla che il tuo Dentista sia in possesso del tesserino di riconoscimento rilasciato dall'ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri.

Puoi anche contattare la segreteria dell'Ordine al numero 0521/208818 oppure collegarti al sito www.ordinedeimediciiparma.it

VULNERABILITÀ SANITARIA

Per le persone che si trovano nelle seguenti condizioni le cure odontoiatriche sono gratuite in quanto a carico del Servizio Sanitario Regionale:

- Displasia ectodermica
- Cardiopatie congenite cianogene
- Pazienti in attesa e post-trapianto
- Anoressia e bulimia- lposomia (fino a 18 anni)
- Gravi patologie congenite
- Epilessia con neuroencefalopatia
- Pazienti sindromici (Sindrome di Down)
- Diabete giovanile (fino a 18 anni)
- Emofiliaci
- Bambini con patologia oncoematologica (fino a 18 anni)
- Persone con grave disabilità psico-fisica
- Tossicodipendenti
- Pazienti HIV positivi e figli sieropositivi di madri sieropositive
- Pazienti in trattamento radioterapico (pre e post) a livello cefalico
- Psicotici con gravi disturbi di comportamento
- Pazienti in trattamento endovenoso con Zoledronato o Pamidronato (nell'ambito di protocolli terapeutici per il trattamento di neoplasie metastatiche alle ossa o mieloma multiplo).

Informa salute

Notizie dall'Azienda Usl di Parma



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

Stop alla zanzara tigre

La parola d'ordine è prevenire: bastano poche sane abitudini

La zanzara tigre è un problema di tutti. Solo nel nostro territorio, la Regione, la Provincia e i Comuni hanno stanziato più di 700mila euro per informare la popolazione e per opere di

disinfestazione. Ma è importante che ognuno di noi dia il proprio contributo per far sì che la zanzara tigre non si diffonda. Una forte capacità di adattamento e caratteristiche diverse dalla

zanzara comune rendono necessaria un'opera di informazione e di prevenzione che ci coinvolge tutti. Con poche, buone abitudini possiamo dire stop alla zanzara tigre.

Eliminiamo l'acqua stagnante

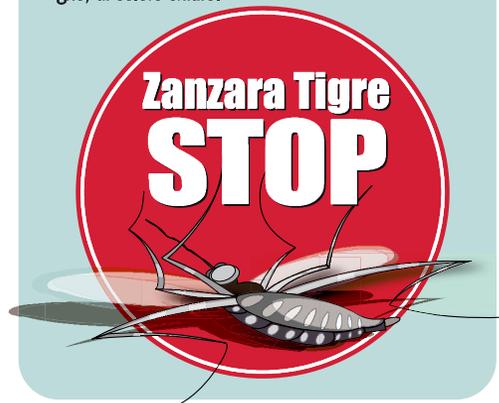
Le uova di zanzara tigre si schiudono in piccole quantità di acqua stagnante. Con pochi, semplici accorgimenti, possiamo evitare che l'ambiente in cui viviamo diventi l'habitat urbano ideale per la riproduzione della zanzara tigre. Eliminiamo i sottovasi, facciamo in modo che l'acqua non si depositi su teli, annaffiatori, secchi, giocattoli, copertoni, abbeveratoi o qualsivoglia contenitore, teniamo pulite le grondaie e le vasche ornamentali. Se le togliamo l'acqua, la zanzara tigre non può moltiplicarsi.

Disinfestiamo gli ambienti a rischio

Un modo efficace per combattere la zanzara tigre è quello di disinfestare gli ambienti dove solitamente vengono deposte le uova, compresi i tombini e gli scolari. Da aprile e novembre, è bene applicare i disinfestanti che si possono trovare in commercio, come per esempio il *Bacillus thuringiensis israelensis*, un larvicida naturale che si può acquistare sotto forma di fluido, granuli o pastiglie e che va utilizzato in tutti quei contenitori dove si forma il ristagno d'acqua. È sempre necessario leggere attentamente le indicazioni.

Non facciamoci pungere

La prima strategia da adottare contro la zanzara tigre è quella di impedirne la riproduzione ed evitare che si creino le condizioni ideali per la sua sopravvivenza negli ambienti dove viviamo. Tuttavia, è importante che impariamo anche come difenderci dalla sua puntura. La zanzara tigre si rifugia nei cespugli e nei giardini e punge sia di notte che di giorno. Possiamo proteggerci con prodotti repellenti abitualmente in commercio, possiamo servirci di diffusori di insetticida, possiamo semplicemente coprirci bene ogni volta che sostiamo in aree ricche di vegetazione, utilizzando pantaloni lunghi, maglie a maniche lunghe, di colore chiaro.



