

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



Dicembre 2005



La rivista offerta dalla vostra farmacia SpazioSalute

# Pronto intervento!



**Hextril®**  
Senza antibiotico

## Il rimedio che spegne rapidamente il mal di gola.



Questo è un medicamento. Leggere il foglio illustrativo.



Pfizer AG, Zurigo



## Editoriale

Cara lettrice, caro lettore

un batuffolo di peli con due grandi occhi tondi, che fanno tenerezza... Come resistere alla tentazione, in particolare dietro insistenza dei nostri bambini, di portarci a casa un bel cucciolo?

In questa situazione dobbiamo essere consapevoli che un animale non è un peluche o un giocattolo, di cui ci si sbarazza quando non ci diverte più o diventa ingombrante.

Prendendo un animale in casa assumiamo l'impegno e la responsabilità di allevarlo, curarlo e trattarlo bene, in funzione delle sue esigenze. Lo spazio vitale, l'alimentazione e le cure degli animali domestici e di compagnia infatti devono essere adattate ad ogni specie.

Così dovremo prenderci cura della pulizia delle loro gabbie, vasche, mangiatoie, cucce... per evitare lo sviluppo di microbi e parassiti, assicurare loro un'alimentazione equilibrata e le dovute attenzioni. Rispettando alcune regole fondamentali si evita l'insorgere di numerose malattie.

Spesso negli animali è difficile riconoscere e localizzare i sintomi di una malattia. Ricordiamoci allora di osservare ed annotare tutti i sintomi ed il comportamento dell'animale, per facilitarne la valutazione dello stato di salute.

*I farmacisti SPAZIOSALUTE*

e-mail: [spaziosalute@ticino.com](mailto:spaziosalute@ticino.com)

**Parassiti dei cani e dei gatti** 5  
veterinaria



**Io che ho paura dei cani** 10  
salute



**Il caneguida** 12  
salute



**Le tartarughe terrestri europee** 16  
veterinaria



**Farmacie SPAZIO** **SALUTE** 20



**Le nostre strenne natalizie** 22  
spazio agenda



**L'influenza aviaria** 27  
salute



**Cani da catastrofe** 28  
associazioni



**Omeopatia per animali** 31  
spazio verde



**Densimetria** 33  
salute



**L'alimentazione del cane e del gatto** 37  
veterinaria



**Toxoplasmosi** 39  
salute



**Agility** 41  
salute & sport



Dicembre 2005

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







**A.Vogel**

# Per non farsi sgretolare dalla sinusite.

I preparati A.Vogel per i seni nasali agiscono in modo naturale ed efficace contro:

- sinusite
- catarro dei seni nasali
- raffreddore con ostruzione nasale
- raffreddore con muco viscoso
- problemi ai seni frontali e mascellari

I preparati A.Vogel per i seni nasali promuovono inoltre la funzione depurativa della mucosa nasale, liberano il naso ostruito e permettono così di respirare liberamente.

**Pioniere della Medicina Naturale  
dal 1923**

*A. Vogel*



Via libera al respiro.

## Principali dermatopatie parassitarie del cane e del gatto

In questo breve articolo riguardante le problematiche arrecate dagli ectoparassiti ai nostri amici a quattro zampe cercheremo di conoscere in maniera molto semplice come vivono, cosa causano e cosa possono veicolare questi parassiti del tegumento. Tra i vari agenti responsabili della problematica in questione prenderemo in considerazione pidocchi, pulci, zecche, acari della rogna e micosi.

### La zecca

Questo è un ectoparassita cosmopolita dalla forma ovoidale e appiattita lungo alcuni millimetri. La femmina, dopo essersi nutrita per alcuni giorni di sangue del suo ospite, cade sul terreno dove deponde ammassi di uova (migliaia) dentro le crepe dei muri e sotto le pietre. Da queste uova schiuderanno le larve che una volta arrampicatesi sui fili d'erba attenderanno l'ospite adatto sul quale salire per nutrirsi. Caratteristica delle zecche è la grande resistenza al digiuno, motivo questo per cui la disinfestazione di un ambiente risul-

ta particolarmente difficile. Le zecche, specialmente quanto sono presenti su di un ospite in gran numero, causano notevoli disturbi dovuti sia alla loro ematofagia (una femmina adulta può sottrarre fino a 2 ml di sangue al giorno) sia alle lesioni cutanee. Oltre a questi danni diretti le zecche possono trasmettere pericolose malattie batteriche, virali, protozoarie e rickettsiali non solo agli animali ma anche all'uomo.

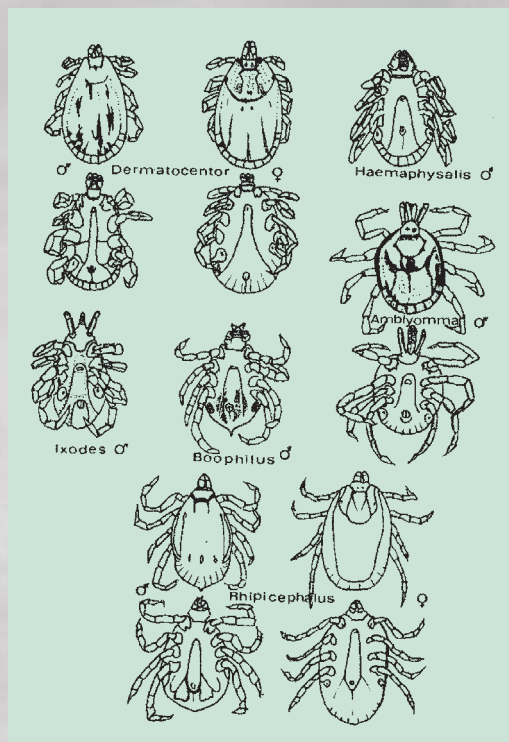
### Acari della rogna

Sono dei piccoli parassiti della cute che vivono all'interno di gallerie scavate nello spessore dell'epidermide o nei bulbi piliferi. Si nutrono di linfa e detriti cutanei. Possono infestare mammiferi, uccelli e anche l'uomo (scabbia). L'infestazione si trasmette per contatto diretto e a livello cutaneo causano ispessimento, rugosità, ipercheratosi con perdita di pelo. Se queste lesioni vengono complicate da infezioni batteriche l'animale può emettere un odore ripugnante. Le aree del corpo maggiormente colpite sono quelle a pelo corto, condotto uditivo esterno compreso. Questa patologia nei casi più gravi può portare a morte l'animale. La volpe è uno dei principali serbatoi biologici del problema.

### Pidocchio

La pediculosi o fitiriasi è un'infestazione cutanea causata dal pidocchio. Questo ectoparassita svolge l'intero ciclo vitale sulla cute del suo ospite dove si nutre di scaglie cutanee, frammenti di peli, sangue ed essudati. Dalle uova deposte alla base dei peli schiudono delle larve che raggiungono la maturità sessuale in 15 giorni. Le condizioni migliori di sviluppo sono fornite dal pelo folto ed è per questa ragione che la pediculosi si osserva con maggior frequenza nei mesi invernali che in quelli estivi. La trasmissione avviene per contatto tra gli ospiti. Il pidocchio, a causa dei movimenti sulla cute e delle punture inferte, scatena nell'ospite una sintomatologia di vivo prurito con pelo ruvido, secco, intrecciato fino alla caduta di quest'ultimo.

Dott. Luca Visconti  
Medico Veterinario  
libero professionista  
Gemonio (VA)  
0039-0332 602489



Principali tipi di zecche





# DOL●CYL<sup>®</sup> 200

## DOL●CYL<sup>®</sup> **forte** 400

Per la donna. Contro i dolori.

DOL●CYL<sup>®</sup> 200 / DOL●CYL<sup>®</sup> **forte** 400 offre alle donne la possibilità di alleviare i dolori causati dalle mestruazioni.

Durante le mestruazioni nell'utero si formano le prostaglandine. Un aumento della produzione di queste sostanze che agiscono come messaggeri può provocare crampi, una diminuzione dell'irrorazione sanguigna e di conseguenza mestruazioni dolorose (dismenorrea).

DOL●CYL<sup>®</sup> 200 / DOL●CYL<sup>®</sup> **forte** 400 riesce ad alleviare questi dolori.

Il principio attivo contenuto nel DOL●CYL<sup>®</sup> / DOL●CYL<sup>®</sup> **forte** 400 inibisce la formazione delle prostaglandine e agisce contro la dismenorrea in modo che durante le mestruazioni non si debbano sopportare anche dolori eccessivi.

DOL●CYL<sup>®</sup> è disponibile nelle confezioni DOL●CYL<sup>®</sup> 200 mg (pillole rosa) e DOL●CYL<sup>®</sup> **forte** 400 mg (pillole bianche). Per la donna. Contro i dolori.



Leggere attentamente il foglietto illustrativo.

Novartis Consumer Health Suisse SA



## Pulce

Un altro agente responsabile di dermatopatie è la pulce. Questa è un piccolo insetto privo di ali di colore bruno scuro con corpo appiattito, duro, segmentato che si nutre di sangue. Dalle uova deposte sull'animale una volta cadute a terra schiudono delle piccole larve vermiformi che vanno ad annidarsi nelle fessure del pavimento, lungo i bordi delle pareti e sotto i tappeti dove si avvolgono in un bozzolo. Dopo qualche giorno dal bozzolo escono gli insetti adulti. Per la capacità delle pulci di sopravvivere diversi mesi senza alimentarsi, le case e i ricoveri, dopo l'allontanamento degli animali, se non sono trattati con insetticidi, rimangono infestati per parecchio tempo. Le pulci a causa dei continui morsi e la secrezione salivare di prodotti tossici e allergizzanti irritano l'ospite e provocano intenso prurito. Gli animali per alleviare il fastidio si mordono, si grattano fino a procurarsi dermatiti acute e croniche a carico delle zone sottoauricolari, interscapolari, della groppa, delle cosce e dell'addome. Oltre a questi danni diretti per l'animale, le pulci possono essere veicolo di trasmissione di importanti patologie quali alcune forme di tenia. Anche l'uomo può essere attaccato dalla pulce del cane e del gatto ma non essendo ospite specifico il fenomeno normalmente ha breve durata.

## Micosi

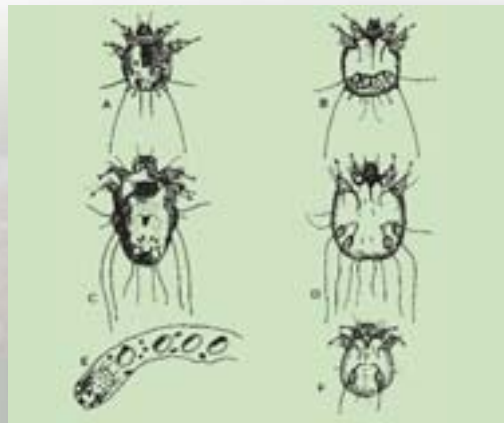
Le micosi sono causate da varie forme fungine (*Tricophyton* e *Microsporum* in particolare) che invadono la cute, i peli, i follicoli piliferi e che hanno la proprietà di digerire la cheratina. Sono colpiti con maggior frequenza i cani ed i gatti giovani e quelli a pelo raso ed a mantello scuro. Le lesioni, che hanno la caratteristica di espandersi a macchia d'olio e non sono pruriginose se non complicate, sono rappresentate da aree alopeciche o con pelo smozzicato. Le zone più colpite sono muso, dorso e fianchi. Le micosi degli animali (tigna in particolare) sono contagiose anche per l'uomo per questo è consigliabile lavarsi bene le mani dopo il contatto con soggetti ammalati. Questa semplice descrizione delle principali



Principali pidocchi del cane



Pulce



Acaro della rogna

ectoparassitosi di cane e gatto spero vi sia di aiuto per individuare ed affrontare il problema tenendo presente che il consiglio professionale del vostro veterinario o farmacista può essere determinante.

*Dr. med. vet.  
Luca Visconti*

Raffreddore, mal di gola, tosse, influenza e raffreddamenti?

# Miss Snow presenta la collezione invernale '05/06

Nella Sua farmacia



 NOVARTIS

Novartis Consumer Health Schweiz AG

Leggete p.f. i foglietti illustrativi.



# Tosse

**NeoCitran® Antitussivo ed Espettorante - allevia i sintomi.**



**NeoCitran® Antitussivo:** lo sciroppo al gusto di vaniglia calma la tosse irritativa, che permette così di dormire di notte. Adatto per bambini a partire dai 3 anni.

**NeoCitran® Espettorante:** fluidifica il muco persistente nelle vie respiratorie, ed è sufficiente una compressa al giorno. La compressa effervescente al gusto di frutto della passione va sciolta in un bicchiere di acqua calda o fredda. Adatta a partire dai 14 anni.

L'antitussivo e l'espettorante non devono essere utilizzati contemporaneamente.

