

IL SETTIMANALE
CHE TI FACILITA LA VITA

DONNA MODERNA

WWW.DONNAMODERNA.COM



11 GENNAIO 2012
Anno XXV N. 2

€ 2,20

MONDADORI

SUCCEDE SU INTERNET

A.A.A... cercasi amante
per donna sposata pag. 30

UNA SOLUZIONE PER TE

UN WEEKEND PER MOSTRE

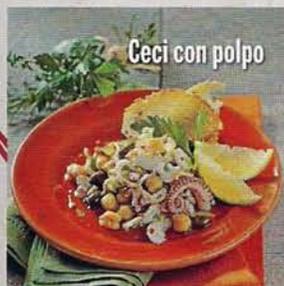
_Quelle da vedere subito
_Quelle da mettere
in calendario nel 2012 pag. 65

**MODA
SOLO CON
DONNE VERE**
(COPYRIGHT
DONNA MODERNA)

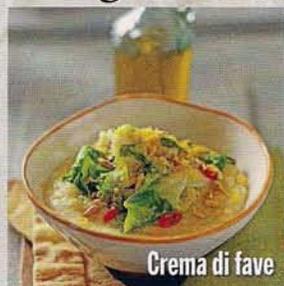
Carola Uecher, 19 anni,
studentessa di Biella

SAPORI D'INVERNO

Piatti ricchi con i legumi pag. 98



Cerci con polpo



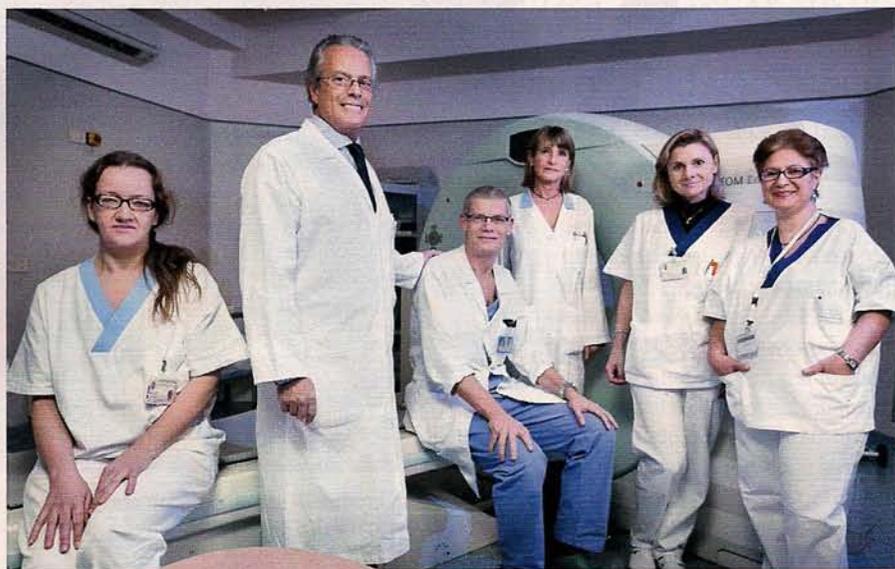
Crema di fave

STILE UN PO' RÉTRO

Moda glamour sottozero pag. 40

Cure hi-tech per i guai all'anca

Non c'è solo l'artrosi. I giovani che esagerano con lo sport, rischiano traumi importanti (e tanto dolore). Questa équipe è una delle pochissime che ripara il danno usando addirittura le biotecnologie



IL MESE DELLA PREVENZIONE

DONNA MODERNA DEDICA IL MESE DI GENNAIO AI PROBLEMI ALL'ANCA IN COLLABORAZIONE CON LA SECONDA DIVISIONE CHIRURGICA DI ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA DELL'ISTITUTO GAETANO PINI DI MILANO, DIRETTA DAL PROFESSOR BRUNO MARELLI (IN PIEDI AL CENTRO CON LA SUA ÉQUIPE). È UN CENTRO EUROPEO DI ECCELLENZA NELLA CURA DELL'ANCA E NELLA RICERCA DI NUOVI FARMACI. GLI ESPERTI RISPONDONO ALLE LETTRICI LUNEDÌ, MERCOLEDÌ E VENERDÌ DALLE 16 ALLE 19 AL 3471199203. OPPURE SI PUÒ INVIARE UN'EMAIL ALL'INDIRIZZO: LMWGALA@GMAIL.COM.