Sul web un vademecum per difendersi dal fastidioso insetto

All'interno del piano della Provincia, per migliorare l'accesso alle informazioni e l'aggiornamento sugli aspetti del problema che più interessano i cittadini è stato predisposto il sito www.zanzaratigre.provincia.parma.it.

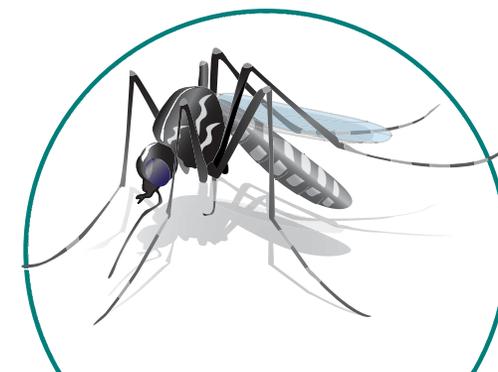
La zanzara tigre è un problema la cui soluzione dipende da noi. Il cittadino è quindi chiamato a partecipare alla lotta a questo insetto fastidioso ed in grado di portare con sé alcune malattie. Gli enti locali investono risorse e competenze per prevenire la diffusione della zanzara tigre e combatterne i focolai. Ma ogni singola persona può fare molto per contenere il fenomeno rendendo la vita difficile alla zanzara.

Il sito è rivolto anche agli operatori ed agli amministratori degli enti coinvolti, ma vuole essere soprattutto uno strumento di informazione chiara, semplice e concreta per tutta la cittadinanza.

Ognuno di noi può trovare così le risposte ai quesiti che più lo coinvolgono: com'è fatta la zanzara tigre? Come posso distinguere la dalle altre zanzare? Come e quando punge? Come posso proteggermi? E soprattutto: quali semplici gesti può fare ogni singola persona per combattere la zanzara tigre? Se si pensa che le uova si schiudono in piccole quantità di acqua stagnante, con poche, semplici azioni quotidiane abbiamo la possibilità di impedirne la riproduzione nell'ambiente nel quale viviamo. Se ognuno di noi fa quello che può e deve fare, la zanzara tigre diventa un problema piccolo.

Il sito della Provincia sulla zanzara tigre è uno strumento di conoscenza che si integra efficacemente con le azioni di comunicazione svolte dagli altri enti locali.

Per ulteriori approfondimenti sul tema della zanzara tigre, www.zanzaratigreonline.it, il sito della Regione Emilia-Romagna.



Per saperne di più

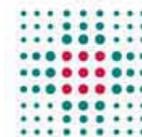
Consultare il sito internet www.zanzaratigreonline.it o il portale della Regione Emilia-Romagna www.saluter.it; Telefonare al numero verde gratuito del servizio sanitario regionale dell'Emilia-Romagna: **800 033 033** (dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 17.30, il sabato dalle 8.30 alle 13.30).



Ufficio Stampa Simona Rondani srondani@ausl.pr.it

Notizie dall'Azienda Usl di Parma

Informa salute



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

Ispettorati Micologici dell'Azienda USL

Orari di apertura al pubblico nei mesi di settembre, ottobre e novembre

Parma

Per la certificazione di commestibilità per l'auto-consumo:

Ispettorato Micologico di Parma

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione, via Vasari n°13/a, Parma

- lunedì dalle ore 16 alle ore 19
- mercoledì e venerdì dalle ore 8:30 alle ore 10:30
- giovedì dalle ore 17 alle ore 19.

Per la certificazione di vendita e/o somministrazione: solo su appuntamento con gli Ispettori micologici addetti al controllo, telefonando ai numeri 0521.396411-400-543.

Territorio provinciale

Certificazione di consumo diretto e certificazione di vendita e/o somministrazione:

Borgotaro

Ispettorato Micologico di Borgotaro
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione, via Micheli, n°2, Borgotaro, tel. 0525.970266:

- lunedì dalle ore 8 alle ore 10
- martedì e giovedì dalle ore 15 alle ore 18
- venerdì dalle ore 8 alle ore 10 e dalle ore 15 alle ore 18.

