

24 OTTOBRE 2017 - N. 45

La tua abitudine al benessere

40 ANNI

Starbene

COME MANGIARE SE VUOI AVERE UN CERVELLO SEMPRE GIOVANE

MALATTIE AUTOIMMUNI LE ULTIME SCOPERTE

COSA C'È IN PIÙ NEI CIBI SENZA LATTOSIO, SALE, LIEVITO, ZUCCHERI AGGIUNTI?

IL VERO E IL FALSO SUI PROBIOTICI

Festati per voi

SUGHI PRONTI AL POMODORO E BASILICO
CALZE DA RUNNING

Dossier

PIEDI & SPORT

GLI ESERCIZI PER LA POSTURA, LA GUIDA ALLA SCARPA GIUSTA, I TEST PER VALUTARE L'APPOGGIO

OBIETTIVO BRACCIA SCOLPITE
→ MASSAGGI
→ COSMETICI
→ RITOCCHINI

1,50 €

GRUPPO  MONDADORI



Settimanale - ottobre - anno XL - n.45 - Poste Italiane SpA - Seled. in A.P. D.L. 353/03 art. 1 comma 1, DCB Verona - Austria €4,30 - Germania €5,10 - Belgio €4,20 - Spagna €4,30 - Francia €4,30 - Lussemburgo €4,30 - Portogallo (cont.) €4,00 - Svizzera Canton Ticino CHF 4,40 - Svizzera CHF 4,60 - U.K. £4,50 - Usa \$ 8,50 - Canada \$ 9,50 - M.C. Côte d'Azur €4,40

Lo avete chiesto a Google

Macchie bianche sulla pelle: a che cosa possono essere dovute?



Risponde la dott.ssa
MARIUCCIA BUCCI
Dermatologa
a Sesto San Giovanni (MI)

Dipende dalla loro ubicazione e dalla forma. Le più frequenti si formano sulle guance, sono circolari e in genere di un bianco sfumato. Si tratta, in questo caso, di pitiriasi alba, che non è un fungo ma l'esito di una dermatite che ha colpito una pelle particolarmente disidratata. Scompaiono con una buona idratazione e l'esposizione alla normale luce solare, anche quella autunnale. Se invece compaiono a grappolo d'uva su schiena e collo e si screpolano può essere pitiriasi versicolor, un fungo che vive normalmente sulla pelle e che diventa visibile quando il pH della cute non è più in equilibrio. In questo caso occorrono antifungini e un detergente a pH acido. Ci sono poi i nei bianchi, spesso ereditari, benigni, che possono comparire in vari punti del corpo. Infine la vitiligine: la chiazza è molto bianca, inizia spesso a colpire le mani e tende a estendersi sul viso e altre zone le corpo. In quest'ultimo caso la cura è complessa e va studiata su misura.



UN PROBLEMA DI TRASMISSIONE

Nelle persone che registrano un calo dell'udito, anche lieve, il nervo acustico che trasmette i segnali al cervello non funziona a dovere. E si generano dei suoni nell'orecchio interno.

Le recenti dichiarazioni del cantautore, rapper e produttore discografico italiano Caparezza (pseudonimo di Michele Salvemini), che si è detto rassegnato a una vita tormentata da un continuo ronzio, hanno gettato nello sconforto chi soffre di questo disturbo. Ma in realtà gli acufeni si possono combattere efficacemente. L'insieme di fischi, sibili e ronzii, avvertiti da molti nei momenti di silenzio, segnalano nella stragrande maggioranza dei casi un deficit uditivo monolaterale o bilaterale, subito evidenziato dai test audiometrici. I fastidiosi suoni acuti sono infatti dovuti al calo di informazioni sonore, associato a difetti di trasmissione e "interferenze" del nervo acustico che dall'orecchio interno le

trasporta al cervello. Gli acufeni si curano con successo in due modi. Innanzitutto con la prescrizione di una piccola (e molto discreta) protesi acustica in grado di compensare il calo dell'udito. In secondo luogo, con la cosiddetta Trt (acronimo di Tinnitus Retraining Therapy), cioè con l'emissione nelle orecchie di un cosiddetto "suono distraente" in grado di distogliere l'attenzione, che a volte diventa ossessiva, verso gli acufeni. In pratica, lo stesso apparecchio protesico che corregge il deficit uditivo invia dei fruscii o dei rumori di sottofondo, simili al rumore prodotto da una cascata o dallo sciabordio delle onde. Suoni di copertura, insomma, gradevoli e naturali che hanno il compito di distrarre il paziente dagli acufeni.