# Raffreddore e tosse

**Pulmex® facilita la respirazione in caso di raffreddore e tosse.**



**Gli olii eterei contenuti nel Pulmex® facilitano la respirazione e favoriscono l'espettorazione del muco.**

**Pulmex®**

- ha un effetto rilassante e calmante.
- è ben tollerato.
- ha un profumo delicato e gradevole.
- si assorbe facilmente senza lasciare tracce di unto sulla pelle o sulla biancheria.
- è adatto a tutta la famiglia (Pulmex® Baby per la prima infanzia a partire dall'età di 6 mesi).

# Raffreddore

**Otrivin® agisce rapidamente contro il raffreddore.**



**Otrivin® decongestiona il naso in pochi minuti e permette di respirare liberamente.**

**Otrivin®**

- agisce già dopo 15 minuti.
- è efficace fino a 10 ore.
- è ben tollerato grazie al sorbitolo che attenua la secchezza della mucosa nasale.

# Raffreddore

**Rhinomer® pulisce e libera il naso chiuso.**



**Rhinomer® libera le narici da batteri, virus e muco ed è il complemento ideale a Otrivin®.**

**Rhinomer®**

- è l'unica acqua di mare non diluita disponibile in 3 intensità di getto (Force).
- Force 1 inumidisce e cura la mucosa nasale asciutta e irritata.
- Force 2/Force 3 lava le narici fino nella parte superiore e libera il naso dal secreto (muco) e da virus e batteri.
  - > Force 2 per un'azione più delicata
  - > Force 3 per un'azione più decisa

# Mal di gola

**Mebucaïne® f combatte il dolore e le sue cause.**



**Mebucaïne® f combatte rapidamente il mal di gola e le sue cause grazie a proprietà analgesiche, disinfettanti e antibatteriche.**

**Mebucaïne® f**

- agisce direttamente (effetto locale) sull'infiammazione.
- sprigiona una piacevole sensazione di freschezza al gusto di menta.
- è privo di zuccheri e non danneggia i denti.
- è il medicinale contro il mal di gola più consigliato nella sua farmacia o drogheria.

Leggete p.f. i foglietti illustrativi e lasciatevi consigliare da uno specialista.

## Io che ho paura dei cani

### Ho paura dei cani e loro lo sentono!

Quando abbiamo paura il nostro corpo rilascia nell'aria sostanze chimiche che il cane può odorare. Inoltre abbiamo la tendenza ad irrigidirci e a fissare il cane dritto negli occhi. Tutto questo logicamente in modo involontario!

Nel linguaggio dei cani però camminare rigidi è un segno di dominanza e fissare negli occhi equivale a una minaccia. I cani percepiscono questi messaggi e alcuni di loro possono reagire con comportamenti aggressivi. Per questo motivo dobbiamo distogliere lo sguardo se abbiamo paura dei cani.



**Non avete cani, i cani vi fanno paura, non v'interessano o non vi piacciono: poco importa.**

**Conoscete molto bene la situazione seguente: un cane in libertà viene verso di voi e del proprietario nemmeno l'ombra... Per fortuna i cani aggressivi sono pochi!**

**Ecco qualche consiglio da memorizzare, soprattutto se avete paura dei cani**

### Un cane viene verso di me

Se non volete interagire in alcun modo con un cane che si avvicina a voi, ignoratelo e lui farà altrettanto!

- Camminate lentamente.
- Restate zitti.
- Distogliete lo sguardo.
- Proseguite sulla vostra strada.

### Più facile a dirsi che a farsi?

Cominciate ad esercitarvi con i cani che incontrate abitualmente.

## Desidero accarezzare un cane

- Chiedete sempre l'autorizzazione al proprietario!
- Aspettate la sua risposta, potrebbe anche dirvi di no.
- Se è d'accordo chiamate il cane per nome o fatelo chiamare dal padrone.
- Non avvicinatevi a un cane se è solo, se è nella sua cuccia o nella sua cesta, se sta mangiando o dormendo, se gioca con un oggetto qualsiasi, oppure se si tratta di una cagna con i cuccioli.

## Ciclisti e corridori

Il fatto di muoversi velocemente può scatenare nel cane sfuggito al controllo del proprietario un comportamento di rincorsa.

- Fatevi notare con largo anticipo dal proprietario affinché possa richiamare il cane quando siete ancora lontani.
- Se un cane vi rincorre, fermatevi e aspettate che il proprietario abbia di nuovo il cane sotto controllo.

## Il mio bambino visita una casa dove vive un cane

In presenza di un cane, vostro figlio deve essere sempre sorvegliato attivamente da un adulto.



Il libretto "Vieni Birillo..." è stato ideato per insegnare ai bambini in modo divertente come comportarsi nei confronti di un cane.

## Cosa fare in caso di problemi con un cane?

Per un cane ringhiare, fissare negli occhi, mostrare i denti, drizzare il pelo o irrigidirsi sono segnali di minaccia che precedono l'attacco.

### Se vi sentite minacciati o se siete attaccati da un cane:

- Fermatevi.
- Distogliete lo sguardo.
- Tenete le braccia aderenti al corpo.
- Respirate profondamente.
- Allontanatevi molto lentamente.
- Se cadete per terra, raggomitolatevi, proteggete la nuca con le vostre braccia e restate immobili e in silenzio.

Il cane non è interessato da una persona che resta immobile e in silenzio. Al contrario se vi agitate e gridate attirerete la sua attenzione.



## Detentori responsabili e cani d'utilità

Non tutti i detentori di cani sono da additare come esempi negativi. Molti sono coloro che seguono dei corsi e si impegnano regolarmente affinché il loro animale sia ben inserito nella nostra società.

Grazie al lavoro dei loro proprietari, a certi cani è pure riconosciuta una utilità pubblica (cani da catastrofe, cani da valanga, cani sanitari, cani per non vedenti, cani della polizia, cani d'assistenza alle persone con handicap).

Una parola di ringraziamento al detentore di un cane che rispetta la vostra presenza, lo gratificherà dei suoi sforzi.



**Sul tema prevenzione sono disponibili le seguenti pubblicazioni:**

### Vieni Birillo...

Prevenzione delle morsicature presso i bambini

### Ho un cane...

Piccola guida per prevenire gli incidenti.

### Punto di contatto

Tel 091 814 41 00  
e-mail: dss-uvc@ti.ch

### Informazioni:

Colette Pillonel  
Ufficio Federale di Veterinaria (UFV) 2004  
Schwarzenburgstrasse 161  
3003 Berna



## Il caneguida: un accompagnatore fidato e un amico fedele

Grazie all'aiuto di un caneguida ben addestrato, la persona cieca o fortemente ipovedente può spostarsi in modo autonomo e sicuro sia nel traffico cittadino, che per i viottoli della campagna o i sentieri del bosco. Insieme riescono a superare ostacoli posti per terra come tubi o griglie, ostacoli laterali come pali o automobili posteggiate sui marciapiedi e gli ostacoli in altezza come impalcature, cartelloni o rami. Per raggiungere un simile risultato ci vuole moltissimo lavoro e un grande impegno sia da parte dell'uomo che del cane, il quale dovrà inoltre possedere un fisico in piena salute e le qualità psichiche idonee allo svolgimento di questa delicata mansione. Per questo, la strada per ottenere delle ottime guide a quattro zampe è lunga e sempre più spesso incomincia già al momento della scelta dei loro genitori.

### Le scuole svizzere per caniguida

Nel nostro paese ci sono 4 scuole per caniguida, tutte riconosciute dall'Assicurazione Invalidità. Due si trovano nella Svizzera orientale, un'altra in Romandia e la più grande, quella con la maggior esperienza nel campo è situata ad Allschwil. Da questo centro d'istruzione, fondato nel 1972, proviene fra l'altro anche la maggioranza di caniguida attualmente in servizio in Ticino.

### I cuccioli

Accuditi e coccolati sin dai primi momenti di vita, i cuccioli di Labrador crescono in un ambiente sereno e tranquillo. Accanto a loro, oltre all'indispensabile presenza della mamma, c'è sempre il personale responsabile dell'allevamento, il quale mette a disposizione della cucciolata dei giochi gradualmente più complicati, in modo da stimolare la curiosità, la sicurezza ed il senso di autostima dei singoli cagnolini. All'età di circa un mese e mezzo, i cuccioli, accompagnati dalla loro mamma e dal personale della scuola, affrontano il loro primo breve viaggio in macchina per andare in esplorazione nel villaggio vicino. Per riprendersi da tutto quel trambusto di nuovi rumori ed odori, la cucciolata ama giocare nel parco appositamente attrezzato per soddisfare le esigenze di quelle bande di piccoli terremoti. All'età di 3 mesi, quei tenerissimi batuffoli di pelo sono ormai pronti per partire alla conquista del mondo. Ma non saranno soli! Ciascun cucciolo verrà infatti affidato ad una famiglia di padrini scelta dalla scuola.

### Il padrinato

Diventare padrini per un anno e mezzo di un cucciolo di Labrador Retriever predestinato a divenire l'accompagnatore fedele di una persona cieca, oltre ad essere una forma di volontariato piuttosto insolita, è un'esperienza unica e arricchente per tutti i membri della famiglia.

I compiti principali di questo tipo di famiglia affidataria sono:

- insegnare al cucciolo a comportarsi bene sia in casa, che all'esterno;
- abituarlo all'ambiente cittadino e ai vari mezzi di trasporto;
- fargli conoscere la campagna con i suoi animali e i suoi profumi;
- aiutarlo a socializzare con i suoi simili e con l'essere umano;
- impartirgli le prime nozioni di ubbidienza;
- aiutarlo a familiarizzare con i segnali vocali come per esempio zebra, scala o taxi, che verranno in seguito utilizzati per il lavoro in bardatura di guida.

Per tutta la durata dell'affido si può contare sul sostegno dei responsabili dell'allevamento della scuola, i quali vanno regolarmente a far visita per rendersi conto di persona sullo stato di salute e sui progressi fatti dal cagnolino. In questo compito, allo stesso tempo delicato e bellissimo non si è quindi mai soli! Il senso di smarrimento e di solitudine subentrerà solo al momento tanto temuto della restituzione alla scuola. Dopo 18 mesi circa il cucciolo deve rientrare ad Allschwil, dove verrà preso in consegna dal suo istruttore.

### La formazione di un caneguida

Tornato ad Allschwil, il cane ha dapprima bisogno di un paio di settimane di tempo per adattarsi al ritmo della scuola e per far amicizia con il suo monitore. Per facilitargli l'inserimento nel nuovo ambiente, l'istruttore lo porterà a fare delle semplici passeggiate, si premurerà di spazzolarlo quotidianamente e di dargli da mangiare di persona. Per istaurare con lui quel legame fatto di complicità e fiducia reciproca, indispensabile per poter incominciare con l'addestramento vero e proprio, il monitore non perde occasione per giocare

# Herpes labiale?

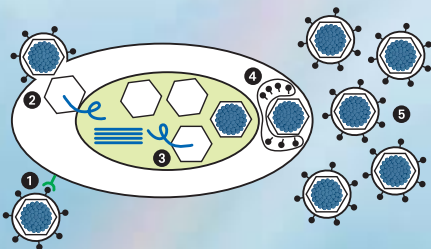


## Aviral® Crème

Per combattere efficacemente l'herpes labiale

### L'insorgere delle «febbri»

Il virus dell'herpes si attacca alla superficie di una cellula del corpo ❶. In seguito penetra nella cellula introducendo la propria «struttura» genetica nelle informazioni genetiche della cellula interessata ❷. La cellula resta pertanto programmata in tale maniera da produrre essa stessa i virus dell'herpes ❸. Nella cellula interessata si formano molti altri virus dell'herpes ❹. I nuovi virus dell'herpes lasciano la cellula contaminata ❺ e vanno ad infettare numerose altre cellule. La distruzione di queste cellule e la reazione infiammatoria sono la causa dell'insorgere delle piaghe.



### Aviral® Crème

- > Applicato tempestivamente impedisce la formazione delle piaghe
- > Inibisce la diffusione dei virus dell'herpes nelle cellule
- > Accelera la guarigione delle piaghe esistenti



**GRATIS**  
Scatoletta protettrice per la crema Aviral® (senza crema)

Alla consegna di questo tagliando riceverà gratuitamente questa pratica scatoletta protettrice per la crema Aviral®.

Fino ad esaurimento dello stock.



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

Quelli con l'arcobaleno

**mepha**

# Caduta dei capelli? PRIORIN®

Trattiene  
il capello  
alla  
radice.

Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE

**Priorin**  
250 compresse  
**20%**  
di sconto  
valido fino al 31.01.2006



Bayer (Schweiz) AG  
8045 Zürich

Per informazioni dettagliate leggere il foglietto illustrativo.





foto: copyright André Meyer -  
Fondazione scuola svizzera per cani-  
guida Allschwil (BL)

## L'Associazione Amici del cane-guida

L'Associazione Amici del cane-guida è stata fondata nell'ottobre del 1997 con lo scopo principale di sensibilizzare l'opinione pubblica sulla tematica legata alle guide a quattro zampe e di trovare nuove famiglie affidatarie disposte ad allevare per un anno e mezzo un cucciolo di Labrador o ad ospitare un cane-guida pensionato o un cane risultato non idoneo per questo delicato lavoro.