Langhirano

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione, via Roma, 42/1, Langhirano, tel. 0521.865310-319:

- lunedì dalle ore 12 alle ore 13:30.

Fidenza

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione, complesso sanitario di Vaio, via Don Tincati, 5, tel. 0524.515754:

- lunedì dalle ore 8:30 alle ore 10:30.

Funghi: dal bosco alla tavola tutte le regole da seguire

Controlli gratuiti presso gli ispettorati micologici dell'AUSL

Con le piogge di fine estate e l'inizio dell'autunno 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.

La raccolta. Durante la raccolta, indossa un abbigliamento adeguato, che ti protegga le gambe da morsi e da punture di animali, utilizza un bastone e un coltello. Trasporta i funghi in un contenitore rigido ed areato, ad esempio un cestino di vimini, per evitare che i funghi fermentino, che si schiaccino e per consentire l'ulteriore disseminazione delle spore. Per non causare un danno all'ambiente, non raccogliere i funghi in modo indiscriminato. Lascia gli esemplari troppo giovani, a volte difficili da riconoscere, o troppo vecchi, che possono essere deteriorati e risultare indigesti. Raccogli sempre funghi interi e completi, pulendoli sommarariamente sul posto, senza tagliare la base del gambo. Ricorda che i funghi attaccati da vermi o parassiti non sono più



Cosa fare in caso di avvelenamento
Se dopo aver mangiato dei funghi insorgono disturbi, occorre rivolgersi immediatamente al Pronto Soccorso più vicino, portando con sé tutti gli avanzi, compresi quelli gettati in pattumiera.

commestibili. Evita la raccolta in aree sospette di inquinamento. **Il controllo.** Non fidarti di presunti esperti e ricorda che non esistono metodi empirici, quali le prove dell'argento, dell'aceto, del latte e similari, per riconoscere se un fungo è velenoso. Fai controllare sempre tutti i funghi raccolti solo dagli Ispettori Micologici dell'Azienda USL (vedi tabella). Il servizio offerto è sicuro, veloce e gratuito; l'accesso è diretto, non occorre appuntamento. L'intero quantitativo raccolto deve essere sottoposto all'esame di commestibilità nel più breve tempo possibile. I funghi, presentati in contenitori rigidi e forati, devono essere freschi, non congelati o sconsigliati o diversamente conservati; interi, non recisi, non spezzettati, non lavati né privi di parti essenziali al loro

riconoscimento e sani. Gli Ispettori Micologici sono inoltre a disposizione, (solo su appuntamento) per il rilascio della certificazione sanitaria obbligatoria dei funghi destinati alla vendita al dettaglio e alla ristorazione. 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 di un solo strato e non pressati. Devono essere freschi, interi, sani e in buono stato di conservazione, puliti da terriccio, foglie e corpi estranei. 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.

Il consumo. Utilizza soltanto funghi raccolti nelle 48 ore e conservati a bassa temperatura (circa a 4 gradi nello scomparto dei frigoriferi destinato alle verdure), infatti un fungo commestibile, invecchiando, può diventare tossico se in cattivo stato di conservazione. Mangia solo funghi ben cotti (anche i "porcini", ad esempio, devono cuocere per almeno 15/

20 minuti), perché, oltre ad essere più facilmente digeribili, alcuni di loro contengono tossine "termolabili", cioè che si degradano con la cottura. Fai dunque attenzione: la frittura e la grigliatura non sempre garantiscono la completa cottura. Alcuni funghi, come ad es. l'armillaria mellea, cioè il comune "chiodino", richiedono una prebollitura per 10/15 minuti, una volta scolati, poi, vanno portati a perfetta cottura. Fai un uso moderato dei funghi: poche volte al mese e un solo piatto nel menù; poiché sono alimenti che possono creare difficoltà digestive, non sono adatti all'alimentazione di bambini o persone molto anziane, donne in gravidanza o in allattamento.

