

• f a r m a c i e •
SPAZIO*SALUTE*
attualità e benessere



Dicembre 2004



La rivista offerta dalla vostra farmacia SpazioSalute

Supradyn aiuta a ricaricare le Sue batterie.

Supradyn®

**Richieda
la nuova
formulazione.**

*Negli stati di sovraccarico.
Leggere il foglietto illustrativo.*

NUOVO

- Nuova formulazione
- Confezione da 45 compresse effervescenti = confezione risparmio
- Compresse effervescenti dal gusto più gradevole
- Nuova confezione per le compresse



presso le Farmacie SPAZIOSALUTE

Supradyn

20%
di sconto

valido fino al 31.01.2005



Roche Pharma (Svizzera) SA
4153 Reinach

Editoriale

Cara lettrice, caro lettore

I medicinali non sono noccioline, non sono cioè un genere di consumo qualunque! Possono infatti presentare controindicazioni, effetti collaterali o interazioni. Devono perciò essere utilizzati con criterio e solo se necessario.

La ricerca ed il progresso scientifico ci mettono a disposizione un numero sempre crescente di nuovi farmaci, tra i quali non sempre è facile scegliere quello adeguato, anche nell'ambito dell'automedicazione.

Il rimedio che fa bene alla nonna o al vicino di casa non sempre è indicato per tutta la famiglia.

È buona regola attenersi alle direttive ed ai consigli del medico e del farmacista e, perché no, leggere il foglietto illustrativo per trarre il miglior vantaggio dalle terapie seguite, tenendo presente che l'abuso in determinati casi può creare assuefazione, dipendenza o essere causa di intossicazioni.

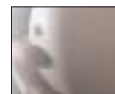
La salute è un bene prezioso, avviciniamoci quindi al mondo dei medicinali con discernimento e con la necessaria prudenza. Se è importante poter disporre di rimedi efficaci quando siamo ammalati è altrettanto importante imparare ad adottare tutte le misure atte a mantenerci in buona salute.

Buona lettura, con l'augurio di Buone Feste

I farmacisti SPAZIOSALUTE

e-mail: spaziosalute@ticino.com

Gravidanza e medicinali 5
salute



La spesa farmaceutica 9
salute



Vaccini e futuro 13
salute



10 regole per l'uso corretto dei medicinali 16
salute



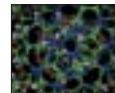
Farmacie SPAZIOSALUTE 18



Le nostre offerte natalizie 20
spazio agenda



Interazioni e farmaci 22
salute



Tox 145 26
associazioni



Rimedi naturali 29
spazio verde



Medicamenti & internet 30
salute



Farmacista alle Hawaii 37
salute&sport



Ricerca e farmaci 38
salute



Dicembre 2004

Rivista trimestrale d'informazione sulla salute, la famiglia e il benessere

Tiratura: in Ticino 120'000 esemplari

Editore: Spazio Salute c.p. 762, 6616 Losone

Foto: Massimo Pedrazzini, 6616 Losone

Pubblicità: Spazio Salute c.p. 762, 6616 Losone

Coordinamento: Poncioni SA - 6616 Losone

• f a r m a c i e •
SPAZIOSALUTE
attualità e benessere



Igiene e cura del naso. Nessun problema!

1 spray,
2 usi

Risciacquo
efficace delle
vie nasali

Nebulizzazione
umidificante

Triomer®

La cura del naso
dall'oceano

Chiedete consiglio al vostro farmacista e leggete il foglietto illustrativo!

 Vifor

Gravidanza e medicinali

L'uso di farmaci durante la gravidanza: un argomento complesso, difficile da trattare, delicato ma molto importante vista la posta in gioco.

L'effetto dei medicinali e l'apparizione di eventuali effetti collaterali possono variare da individuo a individuo ma ancor più in soggetti delle così dette categorie a rischio, di cui le donne in gravidanza e che allattano fanno parte. Prima di utilizzare qualsiasi rimedio, anche di automedicazione, è quindi fondamentale informare dello stato di gravidanza i professionisti della salute a cui ci si rivolge.

Il medico ed il farmacista porranno particolare attenzione alla scelta del medicamento, alla sua posologia e al controllo degli effetti del trattamento.

Se una donna che segue un trattamento medicamentoso cronico, desidera iniziare una gravidanza, è indispensabile che avverta il suo medico per vedere se può continuare con la medesima terapia o se passare ad un altro farmaco più adatto alla sua nuova condizione. Così ad esempio una donna diabetica che assume una determinata classe di antidiabetici orali, che passano la barriera placentare e potrebbero quindi avere conseguenze sul feto, dovrà in genere ricorrere all'uso di insulina fino a dopo il parto.

Durante la gravidanza bisogna prestare particolare attenzione alla protezione del feto per garantire lo sviluppo di un bambino sano. Farmaci assunti dalla madre possono attraversare la placenta e raggiungere l'organismo del bambino, che a dipendenza del farmaco e dello stadio di gravidanza può subire dei danni, quali ad esempio anomalie, ritardi di crescita o problemi dopo la nascita. A questo proposito molti ricorderanno il caso del thalidomide, sonnifero di largo uso negli anni 50 e che provocò malformazioni in un gran numero di bambini le cui madri avevano assunto il farmaco durante i primi tre mesi di gravidanza.

Gli stadi della gravidanza

1° trimestre: i primi tre mesi di gravidanza sono il periodo più critico, durante il quale i farmaci possono interagire con lo sviluppo del feto, provocando malformazioni congenite.

Infatti lo sviluppo degli organi e delle estremità del feto avviene durante il primo trimestre di gravidanza. L'embrione è molto sensibile alle sostanze nocive in particolare tra la terza e la decima settimana durante le quali il rischio di malformazioni dovuto a medicinali (si parla di effetto teratogenico) è più elevato.

2° trimestre: durante questi 3 mesi i farmaci possono ritardare la crescita del feto e portare alla nascita di un neonato sottopeso.

3° trimestre: dal settimo mese alla fine della gravidanza, i rischi maggiori legati alla presa di farmaci riguardano difficoltà respiratorie nel neonato o possono anticipare o ritardare il parto.

A dipendenza del trimestre in cui sono assunti i medicinali possono avere effetti diversi sulla madre, sul bambino o su entrambi. Taluni farmaci possono essere ritenuti sicuri durante un trimestre ma non in un altro. Ad esempio l'acido acetilsalicilico (Aspirina) è controindicato in particolare durante l'ultimo trimestre di gravidanza, poiché può inibire le contrazioni e provocare emorragie.

A meno di indicazione imperativa, di regola, l'assunzione di farmaci durante il primo trimestre di gravidanza in particolare è controindicata, a maggior ragione se si tratta di medicinali per i quali non è ancora stata formalmente accertata l'innocuità teratogenica.

Aldo Varini
Farmacista
Farmacia Varini
Piazza Grande 4
6600 Locarno
Tel. 091 751 29 71

Un regalo per la vostra pelle.

Set regalo:

Gel Doccia e
Remederm Crema Fluida,
2 x 200 ml, **CHF 37.-**
(anziché CHF 45.50)

Louis
Widmer




waterpik™

SONICmax™

Lo spazzolino sonico Waterpik SONICmax
con ben 30'000 oscillazioni al minuto.

- duce efficacemente le macchie dello smalto dentario causate da caffè, tè o nicotina.
- Trasforma il dentifricio in schiuma attiva in grado di raggiungere la placca dentaria anche nei punti difficilmente accessibili.
- Ideale in caso di recessione gengivale, solchi gengivali, colletti sensibili dei denti e per chi porta apparecchi odontoiatrici.
- Con batterie all'idruro metallico di nichel (NiMH), senza effetto memoria.



Buono del valore di
Fr. 20.-
valido fino al 31.12.04

Biomed
Natura & Sapere

Biomed AG, 8600 Dübendorf,
Tel. 044 802 16 16, Fax 044 802 16 00
E-mail biomed@biomed.ch

Medicamenti e categorie di rischio

In Svizzera i fabbricanti di medicinali sono obbligati a dare informazioni dettagliate riguardanti la gravidanza e l'allattamento nella letteratura specialistica e a classificare ogni medicamento in una delle così dette categorie a rischio sulla base di studi fatti sugli animali o sulla donna in gravidanza.

Così la categoria A comprende i medicinali per i quali studi controllati con la donna in gravidanza non hanno mostrato rischi per il feto durante il primo trimestre di gestazione. È il caso dei medicinali utilizzati per alleviare i disturbi legati alla gravidanza, come ad esempio i fortificanti e ricostituenti a base di calcio ed i multivitaminici con acido folico dalla composizione appositamente studiata per coprire l'accresciuto bisogno di determinate sostanze durante la gestazione, oppure i preparati di magnesio, che migliorano la contrazione muscolare.

Si passa poi alle categorie B, C, D con un crescendo di grado di tossicità per il feto, per terminare con la categoria X per la quale gli studi hanno dimostrato anomalie fetali nell'animale o nell'essere umano. I medicinali di quest'ultima categoria sono quindi controindicati per la donna incinta o che può rimanerlo. Ne sono esempi classici gli ormoni sessuali, la vitamina A e i suoi derivati acidi.

Per i medicinali delle categorie intermedie si dovrà sempre stabilire se il potenziale beneficio per la madre giustifica il potenziale rischio per il feto o, in caso di malattia grave, se non esiste un'alternativa terapeutica senza rischi.

Come esempio di medicinali di scelta da somministrare durante la gravidanza in caso di indicazione imperativa si possono citare il paracetamolo, le penicilline ed alcuni antiemetici.

Non dimentichiamo infine di annoverare tra le sostanze e prodotti a rischio l'alcol, il tabacco e la carne cruda.