Attualmente l'associazione può contare su una settantina di membri, fra soci attivi e sostenitori. Chi volesse saperne di più sugli scopi e sulle varie attività proposte dalla stessa può consultare il sito [www.caneguida.ch](http://www.caneguida.ch) oppure telefonare direttamente alla presidente, Claudia Biasca, allo 091 863 20 79.

con il suo nuovo alunno. Poi, poco a poco, si incomincia con il lavoro in bardatura.

Nei 9 mesi di permanenza nella scuola, l'allievo caneguida impara, oltre ad evitare gli ostacoli posti per terra, gli ostacoli laterali e quelli in altezza, a trovare su comando strisce pedonali, scale, porte, entrate di mezzi di trasporto, un posto libero a sedere e molto altro ancora. Tutta la formazione avviene con metodi di addestramento dolci, del tutto rispettosi dei singoli animali e basandosi soprattutto sull'innata predisposizione del cane ad agire in gruppo.

Prima di essere consegnato ad una persona cieca o fortemente ipovedente, il cane deve passare un esame. Con il suo istruttore, che avrà gli occhi bendati, l'aspirante caneguida dovrà effettuare un determinato percorso stabilito dall'esperto dell'AI, il quale valuterà l'operato dei due e se tutto sarà andato come doveva rilascerà al cane il diploma di guida per ciechi.

## I requisiti necessari ad un aspirante detentore

La persona cieca o fortemente ipovedente che desidera avvalersi dell'aiuto di una guida a quattro zampe deve prima di tutto amare gli animali poiché, al contrario del bastone bianco, il caneguida è un essere vivente che ha bisogno di attenzioni e di cure e che non può venir riposto semplicemente in un angolino dopo l'uso. È inoltre richiesta una buona condizione fisica, perché con il cane si sarà in cammino quotidianamente per almeno 2 ore e mezza, un buon senso di orientamento e la dimestichezza con la tecnica del "bastone bianco lungo".

## La strada verso il caneguida

Quando nella persona cieca si risveglia il desiderio di condividere la propria vita con un caneguida, allora è giunto il momento di prendere contatto con un centro specializzato nell'addestramento di questi animali. Per quanto riguarda Allschwil, dopo un colloquio preliminare, all'aspirante detentore viene proposto di frequentare un corso informativo di 3 giorni, durante il quale avrà la possibilità di approfondire le sue conoscenze sulla tematica legata ai caniguida e vivendo giorno e notte con un Labrador in formazione presso la scuola potrà

rendersi conto meglio di come sarà quando nella sua quotidianità dovrà esserci posto anche per il suo accompagnatore quadrupede. Al termine del corso si valuterà insieme se proseguire sulla strada verso il caneguida, oppure se è meglio riporre questo sogno nel classico cassetto.

## L'assegnazione di un caneguida

Terminate tutte le verifiche del caso e confermata da parte dell'utente cieco la disponibilità ad intraprendere una vita a due con un caneguida viene inoltrata la relativa richiesta all'Assicurazione Invalidità. Se la loro risposta sarà affermativa si procederà a scegliere il cane più adatto per quel determinato utente.

Le prime 2 settimane di introduzione sono consacrate alla reciproca conoscenza. Con il cane semplicemente al guinzaglio e accompagnato da un istruttore, il detentore percorrerà tutte le strade che effettuerà in futuro autonomamente insieme al suo amico quadrupede. Solo con l'inizio della terza settimana si incomincia a lavorare con la bardatura. Adesso però a pilotare la squadra ci penserà il caneguida, mentre al suo detentore spetterà la direzione delle operazioni. Dopo un periodo di prova di circa 6 mesi, il tandem caneguida-detentore dovrà sostenere un esame di idoneità. Solo dopo che l'esperto di caniguida dell'AI avrà dichiarato superato quest'ultimo test, la coppia potrà ritenersi definitivamente insieme.

## Il costo di un caneguida

Il costo, che ha alle spalle un periodo di formazione di complessivamente 2 anni e mezzo, si aggira mediamente attorno ai 60'000 franchi. Un terzo di questa somma è presa a carico dalla AI e i rimanenti 2/3 sono coperti dalla Fondazione della Scuola. La persona cieca che fa richiesta per avere un caneguida lo riceve però sempre gratuitamente e solo a titolo di affido. I cani restano infatti tutti proprietà della scuola, che li ha allevati e addestrati. Non vengono quindi mai venduti, ne tantomeno regalati. Dal momento dell'entrata in servizio del cane, l'Assicurazione Invalidità versa mensilmente un importo fisso alla scuola per il "noleggio" e questo fino al pensionamento o alla morte dell'animale.

Claudio Biasca



Stanchi? Affaticati?

# Supradyn®

...aiuta a ricaricare le batterie quando mancano le vitamine.

Anche come  
vantaggiosa  
confezione cura



Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE

**Supradyn**  
**20%**  
di sconto

valido fino al 31.01.2006



Bayer (Schweiz) AG  
8045 Zürich

Leggere il foglietto illustrativo.

## Le tartarughe terrestri europee: testimoni della preistoria in giardino

### Indirizzi utili:

Pro tartarughe Svizzera  
Italiana  
CP 1144  
6512 Giubiasco  
e-mail:  
pro\_tartarughe@bluemail.ch

Comunità d'Interessi per le  
Tartarughe in Svizzera (CITS)  
Schildkröten-  
InteressenGemeinschaft  
Schweiz (SIGS)  
www.sigs.ch

**Le tartarughe esercitano un fascino primordiale dovuto al loro aspetto strano, alla loro espressione di saggezza antica, al loro ritmo di vita fuori dal comune con la particolarità del letargo. Tutte queste caratteristiche le hanno aiutate a sopravvivere dai tempi dei dinosauri fino ad oggi. Hanno sempre colpito l'immaginazione dell'uomo, che ne ha fatto uno simbolo di saggezza, di stabilità, di fertilità. Le vediamo rappresentate in fontane rinascimentali, bassorilievi egiziani e stampe cinesi. Sono eroi di fumetti e di libri per bambini, fonte d'ispirazione per personaggi di film di fantascienza.**

Questi animali sono stati tenuti in cattività da tempi molto antichi, per passione e divertimento ma anche come riserva di carne. Buona parte delle testuggini palustri europee presenti allo stato selvatico in Svizzera discendono da esemplari importati per essere consumati durante i tempi di quaresima o di carestia. Non tanti anni fa il brodo di tartaruga figurava ancora sul menù dei migliori ristoranti. Le popolazioni di tartarughe giganti dalle isole dell'Oceano Pacifico sono state decimate, portate via nelle stive delle navi come riserva di carne fresca. Oggi le popolazioni di tartarughe

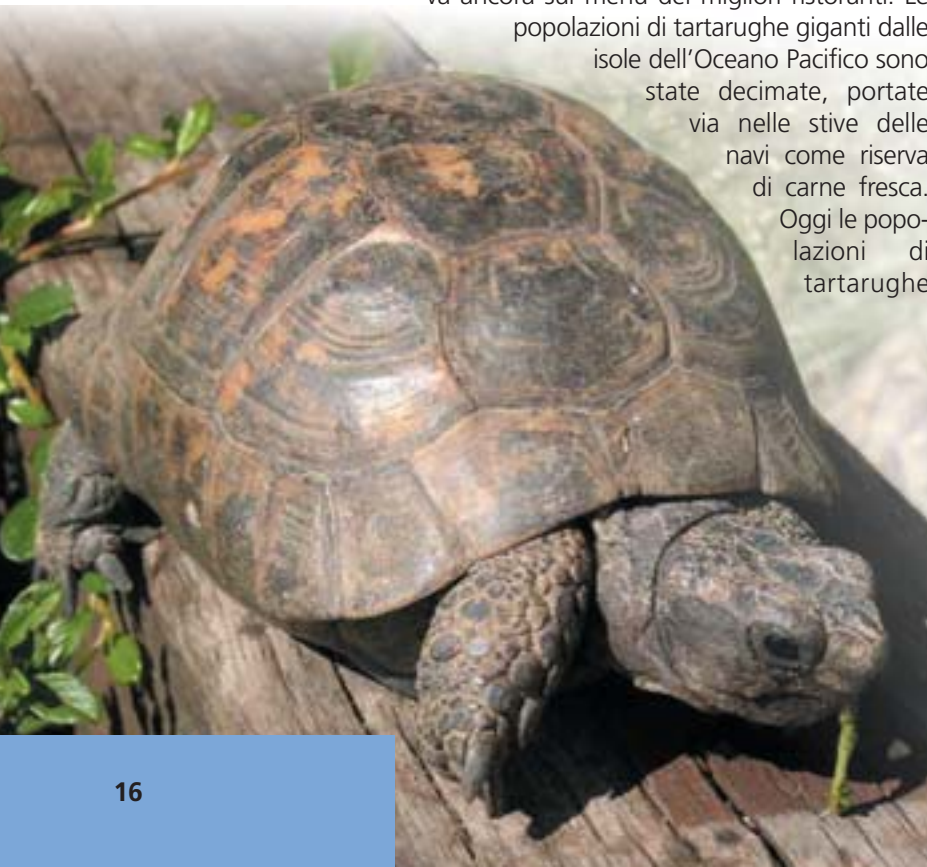
selvatiche asiatiche sono in grave pericolo d'estinzione per il consumo sfrenato che ne viene fatto.

Le tartarughe selvatiche non sono soltanto minacciate dalla voracità dell'uomo, ma anche dai suoi buoni sentimenti. Il turista che visita, affascinato, i siti di riproduzione delle tartarughe marine disturba gli animali e distrugge il loro ambiente. Ascoltando il suo buon cuore compera qualche tartarughina ad un mercato esotico, ma non si rende conto che per ogni esemplare venduto muoiono dieci tartarughe. E quella che ha così "salvato", non essendo in grado di adattarsi alle condizioni di vita che gli possiamo offrire in cattività, rischia la morte dopo un'agonia lunga e dolorosa.

Dalla notte dei tempi le tartarughe sono sopravvissute a tanti cataclismi adattandosi alle particolarità del loro ambiente. L'hanno fatto lentamente, per secoli, e sono diventate delle specialiste in un posto ben preciso. Spostarle cambia tutto, e loro non sono in grado di adattarsi. Per questo motivo, le uniche tartarughe che possono vivere bene da noi sono le testuggini di origine mediterranea. In ogni caso è fondamentale tenere unicamente animali nati in cattività, informarsi bene sulla loro biologia e adattare l'ambiente che ricreiamo alle loro necessità reali.

Dalle nostre vacanze al mare conosciamo la macchia mediterranea, fatta di cespugli impenetrabili, ciuffi di erbe, terra brulla e tanti sassi. Da lì vengono le nostre tartarughe terrestri europee. Ed è di questa vegetazione che si nutrono. Quindi erba e durante l'estate erba secca. Hanno anche bisogno dell'acqua e cercano le zone più umide.

Le tartarughe funzionano ad energia solare. La luce diretta del sole è indispensabile per la loro sopravvivenza. Non essendo il grado di regolare internamente la propria temperatura corporea, si spostano nell'ambiente cercando le zone più favorevoli: nelle giornate fresche, escono appena c'è un pò di sole, nelle giorna-





Presso le Farmacie SPAZIOSALUTE

**Accu-Chek Aviva**  
Fr. 89.-  
valido fino al 31.01.2006

**Partner da sogno cercassi**  
Sei dolce come un angelo e veloce come la luce. Sei sempre presente quando ho bisogno di te. Rappresenti i veri valori della vita.  
**Contattami!**

**ACCU-CHEK® Aviva**

**Accu-Chek Aviva è il partner ideale per persone con diabete.**  
Le sue caratteristiche peculiari: Accu-Chek Aviva garantisce una misurazione delicata perché necessita solo di una minuscola quantità di sangue (0,6 µL); il risultato della misurazione compare già dopo 5 secondi. Le strisce reattive sono estremamente pratiche: grandi, maneggevoli e con elevata capacità di assorbimento. L'autocontrollo della glicemia diventa così ancora più facile.

Desiderate conoscere Accu-Chek Aviva? Chiamate la nostra Service **Hotline Diabete al numero gratuito 0800 803 303** o visitate il nostro sito Internet: [www.roche-diagnostics.ch](http://www.roche-diagnostics.ch)

Roche Diagnostics (Schweiz) AG  
6343 Rotkreuz  
[www.roche-diagnostics.ch](http://www.roche-diagnostics.ch)

**ACCU-CHEK®**  
Vivi la vita. Come vuoi.

**take it!**  
**feel the kick!**

**Alimentazione sportiva per prestazioni al top.**

Sportvital è sinonimo di alimentazione sportiva intelligente: per migliorare forza e resistenza, caricare le riserve di energia e accelerare il recupero. I prodotti Sportvital sono realizzati secondo i più moderni criteri scientifici e preparati utilizzando ingredienti pregiati. E per di più soddisfano il palato! Sportvital è sempre al vostro fianco: per prestazioni al top, ma anche per il massimo del divertimento.