La conservazione casalinga. I funghi sono facilmente deperibili, è quindi meglio tenerli in frigorifero e per periodi brevi. Per conservarli, si possono essiccare o congelare. L'essiccazione non richiede attrezzature particolari, ma solo l'essenziale apporto del sole, o di appositi essiccatori, e qualche telaio con rete. È bene che i funghi sottoposti ad essiccazione siano il più possibile sani ed asciutti. Occorre evitare sorgenti di calore artificiale, come i forni. Dopo una buona essiccazione, i funghi si possono conservare nel congelatore in contenitori ermetici. I funghi, se mal conservati, mostrano chiari segni di alterazione, quali la presenza di muffe o di larve, con sviluppo di farfalle e tarlature. In tutti questi casi bisogna sempre scartare il prodotto. Il congelamento dei funghi freschi crudi è sconsigliato, in quanto alcune specie diventano dannose, come accade con i "chiodini", o amare e immangiabili, come nel caso dei "galletti" (*cantharellus cibarius*). È opportuno, quindi, congelare i funghi precotti o sbrolentati, per eliminare i microrganismi o eventuali parassiti. La conservazione sott'olio dei funghi rappresenta una condizio-

ne favorevole per lo sviluppo delle spore del tanto temuto "botulino" che produce una tossina, che provoca una tossinfezione grave, a volte anche mortale. È necessario, allora, porre molta attenzione per ridurre tale rischio. 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 creano un ambiente ostile per lo sviluppo delle spore del botulino. Si consiglia di usare contenitori piccoli (max 300-500 ml) che devono essere sterilizzati facendoli bollire, chiusi con coperchi nuovi, per almeno 15 minuti. Anche i funghi vanno bolliti per almeno 18/20 minuti, in una miscela di acqua ed abbondante 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: le spore del "botulino" non riescono a svilupparsi. 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 altera le caratteristiche di odore e sapore dell'alimento, ma sono da scartare le conserve che, all'apertura, lascino uscire del gas o presentino bollicine.

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

Cosa fare per proteggere se stessi e gli altri

È possibile diminuire il rischio di infezione adottando una serie di semplici comportamenti



LAVARE LE MANI

Accuratamente e più volte al giorno, sempre con acqua e sapone. In particolare, dopo aver tossito, starnutito, essersi soffiati il naso.



TOSSIRE O STARNUTIRE IN UN FAZZOLETTO DI CARTA

Quando si tossisce o starnutisce, tenere un fazzoletto di carta davanti a naso e bocca.



GETTARE IL FAZZOLETTO DI CARTA

Dopo l'uso gettare sempre il fazzoletto di carta nel cestino dei rifiuti e lavarsi le mani accuratamente con acqua e sapone.



PROVEDERE AD UNA PICCOLA SCORTA DI MASCHERINE IGIENICHE

Vanno usate in caso di malattia o di assistenza ad una persona malata. Le mascherine igieniche sono disponibili in commercio.



MANTENERE PULITE LE SUPERFICI

Maniglie, interruttori, telefoni, tastiere, tavoli e altre superfici comuni possono venire contaminati con diversi tipi di batteri e virus. Pulire e disinfettare regolarmente queste superfici.

Ufficio Stampa Simona Rondani srondani@ausl.pr.it

Influenza A H1N1

La prevenzione è nelle tue mani

Informazioni utili per proteggersi e contrastare la diffusione del virus

CHE COSA È L'INFLUENZA A H1N1?

È una infezione virale acuta dell'apparato respiratorio. È causata da un nuovo virus influenzale A H1N1 che ha dimostrato la capacità di propagarsi molto rapidamente in tutto il mondo. È caratterizzata da manifestazioni cliniche lievi. Come l'influenza stagionale, può causare complicazioni e un peggioramento di patologie croniche preesistenti.

COME SI TRASMETTE?

Come per l'influenza stagionale, la trasmissione da persona a persona si può verificare per via aerea attraverso le gocce di saliva provocate da starnuto o colpi di tosse di persone infette, per mezzo del contatto con materiale infetto (ad esempio fazzoletti usati), toccando con le mani superfici contaminate dalle secrezioni respiratorie e attraverso contatti stretti con persone malate (baci, abbracci...).

DIFFONDI LA PREVENZIONE!

Invita familiari e amici a seguire questi semplici comportamenti. Se hai figli, dai sempre il buon esempio. Insegna loro a contare fino a 20 quando si lavano le mani e mostra come coprirsi bocca e naso quando si tossisce o starnutisce

QUALI SONO I SINTOMI?

I sintomi dell'influenza sono febbre improvvisa, di norma superiore a 38 gradi, e manifestazioni respiratorie (tosse, mal di gola, raffreddore) associati ad almeno uno dei seguenti sintomi: brividi, dolori muscolari, dolori articolari e, in particolare nei bambini, mal di pancia, diarrea o vomito.