La regola da seguire è quindi quella di evitare l'automedicazione, ricorrendovi unicamente dopo aver chiesto consiglio al medico o al farmacista. In caso di consulto, poi, il medico, se necessario, sceglierà un farmaco conosciuto, d'utilizzo sicuro e basato sull'esperienza.



Alcuni accorgimenti "fai da te"

Mal di schiena, piedi gonfi, tendenza alle varici si possono prevenire o alleviare evitando di rimanere in piedi ferme o sedute troppo a lungo, tenendo le gambe in posizione sopraelevata, ricorrendo a massaggi e ginnastica appropriati. A questo proposito ricordiamo i benefici di un'attività fisica non troppo impegnativa, come ad esempio il nuoto o le passeggiate.

La stitichezza può essere evitata o migliorata grazie ad un'alimentazione ricca di fibre vegetali e ad un sufficiente apporto liquido.

La nausea si può attenuare evitando pasti troppo abbondanti e grassi ed il mattino prendendo la colazione a letto e rimanendovi poi sdraiate ancora un momento.


Gravidanza e medicina alternativa e complementare

In caso di disturbi durante la gravidanza si può ricorrere, senza rischi se praticate da specialisti, alla medicina ed alle terapie complementari, come ad esempio l'omeopatia, la spargiria, la cromoterapia, l'aromaterapia, il training autogeno ecc.

Aldo Varini, farmacista



Li ha beccati in pieno.

Aspirina-C dà sollievo in caso di raffreddore: abbassa la febbre e allevia i dolori. Leggete per favore il foglietto illustrativo.  Bayer



La spesa farmaceutica nell'ambito dei costi della salute

Nel dibattito sui costi della salute, ogni interlocutore ha imparato con molta diligenza a elaborare la propria ricetta per tentare di rompere la spirale perversa che sta portando i premi delle assicurazioni a livelli insopportabili. Questi attori (medici, ospedali, assicuratori e ... politici) si limitano però a proporre correttivi che non riguardano il loro specifico ramo d'attività ma che invece investono le spese "degli altri settori". Non così vogliamo fare noi: ci permettiamo quindi di offrire una nostra ricetta e di riassumere quanto è già stato fatto e quanto si ha intenzione di fare nel futuro prossimo in ambito farmaceutico per dare un fattivo contributo al contenimento della spesa sanitaria.

Il costo dei medicinali in Svizzera

Nel corso degli ultimi anni, i prezzi dei vecchi medicinali hanno subito un drastico calo e si sono allineati a quelli dei paesi europei che hanno un reddito-pro-capite simile a quello svizzero. I nuovi medicinali - quelli entrati in commercio nell'ultimo decennio - non necessitano di correttivi perché sono già perfettamente "eurocompatibili", in linea cioè con gli altri paesi europei. In quest'ambito quindi, con la collaborazione di tutti gli attori del mercato farmaceutico (industrie, grossisti e farmacisti), si sono operati importanti risparmi. Rimane da definire il sistema stesso con cui i grossisti e i farmacisti sono retribuiti per il lavoro che svolgono. La Società svizzera di farmacia ha elaborato un modello - rivoluzionario - di "rimunerazione dell'atto farmaceutico" che poggia su tre pilastri e che riguarda i medicinali sottoposti a ricetta medica rimborsati dalle casse malati. Innanzitutto il prezzo del medicamento all'uscita della fabbrica ("ex-factory") deve essere allineato a quello di tre paesi di riferimento (Germania, Olanda e Danimarca).

**Ennio Balmelli
Farmacista
Farmacia Airone SA
Via Pedrini 7
6900 Lugano
Tel. 091 922 96 22**



In secondo luogo il margine del grossista e quello del farmacista fanno parte di un " margine commerciale" che va a coprire i costi inerenti alla logistica (computer e mezzi di trasporto per le merci e i dati) e i rischi legati all'attività commerciale dell'impresa (l'investimento per lo stock di medicinali). Infine i costi delle prestazioni farmaceutiche vere e proprie sono coperti dalla tariffa di controllo della ricetta e dalla tariffa di elaborazione dello storico del paziente, cioè le tariffe di remunerazione. Il vantaggio evidente di questa formula è dato dal fatto che, anche dopo l'introduzione della prossima generazione di medicinali (che all'uscita dalla fabbrica saranno sempre più cari ancorché più efficaci), non corrisponderà un conseguente aumento dei profitti di grossisti e farmacisti : si opera così un vero e proprio blocco della spesa farmaceutica.

L'automedicazione

Un'altra possibilità di ridurre il carico medicamentoso alle casse malati è sicuramente quella di ricorrere il meno possibile – specie per i disturbi banali – alle cure del medico e di approfittare maggiormente delle competenze del farmacista per instaurare un'automedicazione sensata e sicura. Nell'attuale sistema di assicurazione malattia non esistono però incentivi ad un tale comportamento e, anzi, il fatto di pagare premi altissimi spinge tutti a consumare cure mediche senza porsi il problema del risparmio. Rimunerando la prestazione sanitaria del farmacista, si compie un passo importante in questa direzione e si aprono prospettive interessanti da integrare nelle future leggi sanitarie.

Le misure qui sopra elencate, unite alla possibilità data al farmacista di sostituire i farmaci originali con le copie meno care (i cosiddetti "generici"), contribuiranno in modo decisivo a bloccare la costante crescita della spesa farmaceutica ed andranno a partecipare al contenimento dei premi delle casse malati.

La collaborazione del farmacista

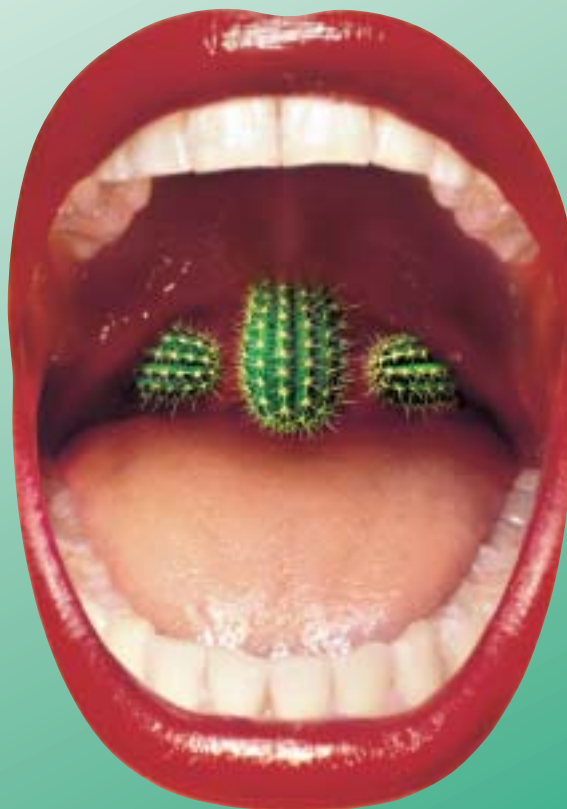
La popolazione si aspetta che il farmacista si assuma le proprie responsabilità nell'ambito dei costi della salute. Il farmacista si è impegnato, con il nuovo sistema di remunerazione, a bloccare la spirale dei costi dei medicinali, ha concesso uno sconto lineare del 2.7 % alle casse malati e si è assunto il carico dell'elaborazione elettronica della ricetta in farmacia (quantificabile in un ulteriore 5 %). Egli è pronto a collaborare ancora – ad esempio impegnandosi nel monitoraggio della terapia medicamentosa - a patto che sia riconosciuto il suo ruolo di professionista della salute e che possa continuare ad operare a diretto contatto con la popolazione senza che il medicamento sia banalizzato al punto da finire sugli scaffali dei supermercati, nella rete telematica o fra i pacchi postali.

Ennio Balmelli, farmacista

Mal di gola con muco? Solmucaïne.

Tripla azione in una sola compressa: mucolitica, disinfettante e antidolorifica.

Un sospiro di sollievo nel trattamento delle infezioni alla bocca e alla gola associate a formazione di muco: Solmucaïne® non si limita a togliere il dolore e a combattere l'infezione batterica, ma grazie alla sua associazione innovativa di principi attivi, dissolve contemporaneamente il muco. In questo modo vengono liberate rapidamente le vie respiratorie, ridando un senso di benessere. Adatto anche ai diabetici.



Muove la gente.



Principi attivi di Solmucaïne®: N-acetylcysteinum, tyrothricinum et lidocainum. Questo è un medicamento. Voglia leggere attentamente il foglietto illustrativo e chiedi consiglio al tuo medico, farmacista o droghiere. IBSA Institut Biochimique SA, Via del Piano, P.O. Box 266, CH-6915 Pambio-Noranco

	<p>Una pilloliera adatta ad ogni esigenza</p>	<p>Pocket 1 settimana</p>	<p>Classic 1 settimana</p>
<p>Liberty 1 settimana</p>	<p>One Day Color 1 giorno Color non standard</p>	<p>Week-end 3 giorni</p>	<p>PILBOX® in vendita in farmacia</p>



expertise

Raffreddore ?

Che sollievo... c'è VICKS !



Vicks VapoRub N, unguento.
Medicamento da applicare
contro i sintomi del raffreddore.
Per ulteriori informazioni consultare il foglietto
illustrativo.



Procter & Gamble Switzerland SARL,
1213 Petit-Lancy 1

Vaccini e futuro

Intervista ad Antonio Lanzavecchia,
Istituto di Ricerca in Biomedicina, Bellinzona

Sempre più si acuisce l'interesse per i vaccini ben sapendo che in molti casi sono la più efficace soluzione per prevenire o risolvere molte importanti patologie. Cercherò qui di rispondere ai più diffusi interrogativi su questo argomento.

Che cosa sono i vaccini?