**Sportvital®**  
intelligent sports nutrition

[www.sportvital.ch](http://www.sportvital.ch)

E.C. Robins Switzerland GmbH, Hinterbergstr. 22, 6330 Cham

Buono di CHF  
**5.-**

Con una spesa di almeno CHF 40.- in prodotti Sportvital Utilizzabile presso tutte le farmacie Spazio Salute (offerta valida fino al 28/02/2006, non cumulabile)

Buono di CHF  
**10.-**

Con una spesa di almeno CHF 80.- in prodotti Sportvital Utilizzabile presso tutte le farmacie Spazio Salute (offerta valida fino al 28/02/2006, non cumulabile)

RINGER WEBAGENTUR AG



**Catherine Nägeli**  
**Dr. med. vet.**  
**Via S. Gottardo 128**  
**6828 Balerna**

te calde rimangono al riparo nei cespugli finché la temperatura non raggiunge quella ideale, attorno ai 35°C. Questa temperatura è ottimale per le loro funzioni interne: le testuggini sono attive, si alimentano, digeriscono, si riproducono e il loro sistema immunitario è in piena attività. Se la temperatura rimane troppo bassa, diventano apatiche, smettono di alimentarsi e il loro sistema immunitario s'indebolisce, rendendole vulnerabili ad infezioni e malattie. Si aiutano andando in letargo, una specie di sonno profondo che fanno sotterrandosi in un posto riparato. Durante il letargo le loro funzioni vitali sono ridotte al minimo, non si muovono, non mangiano, non digeriscono, non respirano e i loro battiti cardiaci sono ridotti a meno di uno al minuto. Sopportano delle temperature molto basse, basta che non geli. A seconda delle condizioni meteorologiche esterne, il letargo dura dai 3 ai 6 mesi. La tartaruga si risveglia da sola quando la temperatura esterna è abbastanza elevata da permetterle una vita normale. Il letargo è una funzione fisiologica naturale delle tartarughe terrestri europee e devono avere la possibilità di farlo ogni anno, sin dal primo inverno della loro vita.



Chi desidera tenerle deve essere a conoscenza di tutti questi fattori e ricreare un ambiente che rispecchi le condizioni di vita naturali di questi animali. Può essere realizzato in giardino, in un posto molto soleggiato. Il recinto

deve essere ben chiuso, perché malgrado il loro aspetto, le tartarughe sono molto agili e delle specialiste dell'evasione. Camminano volentieri, questo le mantiene in forma, hanno quindi bisogno di molto spazio. Il recinto deve essere ben strutturato. Alcuni sassi grossi e una zona con ghiaia serviranno di solarium. Servono dei cespugli per potersi riparare dal sole estivo e per proteggersi dai predatori durante la notte. Bisogna prevedere anche una zona riparata dalla pioggia e dal sole, con la terra smossa, dove andranno a dormire e in letargo durante l'inverno. Per nutrirsi le tartarughe hanno bisogno di un prato magro, misto di tante erbe selvatiche diverse. Se il recinto è abbastanza grande non è necessario dare altri alimenti: andranno da sole alla ricerca del cibo, brucando di qua e di là. Come supplemento va bene il fieno, da lasciare sempre a disposizione in una zona asciutta; è necessario cambiarlo regolarmente altrimenti fa la muffa. Bevono volentieri entrando in una vasca d'acqua col bordo basso. Spesso l'usano anche per defecare ed urinare, bisogna quindi cambiare l'acqua almeno una volta al giorno.

Essendo erbivore, le tartarughe coprono il loro fabbisogno mangiando erba mista di prato magro e fieno. Tutti i tipi di frutta e verdura, senza parlare di altri alimenti ricchi di proteine, sono da evitare. Il loro sistema digerente e i loro reni sono molto primitivi ed ogni errore d'alimentazione compromette la loro salute a breve o lungo termine.

Gli errori di tenuta sono particolarmente dannosi per le tartarughe in crescita. Chi si prende la responsabilità di allevarle deve assolutamente informarsi. La Pro Tartarughe Svizzera Italiana (PTSI), una sezione della Comunità d'Interessi per le Tartarughe in Svizzera che conta più di 3000 membri in tutta la Svizzera, fornisce volentieri informazioni a chi lo desidera. Organizza delle riunioni a tema aperte anche ai non membri.

*Dr. med. vet. Catherine Nägeli*



# Simalaya, il getto che libera il naso!

anche in confezione da viaggio



Umidificatore e doccia nasale con prezioso sale di mare originario dall' Himalaya, per la pulizia, l'umidificazione e la cura del naso. Molto delicato.

**Similasan**  
Homeopathy

Similasan AG, Jonen   
Leggere il foglietto illustrativo.

## SCOPRITE SIMALAYA

### “L'ORO BIANCO DELL'HIMALAYA” PER LA SALUTE E IL BENESSERE DEL VOSTRO NASO

Una sala o un ufficio troppo riscaldati e con un'umidità insufficiente sono, da un punto di vista medico, una delle cause principali della secchezza nasale: le conseguenze possono essere intasamento, formazione di croste, prurito, tendenza ai raffreddori ecc.

A differenza delle soluzioni di risciacquo nasali abituali, Simalaya è composta da una miscela equilibrata di veri sali dell'Himalaya. È la forma più nobile del sale naturale, regalo prezioso della natura, nata in un'epoca quando il mare non era ancora trattato come spazzatura. Questi sali contengono dei minerali e degli oligo elementi preziosi particolarmente adatti alla cura della mucosa nasale. Il gusto che ne deriva risulta meno salato e non irritante.

Simalaya contiene pure dell'anemone di prato (Pulsatilla) che è una pianta delle nostre regioni con fiori molto carini a forma di campanella. Nel

campo della salute è apprezzata da secoli per le sue proprietà fluidificanti e regolatrici della produzione di muco nasale.

Simalaya è adatta per assicurare la pulizia, l'umidificazione molto delicata e la cura del naso e delle narici. Un risciacquo giornaliero delle narici con la doccia Simalaya permette di limitare molto i rischi di raffreddori ed è anche ideale per favorire l'eliminazione del muco durante raffreddori e sinusiti. L'utilizzo dello spray umidificante migliora gradatamente la qualità di vita negli appartamenti, negli uffici troppo riscaldati o climatizzati e i viaggi in aereo.

Uno speciale applicatore doccia con effetto nebulizzante assicura in maniera comoda una buona ripartizione della soluzione Simalaya nel naso e nelle narici. Lo spray nasale è anche adatto alla pulizia e alla cura del naso sensibile dei neonati.

Presso le Farmacie SPAZIO SALUTE

**Simalaya**  
doccia nasale  
**14.50**  
+ 1 spray gratuito

valido fino al 31.01.2006



Buono Similasan valido nella vostra farmacia Spazio Salute: ricevete gratuitamente 1 spray umidificante Simalaya del valore di fr. 9.50 all'acquisto della doccia nasale Simalaya di fr. 14.50.

# le farmacie SPAZIOSALUTE

## Sopraceneri

- 1 Farmacia Bianda SA**  
**6614 Brissago**  
Via Leoncavallo 7  
Tel. 091 793 20 65
- 2 Farmacia Boscolo SA**  
**6780 Airolo**  
Centro Motta  
Tel. 091 869 19 16
- 3 Farmacia Centrale SA**  
**6710 Biasca**  
Via Pini 18  
Tel. 091 862 12 12
- 4 Farmacia Muraccio SA**  
**6612 Ascona**  
Via Muraccio 6  
Tel. 091 780 55 65
- 5 Farmacia Nord SA**  
**6500 Bellinzona**  
Piazza Mesolcina 2  
Tel. 091 825 17 36
- 6 Farmacia Realini**  
**6616 Losone**  
Centro Mercato Cattori  
Tel. 091 791 84 44
- 7 Farmacia San Gottardo SA**  
**6500 Bellinzona**  
Via San Gottardo 29  
Tel. 091 825 36 46
- 8 Farmacia San Rocco SA**  
**6500 Bellinzona**  
Piazza Simen 7  
Tel. 091 825 33 43
- 9 Farmacia Varini**  
**6600 Locarno**  
Piazza Grande 4  
Tel. 091 751 29 71
- 10 Farmacia Dr. Zandralli SA**  
**6535 Roveredo**  
Piazza del Sole  
Tel. 091 827 15 52

## Sottoceneri

- 11 Farmacia dell'Aeroporto SA**  
**6982 Agno**  
Centro Agno  
Tel. 091 605 65 64
- 12 Farmacia Beretta-Piccoli**  
**6952 Canobbio**  
Ipermercato Carrefour  
Tel. 091 942 60 60
- 13 Farmacia Cassarate**  
**6900 Lugano**  
Via delle Scuole 6  
Tel. 091 971 34 44
- 14 Farmacia Centro Grancia SA**  
**6916 Grancia**  
Parco commerciale Grancia  
Tel. 091 994 72 43
- 15 Farmacia Internazionale SA**  
**6900 Lugano**  
Piazza della Riforma 10  
Tel. 091 923 87 91
- 16 Farmacia San Marco**  
**6943 Vezia**  
Stabile ai Cedri  
Tel. 091 967 19 19
- 17 Farmacia Sant'Antonio Bissone SA**  
**6816 Bissone**  
Contrada Busi 3  
Tel. 091 649 80 00
- 18 Farmacia San Gottardo**  
**6830 Chiasso**  
Corso San Gottardo 9  
Tel. 091 682 86 77
- 19 Farmacia Serfontana SA**  
**6836 Serfontana**  
Centro Serfontana  
Tel. 091 683 05 05
- 20 Farmacia Trevano**  
**6900 Lugano**  
Via Trevano 31  
Tel. 091 971 22 51







## Farmacia Gottardo SA

**6500 Bellinzona**

Via San Gottardo 29

Tel. 091 825 36 46

Nuova apertura

La Farmacia San Gottardo é stata aperta circa 50 anni fa, attiva nella zona Nord di Bellinzona ha da poche settimane una nuova sede accanto alla Posta San Paolo, davanti al Denner alla Macelleria Bonat e ad altre attività commerciale di conduzione famigliare e poco distante dal centro Coop Geretta. Dispone di una superficie di vendita di circa 140 m2 e di una decina di posteggi interamente riservati ai pazienti della farmacia.

Ad accogliervi in questo ambiente piacevole e moderno 2 farmaciste, 2 assistenti e un'apprendista, settimanalmente a partire dal 2006 anche una consulente in bellezza. A disposizione noleggio di apparecchiature sanitarie e su richiesta particolare anche di biciclette per il fitness.



## Farmacia Dr Zandralli SA

**6535 Roveredo**

Piazza del Sole

Tel. 091 827 15 52

La Farmacia Zandralli nasce nel 1965 quando il Farmacista Dott. Zandralli Giulio rileva la storica farmacia roveredana "Sott ai Nos" di Enrico Nicola. Dopo 7 anni di attività nella vecchia farmacia, il trasferimento nella sede attuale in Piazzetta nel centro di Roveredo.

Per diversi anni è l'unica farmacia pubblica della zona Mesolcina e Calanca. Nel 2000 la Farmacia Zandralli con tutto il suo personale viene rilevata da un nuovo proprietario. Il personale è composto da 2 farmaciste e 3 assistenti farmacisti della zona, 2 delle quali lavorano da oltre 25 anni per la farmacia. In questi ultimi anni la farmacia è stata rinnovata nella sua struttura ed il suo team offre oltre alla medicina tradizionale una consulenza personalizzata in omeopatia, fitoterapia, cosmetica, profumeria, scarpe ortopediche ed altro.

Da novembre 2004 è stata creata una tessera fedeltà per i clienti, rilasciata gratuitamente, che da la possibilità di scegliere tra ricchi premi!

In determinati periodi dell'anno, come in tutte le farmacie Spazio Salute, la Farmacia Zandralli promuove attività legate alla salute, come per esempio il test per l'osteoporosi gratuito.

Venite a trovarci!

Il vostro Team Farmacia Zandralli



# spazio agenda

farmacie SPAZIO**SALUTE**



Pronto le Farmacie SPAZIO**SALUTE**

- Aspirina-effervesce**  
20% di sconto  
valido fino al 31/01/2004
- Accu-Chex Aviva**  
Fr. 89,-  
20% di sconto  
valido fino al 31/01/2004
- Hextril**  
20% di sconto  
valido fino al 31/01/2004
- Supradyn**  
20% di sconto  
valido fino al 31/01/2004
- Neocitran**  
20% di sconto  
valido fino al 31/01/2004
- Priorin**  
250 compresse  
20% di sconto  
valido fino al 31/01/2004
- simalaya**  
doccia nasale  
14,50 €  
1 spray gratuito  
valido fino al 31/01/2004





## Farmacia San Gottardo

6830 Chiasso

Corso San Gottardo 9

Tel. 091 682 86 77



Un team molto affiatato e competente composto dal farmacista Paolo Coduri e dalle sue collaboratrici, immutato da innumerevoli anni, rappresenta un punto di riferimento per la popolazione della regione, sicura di trovare cortesia e competenza unite al cordiale spirito "Mo-mo", e per il cliente estero notoriamente esigente e avido di novità anche nel campo della salute.

