

La mia spalla ogni tanto "scatta": rischio la lussazione? Quali sono le cure più nuove?

## RISPONDE L'ORTOPEDICO

Lo scatto che senti segnala che la testa dell'omero tende a fuoriuscire dalla sua sede. Se lo fa in modo completo si ha la lussazione, se l'osso fuoriesce solo in parte, si ha la sublussazione. In ogni caso la tua spalla è instabile, probabilmente per una lassità dei legamenti congenita o acquisita in seguito a un trauma violento (incidente o caduta) o a microtraumi ripetuti dovuti a sport quali il tennis e la pallavolo.

• **Dopo un'attenta valutazione ortopedica**, fatti prescrivere una Risonanza magnetica o un'artro-Tac con mezzo di contrasto, per meglio inquadrare il problema e impostare la cura più adatta al tuo caso. Se dagli esami emerge un'instabilità della spalla minore (sublussazione), dovrai portare per qualche settimana un tutore ortopedico e completare la cura con un ciclo di riabilitazione funzionale. In caso di instabilità importante (lussazione), è invece necessario sottoporsi a un intervento chirurgico in artroscopia, seguito da un periodo di immobilizzazione con il braccio al collo e dalla fisiochinesiterapia.



**Prof. Giorgio Maria Calori**

chirurgo ortopedico  
a Milano

risponde  
il 12 settembre  
dalle 12 alle 14  
al 02-70300159



istockphoto

■ Gli integratori per capelli non sono tutti uguali

# Caduta dei capelli:

## la formula che nutre la "papilla dermica".

### La "papilla dermica".

Situata nel bulbo, ne regola i cicli di vita, la nascita e il ricambio. È di grande importanza che a questo piccolissimo organo non venga mai a mancare il giusto nutrimento che verrà poi "trasferito" al capello. La buona notizia è che in Farmacia e in Erboristeria possiamo trovare un integratore di **Aminoacidi solforati, Vitamine ed Oligoelementi** scelti e dosati, per assicurare nutrimento e sostegno alla "papilla dermica". Il nome? **Biokap Miglio Donna e Uomo**. Frutto della ricerca e dell'esperienza fito-nutrizionale Bios Line.



### Donna e uomo: c'è una differenza.

Nella donna il problema può essere legato a squilibri o carenze di estrogeni in periodi di stress o in menopausa, mentre nell'uomo la caduta è dovuta in particolare alla 5- $\alpha$ -reduuttasi. Ecco perché due formule con un "cuore" comune, ma destinate ad una "testa" diversa.

### Biokap Miglio Donna

Con *Angelica sinensis* e *Isoflavoni di Soia*, più *Acido Folico* e *Vitamina B12*, che favoriscono l'assorbimento del Ferro e l'ossigenazione cellulare.

### Biokap Miglio Uomo

Contiene *Taurina*, che nell'uomo diminuisce con l'età, estratto di *Semi di Zucca*, ricco in cucurbitine, steroli e fitosterine. *Selenio* e *Vitamina E*.

Leggere le avvertenze riportate sulle confezioni.

**Capsule softgel**  
Facili da deglutire, favoriscono la biodisponibilità di alcuni principi attivi.

**Capelli e unghie**  
Formulazioni indicate per il benessere di capelli e unghie.

**Prezzo e formato**  
€ 22,00 / 60 capsule  
1 mese di trattamento.

**IN ERBORISTERIA  
E FARMACIA**

Seguici su

biosline.com - Servizio clienti: 800 015 142

**BIOS** **LINE**

**NUOVO**

MONDADORI

SETTEMBRE 2012 - € 2,20

**1€**  
(IN ITALIA)

# Starbene

PROVATO PER VOI

**I SAPONI CHE NON LAVANO VIA L'ABBRONZATURA**

**Dolori mestruali**  
CON LA CURA GIUSTA PER IL TUO CARATTERE  
**NON SOFFRI PIÙ**

**MA COSA CI METTONO DENTRO I WÜRSTEL?**

SCOPRILO A PAG. 25

**1x2**

**DAL DENTISTA PUOI TOGLIERE ANCHE RUGHE E... CELLULITE**

## Grasso addominale

**ELIMINALO SENZA DIETA**

**PORTA IN TAVOLA I CIBI SPAZZINO CHE SPENGO NO LE INFIAMMAZIONI**

**FAI A MENO DELL'AUTO RISPARI 3500€ L'ANNO E NON INQUINI**

**MAL DI TESTA**

**3 SOLUZIONI DEFINITIVE PER CEFALEA DA STRESS, ORMONALE E DA INTOLLERANZE**

**PELLE LUCIDA**

**NO** ad alcol e paraffine  
**SI** agli antiossidanti

**SPECIALE KIDS 6-13 ANNI**

**Sesso e bugie: gli italiani sono bravi solo a parole**



UNO DEI PIÙ IMPORTANTI SETTORI PER IL... (small text at the bottom)