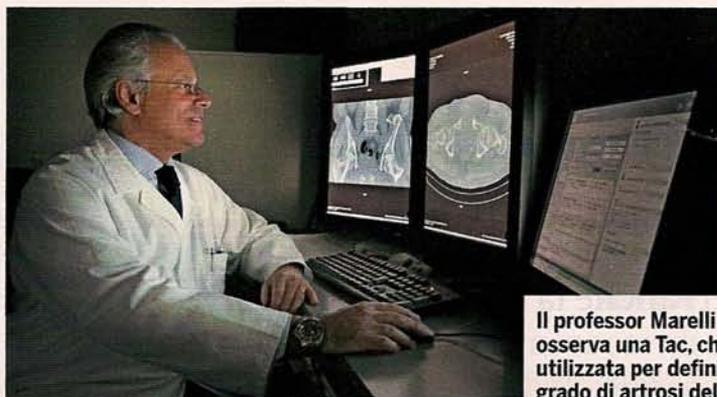
Dolori al fianco, un male "sordo" all'inguine, la strana sensazione di non riuscire a camminare in modo sciolto. È con il freddo, e spesso proprio durante la settimana bianca, che in due casi su tre si scatenano i primi segni di un problema all'anca. Che, sorpresa, non è più dovuto solo all'artrosi, diffusa soprattutto dopo i 50 anni. «Vediamo sempre più giovani con questi sintomi» spiega Bruno Marelli, direttore del Dipartimento di ortotraumatologia generale e della Seconda divisione

chirurgica di ortopedia e traumatologia dell'Istituto Gaetano Pini di Milano, centro di eccellenza nella cura dell'anca. «In passato i disturbi venivano imputati a problemi reumatici e affrontati con antinfiammatori che, però, non risolvevano il problema. Per fortuna sono stati fatti passi da gigante nel campo della diagnostica. Grazie a risonanze magnetiche sempre più sofisticate abbiamo scoperto che quando i sintomi si manifestano prima dei 45 anni spesso si tratta della cosiddetta sofferenza midollare della testa e del collo del femore». La colpa è in genere dell'attività sportiva, come la corsa o lo sci, praticata al di sopra delle proprie forze e senza effettuare esercizi di riscaldamento. Questo provoca un'infiammazione all'articolazione dell'anca che scatena i primi dolorette. Ma se si continua a fare sport agli stessi ritmi, i ripetuti microtraumi possono causare una sofferenza del femore. E, a lungo andare, rischiano di lesionarlo in profondità sino a danneggiare il midollo osseo. Questo tessuto, contenuto all'interno della testa del femore, cioè del "perno" che permette i movimenti dell'anca, è importantissimo perché contribuisce alla produzione delle cellule ossee. Se viene alterato, man mano diminuisce la produzione di

SCOPRI COSA NON VA CON IL MINITEST

I dolori al fianco e all'inguine possono essere il segnale di un problema all'anca, ma anche di disturbi alla schiena oppure alla pancia. In attesa della visita dallo specialista, ecco una prova che si può fare da soli.

1 Sdraiarsi con le gambe ben distese. **2** Portare le ginocchia verso il corpo. **3** Appoggiare le mani sulla parte interna delle ginocchia e senza forzare, aprire le gambe in esterno, "a rana". Se la gamba che ha problemi rimane più alta, si divarica meno e, in più, si avverte il dolore, con ogni probabilità si tratta di un disturbo di anca. Quando infatti l'articolazione è molto infiammata i movimenti perdono la loro naturale fluidità. Una difficoltà che diventa ancora più evidente se è già danneggiato il midollo osseo.



Il professor Marelli mentre osserva una Tac, che viene utilizzata per definire il grado di artrosi delle anche.

nuovo tessuto osseo, con un graduale peggioramento dell'“architettura” dell'anca. Risultato: i dolori diventano continui e si fa più fatica a muoversi. La chirurgia oggi viene considerata l'ultima spiaggia. L'intervento, infatti, si fa solo quando il danno è così avanzato da aver rovinato irrimediabilmente l'articolazione. Si sostituisce l'anca malata con una protesi. «Le più moderne durano 15, 20 anni, il doppio rispetto a un tempo, perché sono composte da materiali più resistenti all'usura. Sono anche più piccole, di dimensioni simili a quelle del femore fisiologico. In questo modo durante l'intervento si evita l'aggressione a muscoli e tessuto osseo, che prima dovevano essere “scavati” per fare spazio alla protesi» dice il professor Marelli.