La Farmacia San Gottardo è un'azienda attiva da oltre cinquant'anni nel ramo farmaceutico. Per la posizione a ridosso del confine Italo - Svizzero, la farmacia si è specializzata in farmaci particolari conoscendo le esigenze sia dei pazienti svizzeri come pure di quelli italiani. Nel corso degli anni abbiamo sviluppato una banca dati completa, sempre aggiornata, sulle specialità medicinali nazionali e internazionali come pure dei prodotti omeopatici e naturali in genere. La farmacia è inoltre specializzata in Omeopatia, Spagiria, consulenza dietetica (con la preparazione di diete secondo la filosofia Zona) per la salute, per gli sportivi (prodotti Enervit) e per diverse altre patologie, si esegue pure il test per le intolleranze alimentari con interpretazione e preparazione di eventuali rimedi personali. Un fiore all'occhiello della farmacia San Gottardo è rappresentato dall'assortimento di integratori alimentari ortomolecolari della ditta Nature's plus, ditta leader sia come scelta che come qualità nei prodotti vitaminici e complessi per la prevenzione delle patologie caratteristiche del nostro tempo (colesterolo, diabete, ossidazioni cellulari...)



## Farmacia Realini SA

6616 Losone

Centro Mercato Cattori

Tel. 091 791 84 44



La Farmacia Realini è stata fondata nel 1981 in occasione dell'ampliamento dell'esistente centro commerciale Cattori a Losone.

Il gruppo Carrefour è subentrato alla ditta Cattori a partire dal 4 luglio 2005.

Orari di apertura continuati e possibilità di posteggio gratuito sono un grande vantaggio per la nostra clientela.

Offriamo un servizio competente e veloce e il nostro personale, grazie al continuo aggiornamento, è informato e preparato ad occuparsi nel migliore dei modi di ogni paziente.

Le nostre prestazioni principali sono:

- Servizio a domicilio gratuito
- Tessere di fedeltà su tutti i prodotti del reparto cosmetica e dermo-farmacia
- Misurazione della pressione, indice di massa corporea e consigli dietetici
- Locazione di bilance per bébé, tiralatte, stampelle, inalatori e lavatappeti.
- Prodotti omeopatici e consigli di medicina naturale
- Preparazione di miscele di oligoelementi





“La vita inizia a 40 anni!”

A 40 anni, è meglio  
sembrare **averne 30.**

**NUOVO**

RETIN-OX™+

**10**  
ANNI IN  
MENO

**COLLAGENE<sup>x2</sup>**

**RETIN-OX™+**

Poichè dopo i 40 anni la diminuzione del collagene è più notevole, RoC crea **RETIN-OX™+**. La sua tecnologia brevettata doppia la produzione di collagene.\*\*

**Risultato: sembrate avere 10 anni in meno.\***



\*10 anni in meno per le rughe. Test su 37 donne durante 12 settimane. \*\*Test in vitro - Doppia il tasso di sintesi del collagene.



## Farmacia Cassarate

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

La vostra farmacia con tradizione, moderna e orientata verso il futuro. Nata oltre 60 anni fa, la Farmacia Cassarate è situata nel centro pulsante di Cassarate, di fronte alla Casa Torre, e dispone di posteggi riservati.

Lasciata la sede storica nel complesso dell'albergo Lido Seegarten, da quasi un decennio la farmacia offre alla popolazione locale e ai turisti un servizio di qualità in un ambiente rinnovato, moderno e accogliente.

La consulenza qualificata nei campi tradizionali della farmacia, fitoterapia e dermoscosmesi è garantita da un team esperto, affiatato e disponibile, che rispecchia il carattere familiare della conduzione.

Sempre pronti a rispondere con competenza, professionalità e un sorriso alle esigenze della clientela e dei pazienti, assicuriamo anche un servizio a domicilio nel quartiere e nei comuni limitrofi a chi è impossibilitato a farci visita nello spazio salute di Cassarate.



Le farmacie  
**SPAZIO SALUTE**

vi augurano di cuore

**Buone Feste**

e dal 15 al 31 dicembre  
vi invitano a degustare  
una buona tisana.

*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? E' 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, ridurne la reattività e ripristinarne 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, 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





## Influenza Aviaria: domande e risposte

### Che cos'è l'influenza "normale"?

È quella che annualmente, solitamente nel periodo invernale, costringe a letto milioni di persone in tutto il mondo. I virus dell'influenza fanno parte della famiglia degli Orthomyxovirus e colpiscono sia l'uomo che gli animali.

Questa malattia causa ogni anno un numero rilevante di malati e di decessi. In Svizzera, l'epidemia d'influenza della stagione 2004/2005 è iniziata a metà gennaio, è durata 8 settimane e si stima che abbia causato 262'000 consultazioni mediche. Rapportato al Ticino, l'arrivo dell'influenza significa 11'250 persone che consultano il medico e da 20 a 45 decessi, essenzialmente tra persone anziane e particolari gruppi a rischio. La vaccinazione costituisce il mezzo di protezione più sicuro e più efficace contro l'influenza ed è raccomandata alle persone a rischio (con età superiore a 65 anni, oppure bambini e adulti con determinate malattie croniche). La vaccinazione contro l'influenza non protegge però contro l'influenza aviaria.

### Quali specie animali sono colpite dall'influenza aviaria e con quali sintomi?

L'influenza aviaria colpisce il pollame d'allevamento. Negli animali colpiti la morte sopraggiunge nel giro di pochi giorni quasi nel 100% dei casi. In alcuni casi, il virus si è rivelato letale anche negli uccelli migratori. Alcuni uccelli possono essere unicamente portatori del virus senza sviluppare alcun sintomo della malattia.

Nel 2003 ha avuto inizio una vastissima epidemia di influenza aviaria nei paesi del sudest asiatico, con una perdita di oltre 200 milioni di volatili. Sono pure stati registrati casi di infezione in persone che hanno avuto un contatto stretto e prolungato con animali infetti.

### Qual è il rischio di propagazione del virus in Svizzera?

Attualmente, il rischio di propagazione del virus negli allevamenti di polli è minimo. L'Ufficio federale di veterinaria ha immediatamente vietato tutte le importazioni provenienti dai paesi a rischio ed ha imposto la messa al coperto dei volatili d'allevamento

### È possibile una pandemia?

La pandemia è una malattia influenzale in grado di diffondersi globalmente tra la popolazione e di provocare elevati tassi di mortalità. Gli esperti dell'OMS considerano la possibilità che il virus all'origine dell'attuale epidemia di influenza aviaria (tipo H5N1) possa subire dei cambiamenti e dare origine ad un nuovo virus pandemico. Per ora si tratta soltanto di un'ipotesi e la situazione è seguita attentamente a livello internazionale.

Attualmente ci troviamo nella fase 3 secondo lo schema dell'OMS. Questa viene definita come infezione nell'uomo dovuta ad un nuovo sottotipo, ma con nessuna trasmissione da uomo a uomo. Questa fase ha l'obiettivo di identificare rapidamente un eventuale nuovo sottotipo (trasmissibile da uomo a uomo), di assicurare un approvvigionamento sufficiente di medicinali antivirali e la sorveglianza di nuovi casi clinici.

### Esiste un vaccino contro l'influenza A (H5N1)?

Attualmente non esiste alcun vaccino contro l'influenza aviaria, ma è in corso di sviluppo.

### In conclusione:

**Attualmente il virus Influenza A H5N1 in Svizzera non circola né tra i polli né tra gli esseri umani. Il rischio di una propagazione del virus presso gli allevamenti in Svizzera è minimo, e ancor meno da uomo a uomo. Le autorità competenti fanno un monitoraggio continuo e si assicurano un approvvigionamento di medicinali antivirali. Non è dunque necessario fare una riserva personale.**

**Gli allarmismi attualmente sono inutili; vorremmo ricordarvi per paragone le centinaia di migliaia di persone infette dall'influenza "normale" ogni anno e i migliaia di decessi per le persone a rischio (anziani, malati cronici, operatori sanitari).**

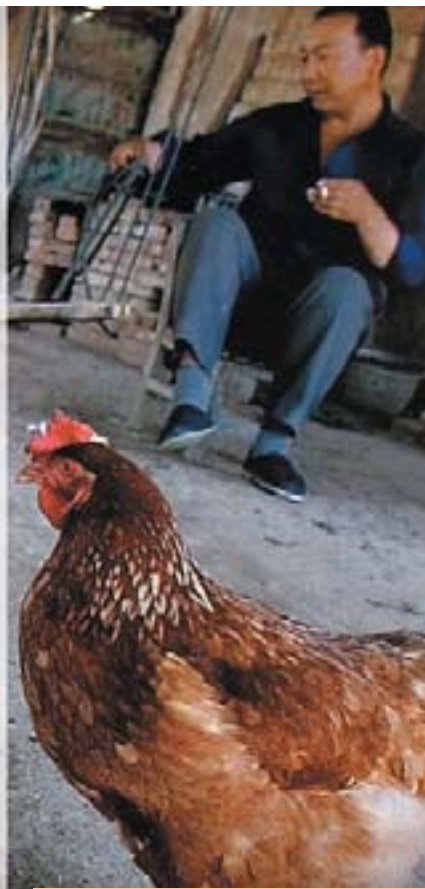
**L'aggiornamento sulla situazione è possibile seguendo i comunicati ufficiali delle autorità sanitarie o consultando ad esempio il sito internet [www.ti.ch/influenza](http://www.ti.ch/influenza)**

**La vaccinazione contro l'influenza normale resta caldamente raccomandata, soprattutto per le persone a rischio.**

### Che cos'è l'influenza aviaria e qual è l'agente patogeno responsabile?

**L'influenza aviaria o influenza dei polli è la forma influenzale che colpisce i volatili.**

**Il virus responsabile è un sottotipo del virus Influenza A e cioè il sierotipo H5N1 che è particolarmente virulento. Espulso con i liquidi organici e gli escrementi, il virus si trasmette facilmente da un animale all'altro attraverso gli oggetti o le persone. Nella sua forma attuale, esso è difficilmente trasmissibile all'uomo**



## Società Svizzera per cani da catastrofe

**REDOG**  
c/o Angelo Fumagalli  
6864 Arzo  
091 646 77 94  
www.redog.ch  
Donazioni:  
Banca Raiffeisen  
Comano  
Cto. nr. 2154782-80315

Capo intervento:  
Gruppo ricerca di montagna  
Sig. Bernasconi Pio,  
6805 Mezzovico  
Tel. 091 946 24 34

Capo intervento:  
Gruppo ricerca sotto le macerie  
Sig. Beretta Marino  
6832 Pedrinete  
Tel. 091 683 90 30

Simbolicamente usiamo l'emblema della Croce Rossa Svizzera, per indicare che, insieme con i nostri cani, noi vogliamo prestare aiuto. Salvare vite, alleviare i dolori e portare soccorso è l'idea che guida la nostra attività. Per far questo non occorrono eroi, bastano persone che, insieme con il loro partner, il cane, si mettano incondizionatamente al servizio dell'aiuto umanitario.

Anche nel settore del salvataggio negli ultimi anni la tecnica ha fatto enormi progressi. Ma non è ancora in grado di sostituire il naso di un cane, quando si tratta di localizzare le persone disperse. E anche in futuro sarà così.

L'idea di utilizzare i cani per la ricerca dei dispersi non è nuova. Per esempio in Gran Bretagna durante la seconda guerra mondiale sono stati utilizzati cani per cercare le vittime dei bombardamenti. In Svizzera la cosa è iniziata con quegli idealisti che alla fine degli anni Sessanta promossero l'idea dei cani da catastrofe e nel giro di tre anni svolsero un lavoro tale che già il 20 novembre 1971 a Dübendorf fu possibile organizzare l'assemblea costituente della Società svizzera per cani da catastrofe.

La **SSCC** è stata fondata come sezione della Società cinologica svizzera. Quando ha compiuto i 25 anni, la società è stata ribattezzata **REDOG**. La sigla deriva da rescue dog, in italiano cane da salvataggio, e si comprende facilmente non solo nelle nostre lingue nazionali, ma anche internazionalmente.

**REDOG** è l'unica organizzazione che in Svizzera addestra i cani a cercare le persone fra le macerie. Il vero successo - con il conseguente riconoscimento internazionale - si è avuto nel 1976. Durante un intervento dopo un grave terremoto nel Friuli le 12 squadre riuscirono a recuperare vive 16 persone rimaste sepolte sotto le macerie (v. anche "Missioni").