I vaccini si basano sul principio che il nostro sistema immunitario sia in grado di "ricordare" tutti i virus e batteri cui è stato esposto e di reagire contro questi con rapidità ed efficacia. Per meglio comprendere questo meccanismo è importante ricordare alcuni aspetti della risposta immunitaria. Quando, ad esempio, un virus entra per la prima volta nel nostro organismo, viene riconosciuto dalle cellule del sistema immunitario che reagiscono per eliminarlo. Tuttavia questa risposta (cosiddetta primaria) è lenta, in quanto le cellule in grado di riconoscere il virus sono poche e devono crescere ed armarsi. Nella risposta primaria sono prodotti sia linfociti B (le cellule che producono anticorpi che sono presenti nel siero) sia linfociti T (che hanno funzione di cellule killer). Anticorpi e cellule killer cooperano per eliminare il virus, bloccando l'infezione e uccidendo le cellule infette. Una volta superata l'infezione alcuni dei linfociti generati nella risposta primaria persistono diventando linfociti della memoria. Di conseguenza se incontriamo nuovamente lo stesso virus, anche ad anni di distanza, i linfociti della memoria saranno in grado di combatterlo prontamente e di eliminarlo così rapidamente che l'infezione non sarà neppure percepita. In altre parole, la risposta secondaria, mediata dai linfociti della memoria, è molto più rapida ed efficace e blocca l'infezione sul nascere.

La scoperta fondamentale che sta alla base della vaccinazione è che la memoria immunologica può essere stimolata, non solo dai virus o dai batteri che inducono l'infezione, ma anche da virus o batteri meno aggressivi, attenuati o uccisi, e in alcuni casi semplicemente

da loro componenti, come proteine o polisaccaridi. Ad esempio la vaccinazione introdotta da Jenner per proteggere dal vaiolo consiste nel somministrare un virus bovino che nell'uomo causa un'infezione limitata, ma in grado di stimolare una risposta della memoria specifica per il virus del vaiolo. Alla stessa stregua, il vaccino del morbillo consiste in un virus attenuato che non è in grado di indurre un'infezione clinica, ma è sufficiente per generare la memoria immunologica che ci protegge per tutta la vita. E così, la vaccinazione antitetanica consiste nella somministrazione della tossina del tetano che è stata inattivata chimicamente. Questo "tossioide" è in grado di stimolare la produzione di anticorpi che riconoscono e neutralizzano la tossina attiva.

I vaccini possono debellare una malattia?

La vaccinazione ha completamente debellato la malattia del vaiolo e nel 1977 il mondo è stato ufficialmente liberato da questo virus. Un evento che può essere annoverato tra i più grandi successi della medicina moderna. A questo successo hanno contribuito diversi fattori, quali l'assenza di portatori cronici e di riserve del virus nel mondo animale. Un simile risultato potrebbe presto essere raggiunto anche nel caso della poliomielite, quando le ultime campagne di vaccinazione in Africa ed in Asia saranno completate. Per altre malattie infettive come l'influenza o l'AIDS l'obiettivo sembra invece molto più difficile da raggiungere a causa dell'estrema variabilità di questi virus.

I vaccini possono anche essere usati per curare malattie infettive?

Tutti i vaccini disponibili funzionano inducendo una risposta immunitaria che previene l'infezione e sono quindi utilizzati a scopo profilattico. In alcuni casi è però stato ipotizzato un loro uso terapeutico in pazienti con malattie virali croniche. Ad esempio in molti pazienti con epatite di tipo C si instaura una patologia cronica a causa di una risposta immunitaria inefficace. In questi casi un vaccino potrebbe essere utilizzato per migliorare e aumentare la

Antonio Lanzavecchia, MD
Institute for Research
in Biomedicine
Via Vela 6
CH-6500 Bellinzona
Switzerland

Cosa si può fare per le cosiddette infezioni emergenti?

Negli ultimi trent'anni sono state scoperte ben trentacinque nuove malattie infettive: l'AIDS all'inizio degli anni '80 e più recentemente l'Ebola e la SARS. Dobbiamo purtroppo prendere in considerazione anche Oltre le infezioni causate o minacciate dal bioterrorismo, come l'infezione di antrace (per fortuna pochi casi isolati) e l'infezione con virus del vaiolo (potenzialmente molto pericolosa in quanto la maggior parte della popolazione non è più vaccinata). Le armi che abbiamo a nostra disposizione in questi casi sono la vaccinazione e la terapia passiva. In alcuni casi, come ad esempio SARS o antrace, considerando la remota possibilità di essere esposti a questi agenti, sembrerebbe più vantaggioso sviluppare terapie di immunità passiva. Anticorpi specifici in grado di neutralizzare questi virus e queste tossine possono conferire una protezione immediata ai soggetti esposti al contagio e al personale medico e infermieristico.

Quali sono le grandi sfide nel campo dei vaccini?

I grandi killer dell'umanità sono malaria, HIV e tubercolosi che colpiscono soprattutto nei paesi in via di sviluppo. Un vaccino per queste infezioni non è ancora disponibile, tuttavia i ricercatori in tutto il mondo sono sensibilizzati su questo tema, e ci sono diverse iniziative per sviluppare vaccini efficaci e di semplice somministrazione. Un aspetto particolarmente rilevante riguarda la distribuzione dei vaccini in termini di accessibilità e di somministrazione. Ad esempio si fanno oggi sforzi importanti per evitare l'uso di aghi che, usati in modo non corretto, possono diffondere malattie.

L'IRB ha diversi programmi di ricerca rilevanti per lo sviluppo di vaccini e per la sieroterapia. In primo luogo all'IRB si studiano le cellule dendritiche che rappresentano le cellule sentinelle del sistema immunitario, in grado di riconoscere i patogeni e stimolare la risposta dei linfociti specifici. Un secondo argomento di ricerca riguarda la memoria immunologica. All'IRB i nostri ricercatori sono stati i primi ad identificare due componenti della memoria immunologica: le cellule della "memoria effettrice" in grado di fornire una protezione immediata, e le cellule della "memoria centrale" in grado di dare una risposta secondaria. E' stata poi messo a punto una metodica per ricostruire in un topo il sistema immunitario umano. Ciò fornisce per la prima volta un modello per studiare l'effetto di vaccini e anticorpi sul sistema immunitario dell'uomo. Infine recentemente, all'IRB è stata elaborata una nuova metodica per produrre anticorpi monoclonali umani clonando i linfociti B della memoria. Come primo obiettivo è stato scelto il virus della SARS dimostrando che, nel caso di un'infezione emergente, è possibile produrre rapidamente, nel giro di pochi mesi, anticorpi neutralizzanti che proteggono dall'infezione.

risposta immunitaria in modo di risolvere l'infezione. I ricercatori stanno valutando vari tipi di vaccini contro le malattie infettive croniche, tuttavia, al momento questi tipi di vaccini, cosiddetti vaccini terapeutici, non sono ancora disponibili.

Ci si può vaccinare contro malattie non infettive?

Ci sono numerose malattie non infettive in cui la risposta immunitaria potrebbe avere un effetto terapeutico. Nel caso delle allergie, che sono causate da una risposta abnorme del sistema immunitario ad antigeni presenti nell'ambiente, sono già utilizzati dei vaccini che modificano la qualità della risposta immunitaria e così facendo favoriscono una riduzione dei sintomi dell'allergia. Inoltre è stato dimostrato che il sistema immunitario è in grado, in certi casi, di riconoscere ed eliminare anche le cellule tumorali. Tuttavia la risposta immunitaria contro i tumori è in genere molto debole ed il tumore riesce rapidamente a sfuggirle. La ricerca fornisce oggi delle nuove sostanze in grado di rendere più efficace la stimolazione della risposta immunitaria che potrebbero portare a vaccini più efficaci contro i tumori. E' importante sottolineare che questi vaccini sono soltanto in fase di studio e sperimentazione iniziale, soprattutto in modelli animali, e non sono disponibili oggi risultati chiari sulla loro efficacia.

Perchè non esiste ancora un vaccino contro l'AIDS?

Il virus responsabile dell'AIDS (HIV) è in grado di stabilire un'infezione cronica e di sfuggire la risposta immunitaria continuando a cambiare la propria struttura. La produzione di un vaccino in grado di prevenire l'infezione di HIV rappresenta quindi una sfida formidabile a causa del grandissimo numero di differenti virus che circolano nella popolazione e addirittura in un singolo individuo. Proprio per queste difficoltà la comunità scientifica e l'industria farmaceutica stanno dedicando grandi risorse allo sviluppo di un vaccino ed alcuni

di questi sono in avanzato stadio di sperimentazione.

Cosa si può fare se un individuo non vaccinato viene esposto ad un agente infettivo?

Se un individuo non vaccinato è esposto accidentalmente ad un agente infettivo, non c'è tempo sufficiente per indurre una risposta immunitaria mediante vaccinazione. E' necessario fornire una protezione immediata e questa la si ottiene somministrando anticorpi prodotti in altri individui o anche in animali in grado di neutralizzare rapidamente il patogeno o la tossina. Ad esempio nel caso di una sospetta infezione difterica, si somministra prontamente il siero di cavallo contenente anticorpi contro la tossina della difteria. Contrariamente ai vaccini che inducono nel giro di alcune settimane una immunità attiva che dura tutta la vita, gli anticorpi somministrati con il siero antidifterico conferiscono un'immunità passiva che ha effetto immediato, ma dura soltanto alcuni mesi.

Perchè è difficile produrre un vaccino contro l'influenza o il raffreddore?

Tutti sanno che nella nostra vita ci ammaliamo più volte di influenza. Ciò è dovuto al fatto che il virus influenzale cambia ogni anno e quindi la memoria immunologica precedente non è in grado di proteggerci dal nuovo virus. Per questo motivo ogni anno un nuovo vaccino deve essere prodotto e testato in tempi record, e non sempre i ricercatori riescono a prevedere in primavera il virus che circolerà nella stagione autunno/inverno.