PER INFORMAZIONI:

- **Numero verde gratuito** del Servizio sanitario regionale dell'Emilia-Romagna tutti i giorni feriali dalle ore 8,30 alle ore 17,30 il sabato dalle ore 8,30 alle ore 13,30. Se necessario, gli operatori possono mettere in contatto con il Dipartimento di sanità pubblica dell'Azienda Usl di residenza.
- **Portale internet** del Servizio sanitario regionale dell'Emilia-Romagna www.saluter.it

LE INDICAZIONI DA SEGUIRE IN CASO DI SINTOMI

RMANERE A CASA

L'influenza A H1N1 si manifesta nella grande maggioranza dei casi con sintomatologia lieve. È opportuno rimanere a casa, restare a riposo, e limitare i contatti con altre persone per evitare di diffondere la malattia. In caso di contatti, indossare la mascherina igienica.

CONSULTARE IL MEDICO O IL PEDIATRA DI FAMIGLIA

Per indicazioni sulla malattia e sui farmaci da utilizzare mettersi in contatto con il medico o con il pediatra di famiglia. Si ricorda che in caso di influenza è sconsigliata l'assunzione di farmaci a base di acido acetilsalicilico (aspirina) in particolare da parte di bambini e ragazzi; in ogni caso consultare al riguardo il proprio medico.

NumeroVerde
800 033033

SALUTER Portale del Servizio sanitario regionale

Regione Emilia Romagna

Campagna di informazione a cura dell'Assessorato politiche per la salute

Notizie dall'Azienda Usl di Parma

Informa salute



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

Prevenire i tumori al collo dell'utero è possibile. Il mezzo più efficace è sottoporsi al pap-test: un esame rapido e indolore. Per questo, la Regione Emilia-Romagna ha promosso un programma di screening dedicato, al quale l'Azienda USL di Parma ha aderito, fin dal 1998. Il programma prevede controlli programmati per le donne nelle fasce di età in cui il rischio di ammalarsi è più elevato, ma più elevata è anche la possibilità di diagnosi precoce e di cure più efficaci. Aderire al programma di screening è facile: occorre accettare l'invito a sottoporsi al pap-test, che l'Azienda USL fa ad ogni donna di età compresa tra i 25 e i 64 anni, tramite lettera. Nella nostra provincia, sono circa 120.000 le donne interessate. È ora in corso il 5° "round" di chiamata, iniziato il 1° dicembre scorso, che terminerà il 30 novembre 2012. Sono già state spedite oltre 3.700 lettere di invito. Nella lettera, sono indicati giorno, luogo, ora per l'esecuzione del pap-test e un numero di telefono cui chiamare per modificare l'appuntamento. In caso di mancata partecipazione, alla donna viene inviata una seconda lettera, in genere dopo tre mesi dalla prima, al fine di incentivare l'adesione al programma.

Pap-test, la scelta che allunga la vita

Un esame gratuito, rapido e indolore, per prevenire i tumori al collo dell'utero



Ogni tre anni l'invito dell'Azienda USL alle donne dai 25 ai 64 anni

Lo screening per la prevenzione dei tumori al collo dell'utero è realizzato con il contributo di Fondazione Cariparma

3 COSE DA SAPERE:

Cos'è il pap-test (o "striscio vaginale"): il pap-test è un esame citologico, gratuito, rapido e indolore molto utile per diagnosticare precocemente il tumore del collo del-

l'utero e le lesioni pre-cancerose. Il pap-test non sostituisce la visita ginecologica.

Come viene eseguito l'esame: con una delicata raccolta di cellule dal collo dell'utero, mediante una sottile spatola in

legno e nel canale cervicale, con uno spazzolino. Il materiale così raccolto viene "strisciato" su un vetrino e successivamente analizzato al microscopio.

La risposta: per il referto dell'esame occorrono circa 2

settimane. Se l'esito è negativo, la donna riceve la risposta direttamente a casa. Nella lettera saranno evidenziati termini come "negativo", o "nei limiti della norma" oppure "normale". Qualora siano presenti all'esame

DOVE RIVOLGERSI:

- **Parma** – Via G. Vasari, 13/A – 0521.396242
- **Colorno** – Via Suor Maria, 3 – 0521.316705
- **Sorbolo** – Via del Donatore, 2 – 0521.393370
- **Fidenza** – Via Don Tincati, (Vaio) – 0524.515446-448
- **San Secondo** – Via M. Vitali Mazza, 4 – 0521.371705
- **Busseto** – Via N. Paganini, 13 – 0524.932801
- **Noceto** – Via C. A. Dalla Chiesa, 30 – 0521.667403
- **Salsomaggiore Terme** – Via Roma 9 – 0524.581814
- **Fontanellato** – Via XXIV Maggio, 16/A – 0521.371705
- **Langhirano** – Via Roma, 42/1 – 0521.865125
- **Collecchio** – Via E. Berlinguer, 2 – 0521.307023
- **Felino** – Via Perlasca, 9 – 0521.837059
- **Traversetolo** – Via Benefattori, 12 – 0525.970318
- **Borgo Val di Taro** – Via Benefattori, 12 – 0525.970318
- **Fornovo Taro** – Via Solferino, 37 – 0525.300401
- **Bardi** – Via Arandora Star, 11 – 0525.71231
- **Bedonia** – Piazza Caduti della Patria, 1 – 0525.826532
- **Pellegrino Parmense** – Viale V. Bottego, 6/A – 0525.71231
- **Bore** – Via Roma, 81 – 0525.71231
- **Medesano** – Via G. Rastelli, 2 – 0525.300401
- **Berceto** – Piazzale Micheli, 8 – 0525.970318

Per qualsiasi altra informazione colloutero@ausl.pr.it la casella di posta elettronica alla quale risponde direttamente il Responsabile Aziendale del Programma di Screening.

2 ore e 10 minuti è il tempo che occorre, in 40 anni, per effettuare i 13 pap-test, che l'Azienda USL offre in modo gratuito, alle donne di Parma e provincia, per la diagnosi precoce dei tumori al collo dell'utero

alterazioni cellulari, non necessariamente di natura tumorale o pre-tumorale, sono consigliati ulteriori accertamenti diagnostici da effettuare (esame colposcopico ed eventuale biopsia). Il pap-test "positivo" non significa presenza di tumore. Infatti, se con i successivi accertamenti si confermano le alterazioni già sospettate dal pap-test, queste si riferi-

scono, nella quasi totalità dei casi, a lesioni pre-cancerose, che richiedono cure ambulatoriali scarsamente invasive ed effettuate in anestesia locale.

INFORMAZIONI UTILI:

Si devono adottare particolari norme igieniche, prima dell'effettuazione dell'esame?

No, non occorre alcuna preparazione particolare. Per eseguire correttamente il pap-test, come indicato nella lettera di invito, è necessario far trascorrere almeno 5 giorni dalla fine del flusso mestruale, 7 giorni dalla fine di una terapia locale (ovuli o creme vaginali), 2 giorni da una visita ginecologica, 24 ore da un rapporto sessuale.

L'esame va effettuato anche se non sono presenti dei sintomi particolari?

Sì, è necessario effettuare l'esame anche se non sono presenti sintomi, proprio per il carattere preventivo del test. E' bene però sapere che il pap-test non serve per diagnosticare altre affezioni dell'apparato genitale femminile (vaginiti, fibromi, cisti ovariche, ...).

È necessario, al momento dell'esame, portare con sé della documentazione sanitaria? Viene effettuato il confronto con i dati di esami analoghi eseguiti precedentemente?

Sì, è indispensabile portare la documentazione sanitaria relativa sia ad esami eseguiti in precedenza (anche presso altri Centri), sia ad eventuali trattamenti, soprattutto in caso di richiamo per approfondimento diagnostico: ciò è infatti utile per effettuare i necessari confronti.

Viene rilasciata una giustificazione per l'assenza dal lavoro?

Sì, a richiesta dell'interessata.

Si può effettuare l'esame in stato di gravidanza?

Sì, il pap-test e gli accertamenti di II livello (esame colposcopico ed eventuale biopsia) possono essere tranquillamente eseguiti anche in corso di gravidanza, per arrivare ad una eventuale diagnosi certa della lesione pre-cancerosa il cui trattamento può essere, altrettanto tranquillamente, rinviato a dopo il parto, anche se si allatta. In ogni caso, si può rinviare l'esecuzione del test, senza perdere il diritto alla gratuità, a dopo la nascita del bambino.

Essere sottoposte a trattamento chemioterapico condiziona l'esame?

No, non vi sono controindicazioni ma è importante comunicare il trattamento in corso all'Ostetrica che esegue il prelievo che, a sua volta, lo segnalerà al Citologo, che leggerà il vetrino.

Ufficio Stampa Simona Rondani sronDani@ausl.pr.it

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

Stampato a gennaio 2010