# associazioni



Con il passare del tempo è aumentato anche il bisogno di cani da terreno aperto. Per questo motivo dal 1982 la **REDOG** sta elaborando sistematicamente le basi per la ricerca su terreno aperto. Questi cani vengono utilizzati per trovare le persone disperse in terreni difficilmente accessibili e dove la visibilità è scarsa. Oggigiorno si fa distinzione fra i cani da terreno aperto e quelli da terreno aperto di montagna. Questi cani intervengono quasi esclusivamente in Svizzera, in collaborazione con i corpi cantonali di polizia e, nelle regioni prealpine, con il Club alpino svizzero. 20-25 chiamate all'anno, 80-100 teams entrati in servizio indicano l'importanza di questa specialità.

La **REDOG** ha una reputazione eccellente a livello internazionale. Con il costante miglioramento dei metodi di addestramento e il grande impegno di tutti gli interessati si vuole non solo mantenere alto il livello, ma anche migliorarlo in continuazione. Con i nostri cani siamo pronti in qualsiasi momento a prestare un aiuto professionale. Eppure siamo tutti volontari che hanno fatto di tale compito il loro hobby. Malgrado i costi elevati che dobbiamo pagare per il cane e l'addestramento, vogliamo mantenere questo stato anche per il futuro. L'entusiasmo che anima ogni socio della **REDOG** è la garanzia del nostro successo pure negli anni a venire.





**A.Vogel**

## Questo tomahawk ha già sconfitto milioni di raffreddori.



È con esso infatti che Alfred Vogel, più di 50 anni fa, ha raccolto presso i Sioux del Nordamerica le prime piante di rudbeckia, i cui semi gli furono donati dal capotribù Alce Nero. Alfred Vogel li coltivò poi in Svizzera come materia prima per tinture.

Sono passati oltre 50 anni prima che i ricercatori del PF Zurigo riuscissero a chiarire qual è il meccanismo di azione di Echinaforce®.

**A.Vogel Echinaforce®**

- ✿ protegge dalle malattie influenzali
- ✿ stimola le difese immunitarie dell'organismo
- ✿ coadiuva il trattamento delle infreddature

**Pionnier de la Naturopathie  
depuis 1923**

*A. Vogel*



**Meccanismo di azione chiarito dal PF Zurigo!**



**Dalle piante fresche, tutta la forza della natura.**

## Omeopatia e animali

L'omeopatia è una terapia alternativa alle cure classiche e benvenuta per la sua innocuità.

La scelta di un rimedio omeopatico richiede sempre un'attenta osservazione dell'animale. Esso deve essere considerato nella sua complessità e integrità. Il padrone conosce bene temperamento e abitudini del suo fedele amico e sa quando ha paura, dolori, freddo, caldo ecc. In occasione di un malessere sono da valutare sintomi atipici e comportamenti strani (p.es. un gatto affettuoso diventa improvvisamente poco socievole o viceversa!).

Il rimedio omeopatico stimola la "forza vitale" di un animale per cui, inizialmente, la sua somministrazione può causare un peggioramento della malattia. A seguito di una cura omeopatica a volte il disturbo può anche "camminare", si osserva una "transizione interno-esterno" della malattia: l'apparizione di "sintomi esterni" (spesso sulla pelle) è segno il più delle volte che il nostro animale è già guarito all' "interno".



**Rispondendo ad alcuni interrogativi comuni ecco qualche suggerimento utile:**

**Quale potenza del rimedio somministrare?**

I rimedi omeopatici hanno differenti potenze ("forze") e sono disponibili in diverse forme (globuli, granuli, gocce, polveri, pomate...). Per disturbi acuti si usano le potenze nell'ordine di CH6/ DH12.

**Come somministrare il rimedio?**

I globuli possono essere dati direttamente sulla lingua dell'animale o sulla mucosa della bocca dove "rimangono incollati". Sciolti in acqua possono essere somministrati in bocca con un cucchiaino di plastica o con una siringa monouso. La somministrazione deve avvenire grosso modo a metà del lasso di tempo che intercorre tra un pasto e l'altro.

**Quando smettere?**

Appena si nota un miglioramento dello stato di salute. Inizialmente si aumenta l'intervallo tra una somministrazione e l'altra, poi si sospende definitivamente. Il rimedio viene ridato solo al riapparire di nuovi sintomi.

**È possibile somministrare più rimedi?**

In assoluto è meglio ricorrere al rimedio più adatto ("repertoriato"). La somministrazione di più rimedi contemporaneamente comporta il pericolo di "nascondere" i sintomi che caratterizzano la malattia.

**I medicinali omeopatici hanno delle scadenze?**

Conservati al riparo della luce, dall'umidità e da sostanze "profumate" i medicinali omeopatici si conservano per lungo tempo.

**Un suggerimento finale:**

Presso il vostro farmacista specializzato in omeopatia trovate una consulenza competente, pratiche farmacie tascabili per animali, una documentazione illustrativa e consigli professionali utili al benessere dei vostri animali.

**Marion Gabutti-Miechielsen**  
Farmacista FPH  
c/o Farmacia Varini,  
Piazza Grande, Locarno

**Campo d'applicazione di alcuni rimedi**

**Arnika = Herbe de Chute**

- rimedio per traumi fisici e shock

**Belladonna**

- rimedio per calmare animali molto spaventati, irritati e aggressivi (anche cattivi).
- rimedio per eccellenza per i cavalli
- utile per animali che soffrono di ipersensibilità al rumore e alla luce
- in caso di febbre improvvisa con grande sudorazione
- riduce infiammazioni acute agli occhi e alle mammelle
- per curare le insolazioni

**Gelsemium**

- rimedio per tranquillizzare, in occasioni di grandi paure (p.es. temporali, fuochi d'artificio, ...)
- per la preparazione degli animali a gare e esposizioni
- per contenere la perdita involontaria d'urina

**Hypericum = Arnika dei nervi**

- rimedio per ferite profonde che ledono i nervi (tagli, morsicature, punture, ...)
- per la cura di ferite alle estremità (p.es. alla coda)

**Bryonia**

- rimedio per ridurre dolori articolari, reumatismi, artriti, mastiti che peggiorano con il movimento. Questo rimedio è soprattutto adatto quando l'animale si sdraia sulla parte dolente e resta immobile

**Rhus Tox.**

- rimedio per curare le artrosi, disturbi ai legamenti e ai tendini, quando le articolazioni sono gonfie e calde. Da somministrare quando si osserva che l'animale movendosi sta meglio

**Drosera**

- rimedio per la tosse. Utile soprattutto quando durante l'attacco di tosse l'animale manifesta attacchi di rigurgito e di vomito. Come se nell'animale sia rimasto qualcosa in gola. Il verso ("la voce") cambia, diventa rauca

**Nux vomica**

- per i disturbi legati a una sovralimentazione
- per intossicazione da piante velenose
- utile per curare le coliche nei cavalli
- per il malessere del cane in occasione di trasporti
- da usare quando l'animale ha ingerito grosse quantità di peli

# DISPERDERE O DISCIOGLIERE I DOLORI?

DAFALGAN ODIS<sup>®</sup> o DAFALGAN plus C<sup>®</sup>



**UPSA**

A Bristol-Myers Squibb Company

UPSAMEDICA GmbH,  
Neuhofstrasse 6, 6341 Baar

Compresse orodispersibili per quando si è fuori casa contro dolori e febbre.

Compresse effervescenti contro dolori e febbre in caso di malattie di raffreddamento.



Sono medicinali. Leggere attentamente il foglietto illustrativo.

# Carmol<sup>®</sup>

## per il tuo benessere.

Carmol gocce con oli eterici selezionati da 10 piante

**disturbi allo stomaco ?  
senso di pienezza ?  
flatulenza ?**



Contiene 64 vol.% di alcool.  
Legga il prospetto illustrativo.  
Ottenibile in farmacia.  
IROMEDICA SA, 9014 San Gallo



## La campagna di misurazione della densità ossea: un vero successo!

**Le Farmacie SpazioSalute hanno ottenuto un notevole successo nella campagna di prevenzione dell'osteoporosi svoltasi dal 30 marzo al 15 giugno 2005.**

Con questa campagna gratuita abbiamo offerto ai nostri clienti una consulenza personalizzata sul calcio. Grazie a un test del rischio -comprendente un "questionario del rischio di osteoporosi", ed un "bilancio del calcio" per individuare l'apporto medio di calcio attraverso l'alimentazione- e una misurazione ad ultrasuoni della densità ossea, abbiamo potuto stabilire il rischio di fratture ossee dei nostri clienti.

La compilazione del "questionario del rischio" ha permesso di individuare un rischio di base, e ha costituito un semplice passo per affrontare la tematica ed aumentare la consapevolezza del cliente in merito ai rischi primari. Il questionario è stato strutturato secondo i principi della "International Osteoporosis Foundation (IOF)".

Il "bilancio del calcio" ha permesso di stabilire quanto calcio viene assunto in media dalle persone attraverso l'alimentazione. La media giornaliera svizzera per quanto concerne l'apporto di calcio corrisponde a ca. 600 mg, mentre la dose giornaliera raccomandata è di 1000 – 1200 mg.

La misurazione della densità ossea è stata effettuata utilizzando l'apparecchiatura ad ultrasuoni Achilles InSight®, della ditta GE Medical Systems, USA, che ha mostrato un'elevata affidabilità, ha confermato la sua validità a livello internazionale nel corso di diversi studi ed aiuta a valutare in modo dettagliato il rischio di fratture ossee. Con questo metodo si ottiene un'istantanea della consistenza delle ossa e si effettua una stima del rischio di fratture, tenendo presente che non rappresenta uno strumento di diagnosi.



Nel nostro Paese il problema delle ossa deboli e facilmente fratturabili non riconosciute e pertanto non curate sta assumendo proporzioni sempre più ampie. Ogni anno in Svizzera ca. 8'600 persone riportano una frattura del femore per l'indebolimento delle ossa e oltre 20'000 persone una frattura vertebrale attribuibile alla stessa causa.

# EMERGENZA GOLA.



DG  
DOETSCH GREITER AG - BASEL

Pastiglie contro il mal di gola, in vendita in farmacie e drogherie senza ricetta medica. Leggere il foglietto illustrativo.

**Triofan®**  
Doppia azione in caso di raffreddore

Libera rapidamente il naso

Regola le secrezioni

**Triofan®**  
spray nasale, gocce nasali, gel nasale



Chiedere consiglio al vostro farmacista o leggere il foglietto illustrativo.

Vifor SA  
CH-1753 Villars-sur-Glâne

Vifor

VIFOR, UN'AZIENDA DEL GRUPPO BALZANICA

Come vediamo dai grafici, risultanti dalle 1022 misurazioni effettuate, (887 donne e 135 uomini), il rischio aumenta con l'età. Se questo dato non è una novità, quello che sorprende invece è la proporzione delle donne tra i 55 e i 80 anni che presentano un rischio (31%) o un alto rischio (40%), per un totale del 71%.

Negli uomini la proporzione è minore, ma rappresenta pur sempre un totale del 47%: 21% con un profilo rischioso e 26% ad alto rischio.

**Nell'ambito di questa campagna sono stati indirizzati dal medico per un controllo più approfondito:**

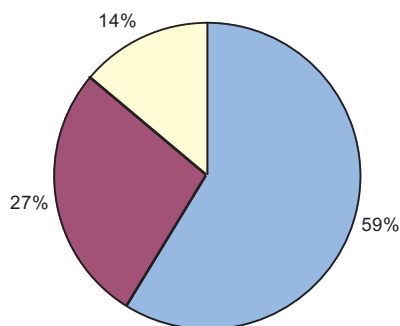
**il 18 % delle donne tra 35 e 55 anni**

**il 44 % delle donne tra 55 e 80 anni**

**l'11 % degli uomini tra 35 e 55 anni**

**il 18 % degli uomini tra 55 e 80 anni**

I collaboratori delle farmacie Spazio Salute ringraziano tutti i partecipanti a questa campagna.

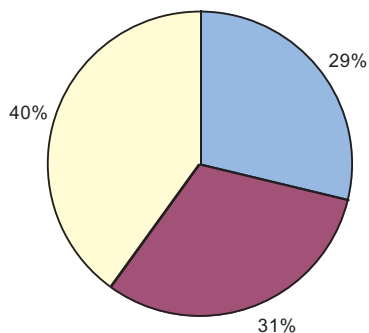


**Donne 35-55 anni**

Alto rischio

Rischioso

Normale

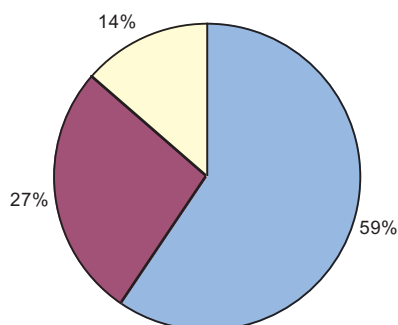


**Donne 55-80 anni**

Alto rischio

Rischioso

Normale

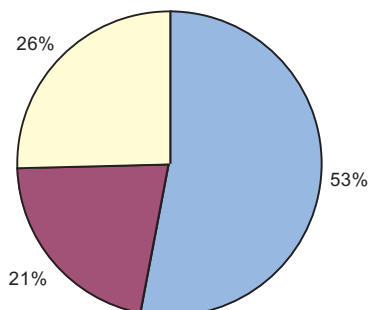


**Uomini 35-55 anni**

Alto rischio

Rischioso

Normale



**Uomini 55-80 anni**

Alto rischio

Rischioso

Normale



A voi la scelta:  
la FORFORA o RAUSCH



**Shampoo alla tussilaggine Rausch** – il Vostro partner di successo contro la forfora secca o seborroica!

**Shampoo alla corteccia di salice Rausch** – contro forfora e prurito. Lenisce il rossore ed ha effetto leggermente antisettico. Per dei capelli senza forfora!