Alcune forme di raffreddore sono causate dal virus respiratorio sinciziale (RSV) che è anche responsabile di una grave infezione respiratoria nei neonati prematuri. Non esiste un vaccino contro l'RSV e non sembra esserci immunità in quanto ci possiamo re-infettare ripetutamente con lo stesso virus. Nel caso dei neonati abbiamo a disposizione un anticorpo monoclonale per fornire un'immunità passiva.

Antonio Lanzavecchia, MD

Vincere passo per passo - sigaretta per sigaretta



nicorette®

- ✓ riduce i sintomi della disassuefazione
- ✓ raddoppia le possibilità di riuscire a smettere di fumare¹

1. Balfour D. et al., Pharmacology of Nicotine and Its Therapeutic Use in Smoking Cessation and Neurodegenerative Disorders, Pharmacol. Ther. 1996; Vol. 72, No. 1 pp 51-81

È un medicamento. Leggete attentamente il foglietto illustrativo accluso alla confezione.



Pfizer AG, Zurigo

Forme di somministrazione personalizzate.

Microtab / Cerotto transdermico

Gomma da masticare

10 Regole per un uso corretto dei medicinali

- 1** Ricorrere all'uso di farmaci solo se necessario, con moderazione, evitando gli abusi.
- 2** Far capo all'automedicazione con buon senso e per breve tempo, per disturbi banali e senza gravità. Se lo stato generale peggiora o se non si notano miglioramenti nell'arco di alcuni giorni, in presenza di sintomi nuovi o acuti rivolgersi al medico.
- 3** Affidarsi al consiglio di medico e farmacista nella scelta dei medicinali, rispettando le modalità d'assunzione, le limitazioni d'uso e le misure di precauzione raccomandate, senza dimenticare di leggere il foglietto illustrativo. Informare dell'eventuale utilizzo di altri farmaci, per non incorrere nel rischio di interazioni, di controindicazioni o di aumento di effetti secondari. Evitare esperimenti su consiglio di persone non competenti.
- 4** Rivolgersi al medico quando necessario o se si è affetti da malattie gravi, come ad esempio cardiopatie, insufficienza renale, affezioni del fegato ecc.. Segnalare eventuali effetti sgradevoli o inattesi che appaiono durante il trattamento. Non pretendere necessariamente una prescrizione di medicinali ad ogni consulto.
- 5** Seguire scrupolosamente le indicazioni del medico, per trarre il miglior vantaggio dalle terapie prescritte.
- 6** Prestare particolare attenzione a neonati, bambini, donne in gravidanza o che allattano. Per queste categorie si usano medicinali ben precisi e valgono apposite posologie.
- 7** Conservare i farmaci con cura ed in modo ordinato: all'oscuro, al fresco, al riparo dell'umidità, negli imballaggi originali con il foglietto illustrativo e fuori dalla portata dei bambini.
- 8** Non accumulare medicinali non più utilizzati. Riordinare e controllare la farmacia domestica almeno una volta all'anno. Riportare in farmacia, per corretta distruzione, i medicinali scaduti e gli imballaggi di farmaci su ricetta medica iniziati e che non si usano più.
- 9** Ricordare che il consumo di alcol può modificare l'effetto di numerosi medicinali, ad esempio dei sonniferi, dei sedativi e degli analgesici, influenzando le nostre capacità di reazione.
- 10** Tener presente che i medicinali non sostituiscono una buona igiene di vita. Benessere e salute si mantengono grazie ad un'alimentazione equilibrata, ad una buona attività fisica ed intellettuale ed a riposo sufficiente.

I farmacisti SpazioSalute

Caduta dei capelli... Capelli deboli... Unghie fragili...



...possono comparire in caso di carenza di biotina.

Biotin-Mepha® forte aiuta ad eliminare questo stato di carenza.

La biotina ha un ruolo importante nell'ambito della formazione e della rigenerazione di unghie, dei capelli e della pelle. Normalmente, la biotina viene fornita all'organismo tramite l'alimentazione. In caso di alimentazione poco variata, durante una gravidanza o in periodi di riposo come pure praticando sport di competizione oppure anche in età avanzata possono comunque verificarsi delle carenze di biotina.



biotina

- diminuisce la caduta dei capelli
- migliora la qualità di capelli e unghie
- aumenta lo spessore di capelli e unghie

Biotin-Mepha® forte viene utilizzato per curare i disturbi della crescita di capelli e unghie dovuti ad una carenza di biotina

Questo è un medicamento. Leggere il foglietto illustrativo.
In vendita in farmacia.

mepha



Le farmacie SPAZIOSALUTE

5 Farmacia Boscolo SA

6780 Airolo
Centro Motta
Tel. 091 869 19 16

8 Farmacia Nord SA

6500 Bellinzona
Piazza Mesolcina 2
Tel. 091 825 17 36

9 Farmacia San Gottardo SA

6500 Bellinzona
Via San Gottardo 29
Tel. 091 825 36 46

10 Farmacia San Rocco SA

6500 Bellinzona
Piazza Simen 7
Tel. 091 825 33 43

11 Farmacia Varini

6600 Locarno
Piazza Grande 4
Tel. 091 751 29 71

3 Farmacia Bianda SA

6614 Brissago
Via Leoncavallo 7
Tel. 091 793 20 65

7 Farmacia Muraccio SA

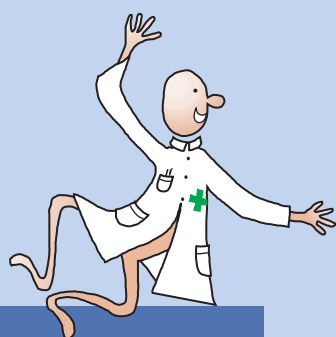
6612 Ascona
Via Muraccio 6
Tel. 091 780 55 65

1 Farmacia dell'Aeroporto SA

6982 Agno
Centro Agno
Tel. 091 605 65 64

2 Farmacia Serfontana SA

6836 Serfontana
Centro Serfontana
Tel. 091 683 05 05



6 Farmacia Dr. Zendralli SA

6535 Roveredo
Piazza del Sole
Tel. 091 827 15 52

Farmacia Centrale SA 17

6710 Biasca
Via Pini 18
Tel. 091 862 12 12

Farmacia Beretta-Piccoli 18

6952 Canobbio
Ipermercato Carrefour
Tel. 091 942 60 60

Farmacia Internazionale SA 12

6900 Lugano
Piazza della Riforma 10
Tel. 091 923 87 91

Farmacia Trevano 13

6900 Lugano
Via Trevano 31
Tel. 091 971 22 51

Farmacia Cassarate 14

6900 Lugano
Via delle Scuole 6
Tel. 091 971 34 44

Farmacia Centro Grancia SA 15

6916 Grancia
Parco commerciale Grancia
Tel. 091 994 72 43

Farmacia San Gottardo 16

6830 Chiasso
Corso San Gottardo 9
Tel. 091 682 86 77

4 Farmacia Sant'Antonio Bissone SA

6816 Bissone
Contrada Busi 3
Tel. 091 649 80 00



Le farmacie affiliate

Le nostre offerte natalizie

Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE
Set invernale
a fr. **29.90**
invece di **40.20**
valido fino al 31.01.2005

Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE
Vita-Merfen
set completo
Fr. 22.90
valido fino al 31.01.2005

Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE
SONICmax
BUONO di
Fr. 20.-
valido fino al 31.01.2005

Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE
VICHY
20%
di sconto
su tutta la linea
valido fino al 31.01.2005

Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE
Supradyn
20%
di sconto
valido fino al 31.01.2005

Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE
Accu-Chek
a fr. **29.-**
valido fino al 31.01.2005

Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE
Vicks
20%
di sconto
valido fino al 31.01.2005





Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE

Elégance

Fr. 129.-
invece di 179.-

valido fino al 31.01.2005



WS-Echo

Misuratore della pressione e delle pulsazioni automatico con bracciale per il polso. Memorizza 40 misurazioni e calcola il valore medio.

- ☺ = pressione sanguigna normale
- ☹ = ipertensione
- ⚡ = Indicazione per Aritmia

Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE

WS-Echo

Fr. 85.-
invece di 119.-

valido fino al 31.01.2005



Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE

Nebulizzatore

Fr. 159.-
invece di 198.-

valido fino al 31.01.2005



Elégance

Misuratore elettronico completamente automatico della pressione e delle pulsazioni con bracciale per il braccio. Memorizza 60 misurazioni e calcola il valore medio.



Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE

Avantgarde

Fr. 85.-
invece di 119.-

valido fino al 31.01.2005



Avantgarde

Misuratore elettronico semiautomatico della pressione e delle pulsazioni con pompa a mano e bracciale per il braccio.



Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE

Body Relax

Fr. 168.⁵⁰
invece di 218.⁵⁰

valido fino al 31.01.2005



Nebulizzatore

Nebulizzatore a ultrasuoni per la inalazione di medicinali e per la aroma terapia Incl. boccetta di olio della pianta del tè.

Body Relax
incl. Tappeto di piedi (senza acqua)

Terapia con la corrente stimolante, incl. 4 elettrodi e 6 programmi per massaggi computerizzati - per portare in caso di tensioni, dolori muscolari e disturbi circolazione. Il Tappeto di piedi è per il massaggio elettronico completo dei piedi e delle gambe.

Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE

Talking Termometro

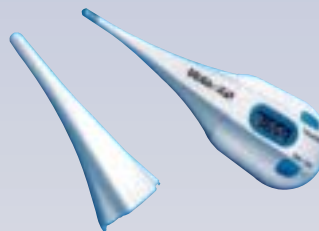
Fr. 14.⁹⁰
invece di 19.⁹⁰

valido fino al 31.01.2005



Talking Termometro

Al termine della misurazione, il termometro parlante segnala la temperatura sia visivamente sia anche acusticamente (in italiano). Un grande ausilio per le persone con capacità visiva limitata.