TERAPIE ALL'AVANGUARDIA

Se il disturbo è all'inizio, invece, bisogna spegnere l'infiammazione e aiutare le ossa della testa del femore a ricostruire in fretta la parte di tessuto che si è già consumata. La cura è con

i bifosfonati, gli stessi farmaci usati per l'osteoporosi e che qui vengono somministrati a dosi molto elevate e per infusione, cioè direttamente in vena goccia a goccia. La terapia dà una sferzata d'energia alle cellule che ricostruiscono l'osso. Si fa in day hospital e dura quattro, sei giorni. Nei casi più gravi si ricorre alle biotecnologie. Si tratta di sostanze o materiali hi-tech ottenuti con l'ingegneria genetica, che vengono applicati chirurgicamente nell'osso da riparare. «Sono cure altamente innovative che comprendono, per esempio, fattori di crescita ossea, cioè sostanze preparate in laboratorio e simili a quelle presenti naturalmente nel sangue, in grado di far aumentare il numero di cellule sane dell'osso. Oppure scaffold, ovvero reti composte da cellule» dice il professor Giorgio Calori, che ha seguito gli studi su queste nuove terapie. «L'obiettivo di questi prodotti è favorire i naturali processi di rigenerazione del tessuto osseo». L'intervento è in anestesia generale. Attraverso tre piccoli taglietti vengono depositati i materiali biotecnologici direttamente nel collo del femore. Qui stimolano l'attività delle cellule responsabili della ricostruzione di nuovo osso. E nel giro di tre, sei mesi riparano il danno. Per il momento queste cure vengono eseguite, oltre che all'Istituto Gaetano Pini, in pochissimi centri ortopedici altamente specializzati. Per sapere quali potete telefonare alla nostra équipe.



CINZIA TESTA GIORNALISTA DI SALUTE. ADORA ANDARE A CACCIA DI NOVITÀ SCIENTIFICHE. SCRIVETELE A DALMEDICO@MONDADORI.IT

La malattia che ti cambia la vita



MARIA RITA PARSÌ

PSICOTERAPEUTA. Con la sua delicatezza e la capacità di leggere nell'anima, raccoglie le testimonianze di chi, in un momento difficile, non rinuncia alla speranza. Scrivetele a lamalattiacheticambiala vita@mondadori.it

Wilma vuole essere diversa dalla madre e dalla nonna. Il fatto che loro abbiano la vitiligine, che si presenta spesso nella stessa famiglia, e lei no, le dà un senso di superiorità e rafforza il suo giudizio negativo sulla vita delle due donne che si sono sposate entrambe perché aspettavano un bambino, procurandosi due mariti deludenti: «Non sarò mai come voi» dice. Ma a 33 anni le macchie bianche della vitiligine si manifestano anche sul suo collo, sulle mani, sugli avambracci, anche lì manca la melanina esattamente come alla mamma e alla nonna. Ed è una rabbia cieca. Si sente prigioniera dello stesso destino. Ma quale destino? Passate le prime ondate di furore Wilma guarda la sua vita: non ha un marito, non ha un fidanzato, nessuno che le voglia bene tranne queste due donne che la amano in silenzio. E la malattia dimostra che lei fa parte di quel circuito familiare, le piaccia o no lì sono le sue radici. Allora vede la mamma e la nonna sotto una luce diversa, ne scopre le qualità, e rappacificandosi con loro accetta anche le macchie. E comincia a navigare in Internet alla ricerca delle terapie possibili. È vero, la vitiligine si cura con difficoltà, però la scienza fa miracoli.

QUESTO ti facilita la vita

Se un bimbo deve portare gli occhiali trovare un modello che lui indossi volentieri ma anche sicuro finora era una bella impresa. Ora non più. Le nuove montature Nau (39,90 euro) sono colorate, superleggere, con ponte e nasello ipoallergenici e in due misure, per adattarsi sempre al suo viso in crescita.