**Lozione alla tussilaggine Rausch**, contro la forfora. La formula attiva contro la forfora ostinata ed il prurito; con: tussilaggine, melissa e radice di bardana, agisce attivamente con dolcezza.

www.rausch.ch

La forza delle erbe per i vostri capelli.



respirate  
in modo sano



**NUOVO: 3plus**

**① umidifica ② cura ③ protegge**

I tre componenti – il **sale del Mar Morto**, il **dexpanthenolo**, rigeneratore, e lo **ialuronato** che crea un film protettivo – ristabiliscono l'equilibrio fisiologico in caso di mucosa nasale secca e strapazzata, consentendovi di respirare in modo sano.

**Nasmer® 3plus** – per il naso secco e irritato – senza conservanti

Disponibile nelle farmacie e drogherie.

Vifor

Vifor SA, 1752 Villars-sur-Glâne

## L'alimentazione del cane e del gatto: chi ha ragione?

**Parlando d'alimentazione dal punto di vista veterinario va evidenziata l'importanza di una dieta bilanciata.**

**Un'alimentazione inappropriata può portare a delle patologie cliniche:**

- una dieta esclusivamente a base di carne nel cane cucciolo e nel gattino è povera di calcio e porta ad una demineralizzazione dello scheletro, dolori nel movimento e fratture patologiche
- un'alimentazione vegetariana nel gatto se carente di potassio provoca polimiopatia e rispettivamente se carente di taurina provoca degenerazione della retina e cardiomiopatia dilatativa
- una dieta a base di fegato nel gatto induce ipervitaminosi A e clinicamente una formazione di ponti ossei a livello della colonna e di altre articolazioni
- un eccesso nell'apporto di calcio nel cane cucciolo può portare a infiammazioni ossee e deviazioni assiali drammatiche.

**Un animale sano può mangiare un cibo commerciale conosciuto che si trova facilmente sul mercato. I punti importanti nella scelta di un cibo sono i seguenti:**

- 1 la composizione del cibo (una marca conosciuta ha fatto degli studi sul prodotto e dà una certa garanzia riguardo alla composizione bilanciata e alla conservazione)
- 2 l'animale deve mangiare volentieri l'alimento, eliminare delle feci di consistenza normale e non dare segni di sfoghi allergici.

Quando un animale non sopporta ben il cibo, si consiglia di provarne un altro.

Nel caso di malattie (diabete mellito, insufficienza renale e altre) o d'intolleranze/allergie alimentari il veterinario può essere d'aiuto nella scelta di un alimento appropriato.

La quantità di cibo giornaliera va rispettata ed è sbagliato dare del cibo a volontà; sulle confezioni di cibo viene indicata la quantità di cibo giornaliera in funzione del peso corporeo.

L'obesità non è solo un problema dell'uomo, i nostri animali soprappeso ... lo devono ai loro proprietari che non si attengono alle quantità consigliate e troppo spesso danno degli extra fuori pasto.

I cibi contengono una miscela di carboidrati, grassi e proteine con aggiunta di acqua e pic-

cole quantità di vitamine e sali minerali.

Un apporto bilanciato degli elementi nutritivi è essenziale per la salute e l'attività dell'animale; le necessità alimentari variano secondo la specie e le fasi del ciclo vitale (la crescita, la gravidanza, l'allattamento, l'età adulta e quella senile).

I carboidrati, i grassi e le proteine sono le fonti d'energia nel cibo.

Il gatto manca di diversi enzimi necessari per la sintesi di alcuni elementi nutritivi per l'organismo, per cui necessita di proteine animali per coprire il suo fabbisogno. Il cane potrebbe teoricamente venire nutrito con una dieta vegetariana.

I neonati vengono nutriti molte volte sull'arco del giorno dalla madre, quando arrivano dal loro nuovo proprietario all'età di 2-3 mesi dovrebbero venir nutriti tre volte al giorno, poi a 6 mesi due volte al giorno ad orari fissi.

Spesso viene posta la domanda che tipo di cibo sia più indicato. La risposta non è così facile.

Un gatto adulto necessita di 200 g di cibo umido oppure 100 g di cibo secco al giorno.

Per il gatto consiglio almeno un pasto umido al giorno. I gatti adulti soffrono spesso di problemi alle vie urinarie (calcoli urinari e cistiti ricorrenti) e l'apporto d'acqua è essenziale per prevenirli. Il gatto non gradisce l'acqua fresca, preferisce quella più gustosa dei sottovasi delle piante, dei tombini arrugginiti o con aggiunta di brodo o succo di vongole. La dieta ideale sarebbe forse quella a base di topi in scatola...

Per il cane un alimento secco completo semplifica la vita ed evita che il cane si interessi troppo alla buona tavola del proprietario.

Voglio aprire una piccola parentesi riguardo ad un'altra teoria interessante. Alcuni anni fa ho incontrato degli allevatori olandesi che mi hanno detto che nutrivano i loro cuccioli appena svezzati con trippa non ancora lavata per indurre degli enzimi digestivi.

Forse non sollecitiamo abbastanza il tratto gastrointestinale in giovane età con i cibi completi che offre il mercato e questo potrebbe causare poi dei problemi digestivi.

Questa teoria non è stata indagata scientificamente, ma varrebbe la pena d'approfondirla.

Dr. med. vet. FVH  
Fabio Nägeli

Studio veterinario  
Drs. F. e C. Nägeli  
Via S. Gottardo 128  
6828 Balerna



Dr. med. vet. Fabio Nägeli



Quando i denti danneggiano furtivamente la salute.

# Le infiammazioni alle gengive favoriscono l'infarto cardiaco?

In presenza di affezioni delle gengive, il rischio d'infarto cardiaco o di ictus cerebrale è maggiore dei noti fattori di rischio quali p.e. il fumo o un elevato tasso colesterolico.\*

\* Compendium of Continuing Education in Dentistry R Fall 1998

Per la prevenzione, gli esperti consigliano:

## Waterpik **SenSonic**

Spazzolino high-tech sonico-attivo con 30'000 oscillazioni al minuto per un'ottimale eliminazione della placca. Gli studi comprovano la più elevata efficacia di pulizia rispetto agli spazzolini manuali.

Le setole morbide e l'accurato movimento massaggiante indotto dalle onde sonore preservano la salute dei denti e delle gengive. Testato clinicamente.

**Denti più sani e più bianchi per tutta la vita!**

**BioMed**  
Natura & Sapere

Biomed AG tel. 044 802 16 16 biomed@biomed.ch  
8600 Dübendorf fax 044 802 16 00



**Buono**  
del valore di  
**Fr. 20.-**

valido all'acquisto di uno spazzolino sonico o di un idropulsore orale Waterpik nelle farmacie Spazio Salute (valido fino al 31.12.05).

## Naso chiuso?

### Arriva l'inverno – e con esso il raffreddore e la sinusite

Il raffreddore è un disturbo molto fastidioso: il naso prima cola, poi si gonfia fino a chiudersi e infine è talmente intasato da un denso muco che non si sente più alcun odore. I seni paranasali nella fronte, la mascella e il volto si riempiono di muco che non riesce a defluire. Qui si moltiplicano i batteri, provocando un'infezione purulenta dei seni paranasali. Una sinusite di questo tipo si può manifestare nei modi più diversi: da una leggera pressione nella zona dei seni paranasali, che si accentua piegandosi in avanti, fino ad un forte mal di testa.

Ma non bisogna arrivare fino al quel punto, poiché esiste Sinupret®, il farmaco di origine vegetale della ditta Biomed. È composto da sambuco, acetosa, genziana, verbena e primula. Queste cinque piante svolgono una tripla azione: sciolgono il muco, aprono e liberano le vie respiratorie.

Il farmaco vegetale aiuta in caso di raffreddore e di sinusite acuta e cronica. Scioglie il muco, lo rende fluido e lo fa defluire dal naso e dai seni paranasali. In questo modo sottrae ai batteri il terreno adatto alla crescita. Le mucose si sgonfiano e si può di nuovo respirare attraverso il naso. Il farmaco vegetale della ditta Biomed agisce rapidamente e in modo affidabile contro l'infezione e il gonfiore della mucosa nel naso e nei seni paranasali – con l'azione delicata delle piante. Chi ha spesso il naso chiuso a causa di raffreddore e catarro nei seni paranasali dovrebbe sviluppare un buon fiuto per il giusto trattamento. Chiedete al vostro farmacista i prodotti della ditta Biomed.



## La Toxoplasmosi

### Cosa è?

La toxoplasmosi è una zoonosi causata dal *Toxoplasma gondii*, un protozoo intracellulare obbligato.

È un organismo ubiquitario che esiste in tre forme: l'oocita che viene escreto dalle feci dei gatti infetti, la forma proliferativa e la forma cistica che si trova nei tessuti degli animali infetti.

Il gatto, l'ospite definitivo nel quale si sviluppa lo stadio adulto ossia sessualmente maturo del parassita, viene infettato per ingestione di carne contaminata o per ingestione di oociti eliminate da altri gatti.

Questo microrganismo in natura si trova in altri ospiti accidentali quali l'uomo, gli animali carnivori, onnivori ed erbivori, gli uccelli ed i rettili.

### Gravidanza e toxoplasmosi

L'infezione nella donna gravida decorre per lo più in modo asintomatico; quando diventa sintomatica la manifestazione più comune è una linfadenopatia, senza febbre, accompagnata da astenia e cefalea.

Si procede a test di depistaggio. Se il risultato è negativo, la malattia non è mai stata contratta e c'è quindi il rischio di contrarla durante la gravidanza. In questo caso è necessario ripetere l'esame ogni mese e mezzo per riconoscere precocemente l'eventuale infezione e trattarla. Se invece il test è positivo ci potrebbe essere un'infezione in corso trasmissibile al bambino. Un risultato positivo però potrebbe anche semplicemente indicare che si è avuta la malattia in passato e che quindi si è immuni.

L'esito per un neonato di un'infezione materna da toxoplasmosi comprende tutte le possibilità dalla normalità alla morte in utero. Il rischio che la malattia si trasmetta al bambino varia a seconda del momento in cui la madre si ammala: in generale aumenta man mano che la gravidanza si avvicina al termine.

È importante ricordare che, per quanto molto spesso asintomatici alla nascita, la maggior parte dei bambini contagiati e non trattati svilupperà successivamente alcune manifestazio-

ni della malattia: riduzione della vista-cecità, ritardo mentale o moderata perdita dell'udito.