Interazioni, effetti collaterali e controindicazioni dei farmaci

Per evitare problemi derivanti da interazioni tra farmaci è importante informare il proprio medico curante ed il farmacista di tutti i medicinali che si stanno prendendo, anche in automedicazione e leggere il foglietto illustrativo!

Il mondo del medicamento è complesso ed affascinante, ma è da avvicinare con circospezione in quanto a fianco di risultati promettenti e sempre migliori nella cura e nella prevenzione delle malattie nasconde anche insidie che è bene tener presenti e sotto attento controllo.

Le interazioni

Quando 2 o più medicinali sono somministrati contemporaneamente possono interagire tra loro ed avere effetti modificati o dannosi per il paziente, con risultati diversi da quelli ottenuti prendendo il farmaco da solo.

Una problematica da tenere sempre in considerazione, da affrontare con attenzione e che si acuisce con i pazienti e gli anziani polimedicali, che devono assumere numerosi medicinali al giorno.

In alcuni casi l'interazione può essere positiva o addirittura voluta, ad esempio per aumentare l'efficacia del trattamento o modulare l'effetto di un altro farmaco. In altri casi invece risulta indesiderata e pericolosa non solo tra farmaci per i quali è richiesta una prescrizione medica, ma anche in combinazioni con medicinali che possiamo acquistare senza ricetta per la cura di disturbi banali.

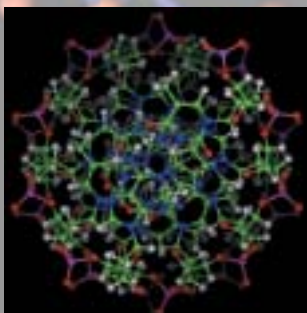
L'interazione si manifesta con la diminuzione o l'aumento dell'effetto o della durata d'azione, con il rischio di accumulo di sostanze nell'organismo ed il conseguente pericolo di effetti tossici, con una modifica del riassorbimento a livello intestinale ecc.. In questo ultimo caso si può portare come esempio l'assunzione di olio di paraffina, presente in alcuni preparati lassativi, che diminuisce il riassorbimento delle vitamine liposolubili, come la vitamina D responsabile dell'assimilazione del calcio. Gli analgesici, antinfiammatori invece in combinazione con anticoagulanti orali, sommando i loro effetti, aumentano i rischi di emorragie gastriche e così via.

Interazioni possono presentarsi anche se un farmaco viene assunto con determinati cibi ed in particolare con gli alcolici. A questo proposito tutti sappiamo che l'alcol potenzia l'effetto di sonniferi e sedativi, potendo determinare un livello pericoloso di sedazione.

Il riassorbimento delle tetracicline (una classe di antibiotici) è ostacolato invece dall'assunzione simultanea di latte o di preparati contro l'acidità di stomaco contenenti sali di calcio, alluminio e magnesio. Il succo di pompelmo disturba l'azione di alcuni farmaci contro il colesterolo ecc..

In conclusione, vi sono combinazioni di farmaci che sono perentoriamente da evitare poiché comportano la comparsa di reazioni gravi che possono essere anche mortali, ad esempio i nitrati con effetto vasodilatatore utilizzati per l'angina pectoris in associazione con la famosa pillola blu per l'impotenza.

In altri casi, se non vi sono alternative terapeutiche che non creano interazioni, in presenza di medicinali rapidamente eliminati dall'organismo si possono prendere accorgimenti come, ad esempio, assumere i medicinali in questione distanti uno dall'altro, adattare le posologie o sospendere la somministrazione per breve tempo di un farmaco per permettere la terapia momentanea e indispensabile con un altro.



Optrex®

Un balsamo per occhi stanchi, irritati e arrossati



› Bagno per gli occhi



› Collirio



› Impacchi per gli occhi



**L'Optrex, con acqua di amamelide
ha un effetto leggermente
decongestionante e calmante**



BOOTS HEALTHCARE
(SWITZERLAND) AG

Segnalare al medico e al farmacista l'apparizione di effetti inattesi e sgradevoli durante la terapia seguita, anche se si tratta di medicinali presi di propria iniziativa e rispettare le indicazioni ricevute.

Gli effetti collaterali

I farmaci, una volta somministrati si distribuiscono in tutto il corpo e agiscono così a differenti livelli. È infatti molto difficile attualmente trovare sostanze che agiscano a colpo sicuro in un solo punto dell'organismo. A fianco dell'azione auspicata possono quindi apparire effetti indesiderati.

Si tratta in generale di reazioni conosciute e prevedibili, riportate nei risultati degli studi clinici effettuati per poter mettere sul mercato il medicamento. Si potrebbero risentire, in modo manifesto ma con intensità variabile, a dipendenza del tipo di sostanza e della sensibilità del paziente, disturbi indesiderati, quali: vertigini, mal di testa, palpitazioni, nausea, diarrea, secchezza della mucosa della bocca, reazioni allergiche, fino ad arrivare a disturbi non percepiti, ad esempio, della funzione epatica o renale... solo per citarne alcuni.

La lista di effetti collaterali che caratterizza il foglietto illustrativo di ogni medicamento non dovrebbe comunque di principio essere fonte di apprensione e soprattutto causa di interruzione a priori di una terapia prescritta senza averne parlato con il proprio medico. Le ditte farmaceutiche produttrici infatti sono tenute a segnalare tutti gli effetti secondari, anche minimi, osservati durante gli studi clinici ma che non si manifesteranno necessariamente in tutti gli individui.

Gli effetti secondari inoltre, se appaiono, possono gradualmente diminuire e sparire in corso di trattamento. Nel caso dovessero persistere si potrà, ad esempio, aumentare l'intervallo tra una somministrazione e l'altra o ridurre le dosi del medicamento.

Il rischio di apparizione di effetti collaterali o anche tossici evidentemente aumenta se il farmaco è utilizzato male o a dosi troppo elevate.

Infine se a dosi usuali dovessero manifestarsi effetti secondari inusuali ed inaspettati o gravi per un paziente, il medico opererà per l'interruzione ed il cambio di terapia. Su più vasta scala si deciderà il ritiro dal commercio del prodotto incriminato, come successo ultimamente per il prodotto Vioxx.

Le controindicazioni

Vi sono situazioni particolari (malattie, disfunzioni, stati particolari...) per le quali è sconsigliato l'uso di un medicamento. Abbiamo così, ad esempio, farmaci che sono controindicati e quindi da non prendere se si ha il diabete, se si è affetti da insufficienza renale o epatica, se si ha la pressione alta, se si è in gravidanza ecc. Si parla di controindicazione assoluta se l'assunzione del farmaco è da evitare a tutti i costi per un paziente determinato, e di controindicazione relativa se il beneficio supera i rischi sotto stretto controllo medico, in caso di urgenza.

In questo campo le categorie di soggetti che richiedono particolare attenzione sono i neonati, i bambini, le donne in gravidanza e che allattano, gli anziani e i malati cronici.

Portare a conoscenza del medico e del farmacista malattie di cui si soffre o situazioni particolari in cui ci si trova. Se si fa ricorso a farmaci di automedicazione indicare anche a chi sono destinati!

Aldo Varini, farmacista



Naso otturato?



L'inalazione è un trattamento benefico contro le affezioni delle vie respiratorie.

NasoboL-N

- inumidisce le mucose
- favorisce l'espettorazione del muco in caso di tosse
- adatto per bambini sopra i 5 anni



CH-NAS 04.07.03

La preghiamo di chiedere consiglio al suo farmacista e di leggere il foglietto illustrativo. Distribuito in farmacia.

sanofi~synthelabo

Titolare dell'autorizzazione:
Sanofi SA a company of
Sanofi-Synthelabo group

BUONO per 1 inalatore
NasoboL-N
disponibile nella vostra
farmacia
Valido fino all'esaurimento
delle scorte

Le farmacie
SPAZIO **SALUTE**
vi augurano
BUONE FESTE



associazioni



145

Il servizio informazione Tox, in caso di urgenze, è gratuito.

Centro svizzero d'informazione tossicologica
Freiestrasse 16
Casella postale
8028 Zurigo

Segretariato
01 634 10 20
Fax 01 252 88 33
www.toxi.ch
info@toxi.ch
PC-80-26074-7

**Chiamate urgenti
giorno e notte**

**Per altre richieste,
comporre il
01 251 66 66**

**oppure su Internet:
www.toxi.ch. 145**

Cara lettrice, caro lettore

Le intossicazioni accidentali restano frequenti, malgrado una crescente presa di coscienza dei pericoli che ci circondano.

Il Tox registra, ogni anno, più di 15000 incidenti causati da medicinali, prodotti chimici, sia domestici che industriali, nonché veleni naturali. Tali incidenti spesso non producono gravi conseguenze, se trattati rapidamente ed in maniera appropriata. Tuttavia ogni anno in Svizzera si verificano sempre incidenti mortali da intossicazione.

Scopo

Il Centro svizzero d'informazione tossicologica è conosciuto sotto il nome di Tox. È una sede d'informazione per la Svizzera intera su tutte le questioni relative ai pericoli di avvelenamento. Innanzi tutto fornisce consigli nei casi di avvelenamento acuto. Personale specializzato in campo medico e tossicologico giudica, caso per caso, il rischio e suggerisce le misure appropriate come anche il tipo di terapia.

Il Tox fu fondato nel 1966 dalla Società Svizzera dei Farmacisti in collaborazione con l'Università di Zurigo.