### Come si può evitare di contrarre la toxoplasmosi in gravidanza?

Il parassita si annida in alcuni alimenti, ma può arrivare anche dal gatto di casa o da pratiche di giardinaggio. Chi non ha mai contratto la malattia dovrebbe quindi:

#### 1. fare attenzione all'alimentazione:

- evitare cibi in cui il parassita può annidarsi, come carne cruda o poco cotta, salumi ed insaccati. Dopo aver manipolato carne cruda evitare di toccarsi gli occhi, il naso e la bocca con le mani non lavate;
- lavare bene le stoviglie ed i piatti che sono stati a contatto con carne cruda; lavare accuratamente la frutta e la verdura prima di mangiarla;
- congelare la carne, insaccati compresi ad una temperatura inferiore a 12,5°

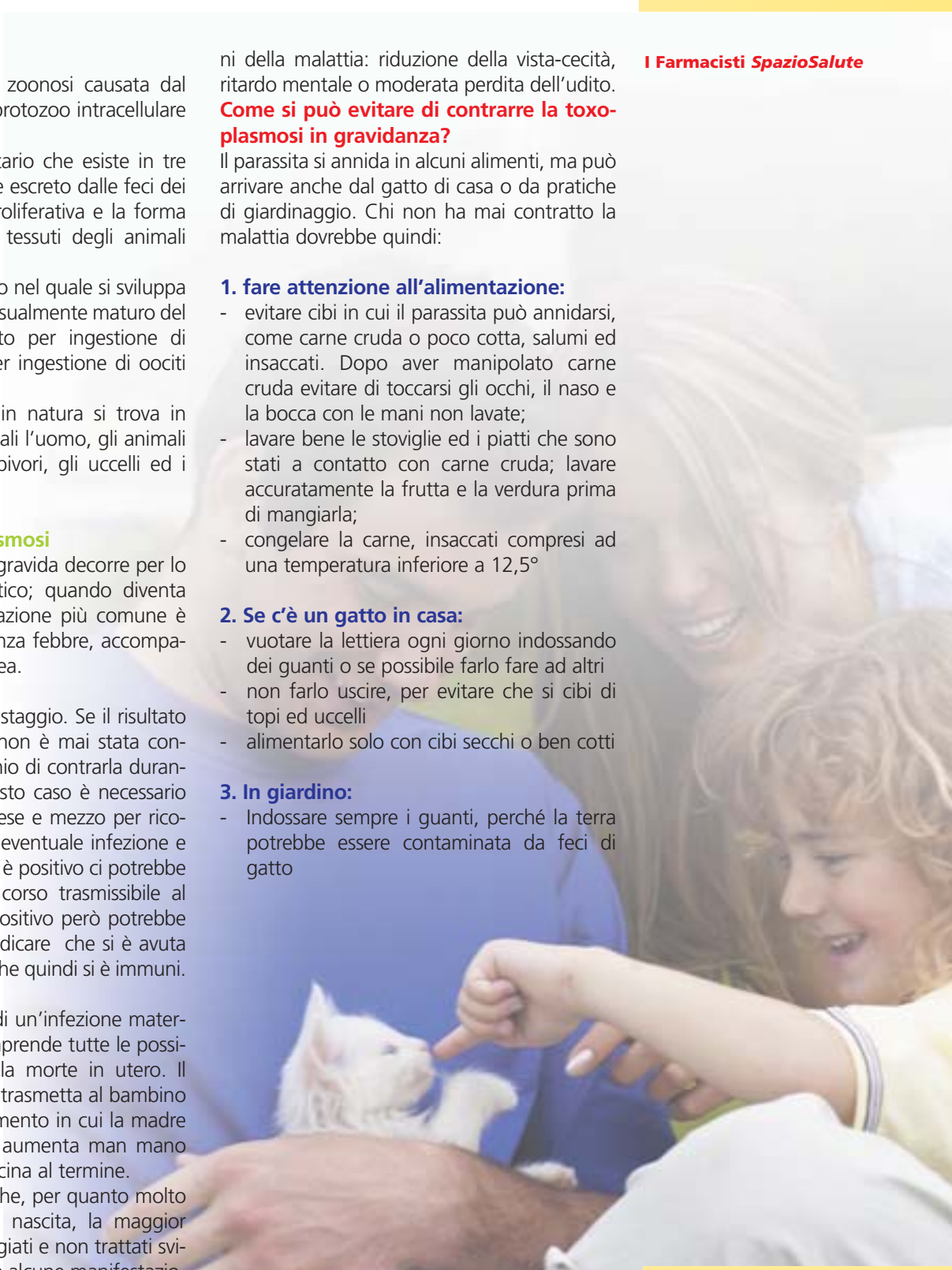
#### 2. Se c'è un gatto in casa:

- vuotare la lettiera ogni giorno indossando dei guanti o se possibile farlo fare ad altri
- non farlo uscire, per evitare che si cibi di topi ed uccelli
- alimentarlo solo con cibi secchi o ben cotti

#### 3. In giardino:

- Indossare sempre i guanti, perché la terra potrebbe essere contaminata da feci di gatto

I Farmacisti SpazioSalute



# La vostra zona sacrale non ascolta le vostre sacrosante ragioni?

**Aiuta in caso di reumatismi e artrite.**

In vendita libera in farmacie e drogherie. Leggere il foglietto illustrativo. Vifor SA



# Il dolore vi accompagna ad ogni passo?

**Combatte i dolori di schiena e articolari acuti.**

In vendita libera in farmacie e drogherie. Leggere il foglietto illustrativo. Vifor SA



## Terapia combinata per i disturbi reumatici e l'artrite

**Le malattie reumatiche detengono il negativo primato di patologia N. 1 nella popolazione. Il 40% delle persone nella seconda metà della vita è afflitto periodicamente da dolori e limitazioni della mobilità. L'obiettivo di una moderna terapia è l'attivazione delle risorse di autoguarigione. Allo scopo, il metodo migliore consiste in un trattamento combinato dall'esterno (topico) e dall'interno (per via orale).**

**Terapia antireumatica = terapia del dolore?**

Il termine generico reumatismo raggruppa diverse patologie a carico dell'apparato locomotore e dei tessuti molli, che hanno tutte un sintomo principale in comune: il dolore, che insorge in seguito a una stimolazione dei nocicettori, ovvero le terminazioni sensitive periferiche recettrici del dolore. Il dolore è un naturale segnale d'allarme di un danno ai tessuti (p.e. infiammazione o lesione).



Le compresse agiscono dall'interno contro i dolori acuti

Il dolore è il sintomo più debilitante del reumatismo, per cui la terapia per via orale è primariamente antidolorifica e antinfiammatoria. Nella fase acuta, ciò induce un sensibile miglioramento soggettivo e previene controproducenti irrigidimenti muscolari. È importante impiegare compresse moderne ad azione rapida, con una veloce eliminazione dei residui dall'organismo.

I processi all'origine dei dolori reumatici sono molto complessi, per cui, per conseguire dei risultati durevoli, la terapia deve svolgersi a diversi livelli. In base agli studi della Clinica reumatica universitaria di Zurigo, i trattamenti combinati (alleviamento del dolore e attivazione del metabolismo tissulare locale) hanno un effetto fondamentalmente più efficiente e duraturo.

**Una via nuova: la combinazione di inibizione del dolore dall'interno e dell'attivazione dei processi di autoguarigione dall'esterno**



La gaultheria è un rimedio topico antinfiammatorio

I disturbi reumatici causano un'alterazione del metabolismo cellulare locale nei tessuti coinvolti. È pertanto senz'altro opportuno coadiuvare il trattamento per via orale nella fase acuta con medicinali per uso ester-

no in forma di gel, pomate o spray. Oltre ad alleviare il dolore in loco, stimolano il microcircolo, attivando così le capacità di autoguarigione dell'organismo. L'azione è percettibile rapidamente, perché le sostanze attive agiscono per via cutanea direttamente sui tessuti coinvolti. Sono ideali allo scopo i preparati a base di oli essenziali. La premessa per un'azione ottimale nell'ambito dei dolori reumatoidi è un'elevata concentrazione delle sostanze attive.



I pini stimolano le risorse di autoguarigione del corpo

**Competente consulenza e utili informazioni dal vostro specialista**

Alla prossima visita del nostro team specialistico, richiedete informazioni sul trattamento combinato delle malattie reumatiche: siamo sempre lieti se riusciamo a supportarvi nel miglioramento della qualità di vita.

## Tagliando di consulenza

**per una terapia combinata dei dolori reumatici.**

Convincetevi di persona! Ora nella vostra farmacia.



## Agility

**L'Agility nasce nel 1977 quando John Varley, membro del Comitato Organizzatore del CRUFTS DOG di Londra, è alla ricerca di uno spettacolo originale che colmi i momenti vuoti del CRUFTS SHOW (la più grande manifestazione cinofila del mondo) . Per fare ciò elabora, insieme a Peter Meanwell, esperto addestratore e giudice ufficiale, le modalità per effettuare la prima dimostrazione.**

Il pubblico apprezzò talmente tanto che il KENNEL CLUB l'anno successivo decise di pubblicare un primo e apposito regolamento dando così il via alle prime gare ufficiali. Da allora diventa lo sport cinofilo più seguito e praticato in tutta la Gran Bretagna. I primi paesi del Continente ad attivarsi sono poi stati quelli del Nord Europa come Francia, Germania, Belgio, Finlandia e Danimarca che nella disciplina sono oggi all'avanguardia, hanno poi seguito la Svizzera, l'Italia e la Spagna.

### Ma che cos'è l'Agility?

È una delle discipline cinofilo-sportive che vedono uomo e cane impegnati e coinvolti sia dal punto fisico che da quello emotivo. Infatti il cane deve affrontare una gara ad ostacoli ispirata al concorso ippico (gli ostacoli: salti, muro, tavolo, passerella, bascula, palizzata, slalom, tunnel rigido e morbido, ruota, salto in lungo, sono disposti in modo da formare percorsi diversi e di varia difficoltà) durante la quale verranno impegnati e valorizzati l'agilità e la capacità di apprendimento dell'animale.

Il percorso deve essere compiuto entro il tempo fissato dal giudice all'inizio della gara possibilmente senza penalità (abbattimento di ostacoli rifiuti etc...) e senza superare il TPS (Tempo di Percorso Standard).

Comunque il criterio principale di selezione non è tanto il tempo quanto il numero di errori commessi; Agility non è tanto velocità quanto destrezza.

Uomo e cane formano una coppia indissolubile, sviluppando un'intesa e una complicità sempre maggiori.

Questa disciplina è aperta a tutti i cani, di razza e non.

L'Agility, una disciplina cinofila, ma soprattutto un modo alternativo di intendere l'obbedienza, che si esprime attraverso il gioco.

Solo se il nostro amico a quattro zampe si diverte ad eseguire gli ordini impartiti potrà eccellere in questa disciplina ed ogni comando diventerà piacevole.

L'Agility infonde sia al cane che al conduttore una notevole sicurezza ed una fiducia reciproca che permette di avere sempre la situazione sotto controllo senza stress alcuno ed al nostro cane di essere sicuro e familiarizzare con gli altri in ogni momento della vita quotidiana.

Il gioco è la chiave che permette di cementare questo nuovo modo di stare con il nostro amico animale.

Praticata con questo spirito non solo si arriverà a risultati ragguardevoli, ma l'Agility diventa accessibile a persone di ogni età.

**Società Cinofila  
Monte Generoso  
Mendrisio  
C.P. 1840 6850  
Tel. 091 646 82 97  
info@cinofilia.ch**



## Qualcosa è cambiato ...i farmaci veterinari ora anche in farmacia

### I farmacisti SpazioSalute



È definitivo, dall'autunno 2004 a seguito di una decisione della COMCO (Commissione per la concorrenza) le ditte distributrici di prodotti veterinari sono tenute a fornire, senza alcuna restrizione, pure le farmacie con tali prodotti aprendo un nuovo campo d'attività tutto da scoprire ed offrendo alla popolazione tutta una nuova rete di punti d'accesso (le farmacie) per l'acquisto dei prodotti necessari ai loro piccoli grandi amici.

I farmacisti non intendono mettersi in concorrenza con i veterinari ma come nella medicina umana collaborare onde poter dare un servizio più completo alla popolazione.

I farmacisti delle farmacie Spazio Salute hanno seguito un corso di 2 giorni per affacciarsi al magico mondo animale ed iniziare a conoscere le particolarità anatomiche e fisiologiche degli animali che li circondano, ma resta sottinteso che molto resta da fare ed apprendere ma come si suol dire....chi ben comincia...



Libera & protegge  
il naso di  
grandi e piccoli

In caso di raffreddore, Rhinostop® decongestiona il naso in modo rapido ed efficace e previene un eventuale essiccamento della mucosa nasale.

**Nuovo:**  
anche per bambino!



# Rhinostop®



Cl: Xylometazolin hydrochloridum 0.05%. Excipienti: natrii hyaluronas, conserv. natrii methylparahydroxybenzoas, natrii propylparahydroxybenzoas, natrii dihydroacetas, excipienti pro sol. aquosa. Lista D. Raffreddori di diversa natura, per facilitare il deflusso del secreto nasale durante le affezioni dei seni nasali; nel caso di otite media come terapia adiuvante per il decongestionamento della mucosa del naso e della faringe; per facilitare la rinoscopia P: 50. 1 nebulizzazione = 50µg; 25: 1 nebulizzazione = 25µg. Adulti e bambini sopra 12 anni: 2 nebulizzazioni di Rhinostop® 50 in ogni narice, 3 volte al giorno; bambini da 6 a 12 anni: 1 nebulizzazione di Rhinostop® 50 in ogni narice, 3 volte al giorno; bambini da 3 a 6 anni: 1 nebulizzazione di Rhinostop® 25 in ogni narice, 2 volte al giorno; neonati e bambini fino a 3 anni: 1 nebulizzazione di Rhinostop® 25 in ogni narice, 1-2 volte al giorno. Cl:inite secca, glaucoma ad angolo chiuso. El: occasionalmente irritazione locale. IA: nessuna, se si segue il dosaggio indicato. PR: spray dosatore da 10 ml. Questo è un medicamento. Voglia leggere il foglietto illustrativo e chieda consiglio al suo medico o farmacista.

IBSA Institut Biochimique SA - Headquarters and Marketing Operations - Via del Piano - CH-6915 Pambio-Noranco - [www.ibsa.ch](http://www.ibsa.ch)



Muove la gente





# 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.**





**Treni «non fumatori»  
dall'11 dicembre**



# Nicotinell<sup>®</sup>

## Riduce la voglia di fumare

Veillez lire la notice d'emballage.

 **NOVARTIS**  
Novartis Consumer Health  
Schweiz SA, 3001 Berne