Le esperienze acquisite sono sfruttate in maniera scientifica e sono di aiuto ai medici, alle autorità e alle industrie per migliorare la lotta contro i pericoli dell'intossicazione.

Il compito fondamentale del Tox è la consulenza telefonica a personale specializzato ed a comuni cittadini, nel caso di avvelenamento acuto e cronico. Gli specialisti medici e tossicologici necessari vengono formati al Tox.

Il pronto soccorso telefonico è accessibile – da tutta la Svizzera sulla base di 24 ore al giorno – per tutto l'anno ed è gratuito per l'utente al numero 145

Annualmente vengono accolte più di 32000 chiamate telefoniche (in media 90 al giorno). Stagioni di punta sono i mesi estivi. Le ore più critiche sono quelle della tarda mattinata e della prima serata.

Per i casi non urgenti è disponibile il numero telefonico 01 251 66 66 oppure l'indirizzo e-Mail: info@toxi.ch Tutte le chiamate per avvelenamenti vengono registrate elettronicamente nella banca dati del Tox. I casi trattati vengono continuamente valutati. Essi servono alle dottoresse, ai dottori, alle autorità ed ai produttori per migliorare la lotta e la profilassi agli avvelenamenti.

Infrastruttura

Pronto soccorso telefonico

In tutto il paese il Tox fornisce gratuitamente informazioni nei casi di avvelenamento, 24 ore su 24, 365 giorni all'anno.

Banche dati / documentazione

Il Tox possiede un'ampia banca dati su medicinali, droghe, pesticidi e prodotti casalinghi, prodotti chimici, tecnici ed industriali come pure tossine naturali. A ciò si aggiungono più di 100000 referti medici su decorsi da avvelenamento di persone. Il Tox ha accesso a numerose banche dati nazionali ed estere. Viene poi correntemente aggiornata una biblioteca di letteratura sulla scienza della tossicologia umana.

Sponsorizzazione

Gli organi sostenitori del Tox sono:

- la Società svizzera dei farmacisti
- la Società svizzera delle industrie chimiche
- I cantoni svizzeri, l'INSAI, l'Associazione svizzera d'assicurazioni, santésuisse, donatori privati (PC 80-26074-7)



associazioni

I pericoli

Tutte le sostanze, persino il sale di cucina, possono essere tossiche, se vengono assunte in quantità eccessiva.

I pericoli sono dovunque:

- Cucina Detersivi, decalcificanti, candeggina, ecc.
- Bagno Prodotti per gli scarichi, cosmetici, medicinali, prodotti di combustione di scaldacqua (ossido di carbonio), ecc.
- WC Disinfettanti, purificatori dell'aria, detersivi per bucato, ecc.
- Camera da letto Medicinali, cosmetici, ecc.
- Sala da pranzo Tabacco, prodotti alcolici, piante velenose, lampade a petrolio, ecc.
- Balcone/giardino Piante velenose, erbicidi, insetticidi, concimi, derattizzanti, infiammabili, ecc.
- Garage Benzina, antigelo, prodotti per la manutenzione delle vetture, ecc.
- Locali di lavoro Prodotti per il "fai-da-te", materiali per sviluppi fotografici, vernice, solventi, colle, ecc.

Questa lista è a titolo indicativo ma è lontano dall'essere completa.

Precauzioni

La prudenza non è mai troppa quando in casa ci sono bambini da 1 a 4 anni di età. A questa età, l'informazione e le raccomandazioni sono inefficienti; i bambini vanno attivamente protetti.

Alcune precauzioni serviranno a prevenire incidenti sia ai bambini che agli adulti, per esempio:

- Conservare tutti i prodotti chimici e medicinali negli imballaggi originali. Evitare soprattutto di travasare prodotti liquidi in bottiglie destinate a bevande
- Conservare prodotti chimici e medicinali in armadi separati e chiusi
- Leggere attentamente le modalità d'uso e le avvertenze.
- Una volta all'anno restituire le rimanenze di prodotti chimici e medicinali al fornitore. Non gettare mai prodotti chimici e medicinali nella spazzatura o negli scarichi

Primo intervento nel caso di:

Ingestione

Nei casi di ingestione, a condizione che l'intossicato sia sveglio:

- Somministrare acqua, té o sciroppi (1-2 dl nel caso di sostanze non schiumogene, un sorso nel caso di sostanze schiumogene).

Se si tratta di acidi o alcali, somministrare liquidi entro 30 min al massimo dopo l'ingestione tossica

- Unicamente su prescrizione telefonica: fornire del carbone attivo, delle sostanze anti-schioma o latte, stimolare il vomito

Inalazione (gas, vapori, fumo)

- Apporto immediato di aria fresca. Chi interviene deve proteggersi in locali chiusi (silos, fosse agricole, cantine, ecc.)
- Mantenere calmo il paziente

Contatto cutaneo

- Rimuovere rapidamente gli abiti contaminati
- Lavare con acqua corrente le parti del corpo colpite
- Se la pelle è intatta, procedere ad un lavaggio con acqua e sapone

Affezioni oculari

- Sciacquare immediatamente l'occhio colpito con acqua corrente per almeno 10 min, mantenendo le palpebre aperte

Nei casi di svenimento

- Adagiare la vittima su un lato con il volto verso in basso
- Chiamare sempre un medico
- Non dare da bere alcun liquido
- Non provocare il vomito

Nel caso di arresto cardiocircolatorio

- chiamare subito il 144
- Se necessario, liberare la bocca e la gola da corpi estranei (quali protesi dentarie, resti di compresse, vomito, ecc.)
- Slacciare indumenti ingombranti
- Contro l'arresto respiratorio praticare la respirazione artificiale, secondo il metodo più familiare (attenzione: nei casi di intossicazione cianidrica (odor di mandorla) la respirazione bocca-abocca è pericolosa per chi la pratica)
- Contro l'arresto cardiaco, far praticare il massaggio cardiaco a persone esperte o a professionisti

Suggerimenti importanti nei casi urgenti

Se si sospetta una intossicazione, chiamare il medico del Tox per un consulto.

Per un consulto individuale e un giudizio sulla gravità, ci vogliono i seguenti dati:

Chi

Età, peso e malattie precedenti

Che cosa

Esatta descrizione della sostanza in causa (per un prodotto domestico la classe di tossicità ed il numero UFSP)

Come

Ingoiato? Inalato? A contatto della pelle? Negli occhi?

Quanto

Dare una stima sulla quantità massima di sostanza contaminante

Quando

Fornire l'ora, il più precisa possibile, dell'incidente

Primi sintomi

Tosse, vomito, convulsioni, stato di ebbrezza, sonnolenza, ecc.

Primo intervento

Quali cure siano state eventualmente somministrate prima della consultazione telefonica.

Ciò può influenzare il seguito del trattamento.



A.Vogel

Questo tomahawk ha già sconfitto milioni di raffreddori.



È con esso infatti che Alfred Vogel, già nel 1950, ha raccolto le prime piante di echinacea presso i Sioux del Nordamerica. Durante il suo primo viaggio in quelle regioni, Alfred Vogel ha incontrato il capo indiano Black Elk, con il quale ha allacciato una stretta amicizia fondata sullo scambio di riflessioni circa la natura e l'effetto sulla salute di abitudini ed usi. Alla fine del suo soggiorno, Alfred Vogel ha ricevuto in regalo da Black Elk i semi dell'echinacea, che ha poi coltivato in Svizzera.

Ancora oggi le piante da cui si ricava A.Vogel Echinaforce® sono coltivate biologicamente al 100%, elaborate fresche entro 24 ore dal raccolto. Solo così si preservano i preziosi principi attivi efficaci nel combattere i raffreddori in modo naturale e nel rinforzare le vostre difese immunitarie. Altrettanto efficace per la vostra salute: i pregiati prodotti di regime naturali e le pubblicazioni A.Vogel.

**Pioniere della Medicina Naturale
dal 1923**

A. Vogel



Anche in sciroppo,
senza zucchero
né alcool!
Per bambini a
partire dai 2 anni.

**In piena forma verso l'inverno
con la linea A.Vogel contro i raffreddori.**

spazio verde

Rimedi naturali

Maniluvi e pediluvi

Versare in 3 litri d'acqua fredda

Rosmarino	100 grammi
Salice	100 grammi
Maggiorana	100 grammi
Frassino	100 grammi

Far bollire per 10 minuti
Lasciare macerare per 4-5 ore
Filtrare

Utilizzare questa macerazione per 1 settimana
nel modo seguente:
riscaldare mattina e sera il preparato e procedere

al mattino a 10 minuti di pediluvio
alla sera a 10 min di maniluvio

Sangue da naso

se l'emorragia dal naso e' dovuta a un colpo sul naso stesso o ad un altro trauma utilizzare

Arnica

Se l'emorragia comincia senza una causa evidente il rimedio è **Phosphorus** o in alternativa **Lachesis**

Mastite e problemi di lattazione

La mammella si arrossa. È calda e dolorante. Dall'areola del capezzolo possono partire delle striature rossastre, il rimedio è **Belladonna**

Per il seno duro ,pesante, dolorante,talvolta con la comparsa anche di mal di testa, il rimedio è **Bryonia**

Il seno diventa molto duro, gonfio e granuloso. La pelle è tesa, i capezzoli sono spaccati e sanguinano, l'allattamento diventa molto doloroso usare **Phytolacca**

L'allattamento diventa difficile per la mancanza di latte, il rimedio è **Calcarea Carbonica**, se invece vi sentite deboli psicologicamente fragili e prive di appoggi prendete **Pulsatilla**.

(Per tutte le donne se notate un gonfiore o un nodulo al seno, fatevi controllare immediatamente da un medico)



Medicamenti & internet

Farmacisti SpazioSalute

Le informazioni sui medicinali in internet, i consulti in linea e la grande offerta per la vendita di medicinali nascondono rischi. Il problema principale consiste nel flusso di informazioni e nell'abbondanza di offerte insidiose. Internet può essere utile, ma non sostituisce un consulto con uno specialista medico. Discutete le informazioni che avete trovato su internet con il vostro medico, farmacista o droghiere.

Ordinare medicinali via siti stranieri implica che molti dei preparati offerti sono di qualità scadente, mal identificati o contraffatti. L'acquisto via internet rappresenta quindi un rischio per la salute.

Questo vale soprattutto per medicinali di cui spesso si abusa come prodotti dopanti o sedativi.

I seguenti consigli sono stati redatti da un gruppo di lavoro del Consiglio d'Europa e da Swissmedic. Sono presi in considerazione gli aspetti specifici alla Svizzera.

Prendetevi un paio di minuti per leggerli.

Evitate questi rischi per la salute quando navigate su internet!

- **Informazioni ingannevoli sui medicinali**

Attenzione!

informazioni molto spesso parziali o false.

- **Pratiche illegali**

Attenzione!

Diagnosi su internet, consulti ingannevoli o sbagliati, medicinali inadatti e dannosi per il vostro caso, trattamento sbagliato, rischio finanziario (spesso sono più cari rispetto al commercio specializzato, sono senza rimborso, se difettosi non sono restituibili, se dannosi non sono risarcibili, rischio di sequestro alla dogana).

- **Offerta illegale di medicinali e siti stranieri**

Attenzione!

Spesso qualità, efficacia e sicurezza scarse (medicamenti contraffatti, vietati, rubati, non autorizzati oppure indicati in dosi eccessive o insufficienti).

Se avete bisogno di informazioni

I professionisti della salute possono assistervi meglio nella scelta e procurarvi fonti di informazioni corrispondenti alle vostre necessità.

Il miglior modo di trarre vantaggio da internet e riconoscere l'offerta rischiosa consiste nell'esaminare in maniera critica le informazioni mediche offerte.

I seguenti punti possono esservi di aiuto per questo scopo.

Fonti di informazioni per tematiche di carattere Medico

- Medici e farmacisti autorizzati
– *fonti attendibili*
- Autorità sanitarie
– *fonte di facile accessibilità*
- Strutture sanitarie ufficiali
– *fonte di facile accessibilità, informazioni prevalentemente attendibili*

Vita-Merfen®



Valore effettivo
Fr. 39.-



Una pelle secca
può causare ragadi
e screpolature



- Favorisce la cicatrizzazione
- Previene il rischio d'infezione



Veillez lire la notice d'emballage.

NOVARTIS
Novartis Corporation
Novartis AG, 3001 Basel, Suisse

Attenzione!
in qualità di privati non potete importare medicinali contenenti stupefacenti o sostanze psicotrope.

Chiunque acquisti all'estero via internet altri medicinali per uso proprio, non infrange la legge, ma va incontro a alti rischi per la salute.

- Biblioteche mediche, fonti accademiche
– informazioni attendibili, ma per lo più in linguaggio tecnico
- Organizzazioni professionali mediche
– informazioni attendibili, ma per lo più in linguaggio tecnico
- Associazioni dei consumatori e dei pazienti
– linguaggio di facile comprensione per i consumatori, informazioni per lo più attendibili
- Organizzazioni a scopo non lucrativo
– informazioni di facile accessibilità, se ben conosciute, per lo più attendibili
- Aziende
– normalmente solo informazioni sui propri prodotti
- Tutte le altre fonti, singole persone, siti web stranieri sconosciuti
– per lo più informazioni inattendibili o false

Medicamenti & internet

Lista di controllo delle informazioni sui medicinali

Cosa dovrebbe essere indicato su un sito web

1 Chi ha scritto il sito?

- È indicata una qualifica professionale credibile e un nome dell'autore/trice o dell'organizzazione?
- È indicato un indirizzo di contatto (completo)?

2 Sono fornite informazioni attendibili, complete e attuali?

- Le informazioni equilibrate contengono indicazioni sia sui benefici che sui rischi?
- I dati sono stati rielaborati o aggiornati recentemente?
- Le fonti originali indicate sono attendibili?
- Sono indicati links verso siti non attendibili?
- Verificate le informazioni con altre fonti e discutetele con il vostro medico o farmacista.

3 Le informazioni corrispondono alle vostre necessità?

- Scoprite a chi si rivolgono le informazioni (professionisti della salute, aziende, pubblico/interessati)
- Le vostre domande hanno ottenuto una risposta?

Utilizzate questa lista per controllare i vostri siti medici preferiti.

Verificate come corrispondono.

Valutare l'attendibilità delle informazioni mediche può richiedere molto tempo, ma è facile essere particolarmente attenti:

- Fate le domande giuste.
- Fidatevi del vostro buon senso.
- Non rivelate mai i vostri dati personali tranne se assolutamente sicuri che il sito rispetti le disposizioni sulla privacy e sulla protezione dei dati.
- Discutete le informazioni trovate su internet con il vostro medico o farmacista.

Cosa dovrebbe insospettirvi

- Sono garantiti risultati rapidi o sensazionali.
- Guarigioni miracolose o formule segrete.
- L'affermazione che non esistono rischi o mancano informazioni sugli effetti collaterali.
- Rapporti di esperienza di professionisti o interessati.
- L'affermazione che il medicamento è adatto per una grande varietà di malattie o per chiunque.
- Siti con indirizzo incompleto, solo indirizzo email.
- Comportamento di vendita aggressivo, ad esempio non riuscite a uscire dal sito.

I farmacisti spazio salute





Pelli sensibili, secche e molto secche

COLD CREAM all'Acqua termale Avène

La protezione ideale

Il vero talento consiste nel durare ...

Quale segnale più forte, quale miglior prova di qualità di un prodotto che dura per secoli? È proprio questa la storia della COLD CREAM. Nel II secolo d. C., Galeno* ha creato la formula del ceratum refrigerans mescolando Olio di mandorle dolci, Cera d'api e Acqua di rose ... Intuizione geniale? Acuto senso d'osservazione? Non lo sapremo mai. Eppure questa meravigliosa "crema rinfrescante" ha dato subito prova delle sue formidabili qualità protettive, nutritive e lenitive. In seguito è stata chiamata COLD CREAM, per la piacevole sensazione di freschezza che procura.

* Claudio Galeno (Klaudios Galenos) nacque a Pergamo, in Asia Minore, verso l'anno 131 d. C. Medico personale dell'imperatore Marco Aurelio, rimane, insieme a Ippocrate, uno dei padri fondatori della medicina.

E oggi?

Grazie alle tecniche di cromatografia e spettrografia, conosciamo la ricchezza prodigiosa dei componenti della Cold Cream. La cera d'api, ad esempio, riunisce più di 300 componenti, rappresentati per il 70% da esteri e per il 15% da acidi liberi... E soprattutto, siamo in grado di controllare perfettamente la sua formulazione all'Acqua termale Avène, nota per migliorare efficacemente le difese della pelle, ridurre la reattività e ripristinare l'equilibrio naturale. Lenitiva e addolcente, l'Acqua termale Avène è diventata così la migliore alleata della Cold Cream, in tutte le sue forme...

Una gamma di cure dolci e protettive per tutte le pelli sensibili secche e molto secche

Per la cura del viso e del corpo ...

COLD CREAM all'Acqua termale Avène
Trattamento alla Cold Cream per pelli sensibili, secche e molto secche, ottimizzato da Avène. La sua composizione, a base di cera bianca d'api e olio di paraffina, ricca di Acqua termale Avène con proprietà lenitive e addolcenti, le conferisce le virtù della formula tradizionale: protettive, nutritive e lenitive. Per viso e corpo.

COLD CREAM Emulsione per il corpo

Questa emulsione olio in acqua conserva le proprietà protettive, nutritive e lenitive della Cold Cream, in una formula fluida più adatta per il corpo. La confezione grande, col pratico dosatore, è per tutta la famiglia.

A cominciare dall'igiene ...

COLD CREAM Gel Detergente Surgras
Ideale per detergere con dolcezza sotto la doccia o nella vasca. Senza sapone, senza profumo, è ricco di Cold Cream e lascia sulla pelle un leggero film protettivo.

Pane Surgras alla COLD CREAM

Senza sapone, delicatamente profumato e dalla consistenza morbida, deterge con dolcezza. Può essere utilizzato da adulti, bambini e neonati.

Per la cura specifica delle labbra e delle mani ...

Stick Labbra alla COLD CREAM

Crema Mani alla COLD CREAM

Due trattamenti specifici che associano le proprietà protettive, nutritive e lenitive della Cold Cream all'Acqua termale Avène e al Sulfato di Azoto, che favorisce la riparazione delle pelli screpolate.

La Stazione termale d'Avène è dedicata alla Dermatologia: le virtù della sua acqua per la pelle sono riconosciute sin dal 1743. Fornisce le cure più moderne sotto stretto controllo medico.



Stazione termale d'Avène

Per ulteriori informazioni, contattare:

Pierre Fabre (Suisse) SA - Route Sous-Riette 21 - Case Postale - 1023 Crissier 1
info@avene.ch



A.Vogel

Per non farsi sgretolare dalla sinusite.

In questo mortaio Alfred Vogel ha pestato la prima miscela di piante acquatiche fresche contenuta nei preparati per i seni nasali A. Vogel che liberano i seni frontali e mascellari, in modo naturale ed efficace, da infiammazioni, raffreddori con ostruzione nasale e dolori da pressione. I preparati A. Vogel per i seni nasali promuovono la funzione depurativa della mucosa nasale, liberano il naso ostruito e vi permettono così di respirare liberamente. Date un'occhiata al nostro opuscolo informativo oppure rivolgetevi al farmacista o al droghiere.

Pioniere della Medicina Naturale dal 1923

A. Vogel



**A.Vogel preparato per i seni nasali:
Via libera al respiro.**

Alzarsi dal letto richiede uno sforzo atletico



Il Perskindol Dolo rosso in caso di reumatismi e artrite. Combatte il dolore, inibisce l'infiammazione e attiva il processo di guarigione.

In vendita in farmacia e drogheria. Leggere il foglietto illustrativo. Pharma-Singer SA.

I vostri dolori vi seguono al passo?



Combatte i dolori di schiena e articolari.

Assorbito dall'organismo in 30 minuti ed eliminato in 24 ore.

Senza ricetta in farmacia e drogheria. Leggere il foglietto illustrativo. Pharma-Singer AG.

Amici per la vita.

Novità!
Ora ancora più
confortevole.

Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE

Accu-Chek

a fr. **29.-**

valido fino al 31.01.2005



ACCU-CHEK® Sensor

Accu-Chek Sensor trasmette sicurezza.
Per una gioia di vivere veramente completa.

Piccolo, ma grande! Accu-Chek Sensor è il più piccolo strumento di misurazione della glicemia Roche e nonostante ciò straordinariamente pratico. Le grandi strisce reattive con forma ergonomica possono essere toccate in qualsiasi punto e guidano con precisione il dito per il prelievo del sangue. Con Accu-Chek Sensor avete in pugno la pratica quotidiana dell'autocontrollo glicemico.

Domande? Chiamateci alla Hotline Diabete 0800 803 303 (numero verde) o visitate il nostro sito Internet: www.roche-diagnostics.ch.



Roche Diagnostics (Schweiz) AG
6343 Rotkreuz
www.roche-diagnostics.ch

ACCU-CHEK®

Vivi la vita. Come vuoi.



Aiuta contro
le contusioni.

Voltaren Dolo
Emulgel Dispenser

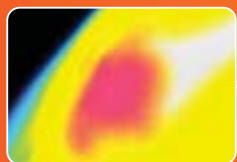
NUOVO
di Voltaren Dolo:
Emulgel nel dispenser



Voltaren Dolo[®] Emulgel Dispenser

L'esperto contro il dolore da traumi sportivi.
Nuovo nel pratico dispenser.

La sostanza attiva diclofenac



attenua i dolori



riduce l'infiammazione



favorisce la guarigione

Leggete p. f. il foglietto illustrativo.

Farmacista alle Hawaii

Il triathlon è uno sport relativamente giovane, nacque infatti nel 1977 da una scommessa tra un gruppo di amici su di una spiaggia di Honolulu, alle Hawaii.

Il suddetto gruppetto discuteva a proposito della gara più dura dal punto di vista della resistenza: se fosse la Waikiki rough water swim di 3,8 km a nuoto, se fosse la 112 mile (180 km) bike race around Oahu, o the Honolulu Marathon di corsa di km 42,195.

Il comandante della marina John Collins suggerì di combinare le tre prove in un'unica gara. Nell'ilarità generale nacque il triathlon, e la gara che ha fatto la leggenda di questo sport, l'Ironman delle Hawaii.

Da quel primo triathlon le cose sono cambiate molto; infatti il contesto culturale nel quale vive e pratica lo sport l'uomo moderno è sempre più proiettato verso la conoscenza e la pratica di più cose, di più specialità, uno spiccato gusto e capacità di approfondimento assolutamente eclettici.

È uno sport di resistenza che racchiude in sé il meglio di tre sport: la fluidità del nuoto, la velocità del ciclismo, la resistenza della corsa. Riuniti tutti in un'unica performance altamente spettacolare.

Il triathlon è composto da tre discipline di tipo aerobico, definite di fondo, che presuppongono un diverso impegno dal punto di vista dei gruppi muscolari interessati in ogni disciplina. Il triatleta è un fondista, un atleta dedito allo sport di resistenza, con uno sviluppo muscolare completo ed armonico, che ne fa uno sportivo completo sotto tutti i punti di vista. Il suo fascino è legato agli ambienti in cui si svolge e al fatto che l'atleta li vive in sequenza unica, con unica mentalità e con un'unico sforzo.

Questi ambienti sono: l'acqua per il nuoto, la terra per la corsa e l'aria per il ciclismo. Una lenta ma costante evoluzione che ha permesso infine che si approdasse all'inserimento del triathlon nei programmi olimpici.

Nell'ultimo ventennio sono aumentato il numero dei praticanti, il numero di squadre, il numero di gare e di Paesi che lo promuovono, così come si sono diversificate le distanze ren-

dendo questo sport accessibile a tutti - ossia, uno sport per tutti, di assoluto valore "salutistico" e propedeutico, oltre che altamente spettacolare ed aggregante.

Le farmacie Spazio salute hanno anche loro l'"iron man", l'uomo di ferro!!

Si tratta di Andrea Zamboni, che sotto il camice ha un cuore da grande sportivo.

Per chi lo conosce poco, questa immagine del titolare della farmacia Muraccio ad Ascona, è una sorpresa. Per chi invece sa tutto, diventa normale vederlo in sella, in acqua o correre a piedi. Lo sport fa parte da sempre della sua quotidianità.

Lo interpreta con tanta passione. Sempre protagonista, seguendo la sua filosofia: massimo impegno, rispetto delle regole e dell'etica. Voglia di far bene e di raggiungere dei risultati, ma entro certi limiti, riuscendo a conciliare (seppur con tanti sacrifici) professione e sport, senza dimenticare altri interessi.

A metà ottobre è arrivato l'exploit! 20° all'Ironman delle Hawaii, il mondiale di questa specialità.

La prova più dura dell'intero panorama: 3,8 km di nuoto nell'Oceano, 180 km in bicicletta e per finire una maratona, vale a dire chilometri 42,195 a passo di corsa! Andrea ha chiuso la sua immensa fatica in 9 ore 24 minuti e 51 secondi, primo della sua categoria e secondo dei dilettanti in mezzo ai professionisti più famosi del circuito mondiale.

Un risultato incredibile, di grandissimo spessore a conferma dell'ecletticità di Zamboni. Sportivo di razza.

I farmacisti SpazioSalute



Ricerca e farmaci per la vostra salute

La vostra salute: ci sta a cuore

Il bene dei pazienti è il nostro obiettivo

Le industrie svizzere di ricerca farmaceutica

Grazie ai nuovi farmaci numerosi pazienti hanno oggi la possibilità di guarire o di alleviare la propria malattia. L'aumento della speranza di vita e il miglioramento della qualità di vita sono il risultato degli sforzi profusi nell'ambito della ricerca farmaceutica. Soltanto in Svizzera 6000 ricercatrici e ricercatori si dedicano allo sviluppo di nuovi farmaci migliori e più sicuri. Il successo della ricerca ha tuttavia il suo prezzo, ovvero l'aumento dei costi dei farmaci.

La dibattito in materia di politica della salute in Svizzera si concentra sui prezzi e i costi dei farmaci, in quanto rispetto ai costi della salute complessivi la quota dei farmaci viene di regola sopravvalutata. Essa ammonta, infatti, soltanto all'11 per cento, mentre quasi la metà dei costi della salute è legata all'ospedalizzazione. In altre parole, nell'ambito della sanità su dieci franchi soltanto un franco viene speso per l'acquisto di farmaci.

Dai sondaggi risulta costantemente che la popolazione svizzera vuole usufruire di una sanità qualitativamente elevata. Nuovi metodi di cura e farmaci devono essere immediatamente accessibili.

Generalmente i nuovi farmaci migliorano le possibilità di sopravvivenza e accelerano la guarigione. Frenano inoltre i costi, in quanto grazie ad essi l'ospedalizzazione è più breve e non è necessario andare spesso dal medico. Nel caso del diabete, ad esempio, i farmaci possono essere impiegati tempestivamente e in modo adeguato, evitando così costosi ricoveri ospedalieri. Anche l'economia nazionale trae beneficio dai pazienti che possono essere rapidamente reintegrati nel processo lavorativo.

Il nuovo opuscolo delle industrie svizzere di ricerca farmaceutica è inteso a presentare brevemente i progressi realizzati nella ricerca farmaceutica. In base agli esempi quali il carcinoma mammario, la schizofrenia, l'Aids e altre

malattie, i pazienti attestano i vantaggi della ricerca farmaceutica. Nonostante i successi conseguiti, resta tuttavia ancora molto da fare. Numerose malattie non possono ancora essere guarite e per alcune la ricerca sta ancora identificandone le cause. La biotecnologia e la tecnologia genetica offrono nuove opportunità e infondono speranza.

I pazienti devono beneficiare dei progressi medici anche in futuro. Ciò è possibile soltanto se la libertà di terapia resta garantita anche in avvenire. Tutti i pazienti hanno diritto – indipendentemente dai propri mezzi finanziari – di ricevere il farmaco più efficace con il minor numero di effetti collaterali. Invece di discutere sui costi dei farmaci, in futuro occorre viepiù porre l'accento sul beneficio e l'efficienza, sulla qualità e la sicurezza.

L'opuscolo summenzionato (in lingua francese e tedesca) può essere ordinato gratuitamente presso:
INTERPHARMA
Petersgraben 35, Casella postale
CH 4003 Basilea

Per ulteriori informazioni consultare il seguente sito Internet:
www.interpharma.ch
www.pharma-forschung.ch

Ci impegniamo affinché numerosi pazienti possano beneficiare di una maggiore qualità di vita.



REGALATE VICHY



OFFERTA NATALIZIA
SPAZIOSALUTE



Set invernale proposto dalle farmacie SpazioSalute



Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE

**Set
invernale**
a fr. **29.90**
invece di **40.20**

valido fino al 31.01.2005

