

CONSIGLI PRATICI E UMANI AI MEDICI, E DA QUESTI AI LETTORI (3A)

COLON IRRITABILE E TUMORE
Avendo avuto in passato e avendo tuttora il colon irritabile, esiste il pericolo che, col trascorrere degli anni, questo possa trasformarsi in tumore? Grazie. Distinti saluti. Lilly

No, stia pure tranquilla, non ci sono relazioni tra il colon irritabile e il cancro. Per la diagnosi di colon irritabile, un gruppo di specialisti internazionali ne ha definito le caratteristiche, che hanno preso il nome di "criteri di Roma" (città dove si è svolto il simposio). Oltre al tumore vanno esclusi i disturbi da male assorbimento, diverticolite, ischemia, abuso di lassativi, intolleranza al lattosio, ipertireosi e, nelle donne più giovani, l'endometriosi. Bisogna tuttavia aver presente che, al di sopra dei 50 anni, il rischio di tumore all'intestino aumenta. Ad esempio qualsiasi sanguinamento del tratto intestinale, spesso a torto attribuito a eventuali emorroidi, deve essere investigato e chiarito. A tale scopo è necessario effettuare un'ecografia, una risonanza magnetica oppure una rettoscopia o una colonoscopia (sonde a fibre ottiche), per provare l'esistenza di polipi o peggio di un possibile carcinoma.

PREVENZIONE DEI TUMORI (7A) (Dal ns/ servizio informazioni)

4° IL TUMORE ALLA PROSTATA

Epidemiologia:

*È alta la mortalità per tumore alla prostata, infatti è la 3a causa di morte per cancro nel sesso maschile, dopo quelli di polmone e colon.
*L'incidenza è tuttora in aumento.
*Interessa di solito uomini di età superiore ai 55-60 anni.

Cause: *Infezioni virali, alimentazione errata, lavoro sedentario, mestieri o svaghi che possono cagionare dei traumi prostatici.

Cosa possiamo fare?

° Anche per prevenire l'insorgenza di questi carcinomi bisogna seguire una dieta variata, povera di grassi saturi, limitata nei formaggi, salumi e nelle carni troppo arrostate, e invece, ricca di fibre, verdure e frutta.
° Abolire alcool, spezie, fumo e caffè.
° Fare poca vita sedentaria, basta camminare una mezz'ora al dì.
° Evitare attività fisiche che possono provocare danni perineali: ciclotocros, mountain bike, equitazione.

Diagnosi precoce:

*Dopo i 50 anni fare eseguire e sottoporsi, ogni biennio, ai seguenti esami: 1) urine completo; 2) sangue compreso

il P.s.a; 3) ecografia addome inferiore; 4) esplorazione rettale manuale della prostata, se il medico non è un incapace, insensibile o peggio maniaco, non è né fastidiosa né dolorosa; 5) eventualmente una risonanza magnetica. Questi test garantiscono una diagnosi totale.

***L'esame del getto urinario è spesso inattendibile, non ha alcun significato probatorio e può essere strumentalizzato a fini del business operatorio.**
***Altri esami invasivi e dolorosi non sono necessari in quanto superati.**

Segni o sintomi:

° La malattia può non dare sintomi anche quando è avanzata e per questo è spesso individuata per caso.
*Quando ci sono disturbi urinari, con perdite di sangue nell'urina, persistenza di un dolore che si irradia nella schiena e di un sensibile calo di peso.

Note: *Il carcinoma prostatico è piuttosto aggressivo e presenta un'elevata tendenza a produrre metastasi soprattutto a livello delle ossa.
*La sua scoperta nella fase iniziale può evitare un'operazione chirurgica traumatica, e permette una buona guaribilità, che arriva fino al 90% al 5° anno dall'intervento, *se individuato in ritardo la mortalità a breve è elevatissima.*

***Resta sempre il grande problema della poca informazione data dai medici, e la quasi nulla libertà per i malati di decidere se operarsi o no, in base all'età e alla gravità tumorale, per cui a volte si può ritenere l'intervento di prostatectomia un inutile accanimento terapeutico CHE SODDISFA SOLO LE ESIGENZE DI BUSINESS.**

FARMACI E MEDICAMENTI (3A): ACQUA BÒRICA O ACIDO BÒRICO

PROPRIETÀ: è usata come lenitivo al bruciore degli occhi e di altri organi delicati; è anche un blando disinfettante. L'acido bòrico è il componente che col talco forma il "BOROTALCO" (nome brevettato).

EFFETTI COLLATERALI: nessuno.

CONTROINDICAZIONI: nessuna. UNICA PRECAUZIONE: NON VA INGERITA.

MALATTIE E MORBI (3A): ACANTHOSIS NIGRICANS

Rara malattia della pelle (dermatosi) che si presenta secca, ruvida, di colorito bruno scuro, e si solleva in piccoli rilievi.

Le sedi più colpite sono le pieghe ascellari e inguinali, i genitali, il collo, la nuca. Può essere di origine ereditaria o essere la conseguenza di malattie endocrine (di ghiandole o cellule a secrezione interna) o di tumori dell'apparato digerente.

SINTOMI: prurito, bruciore, chiazze.

DIAGNOSI: dopo esami sangue e urine.

TERAPIA FARMACOLOGICA: si ricorre a un trattamento sintomatico locale, integrato da una dieta.

CURE ALTERNATIVE: marine e termali; gocce di Bardana. **-Ns/informazioni-**

L'EQUILIBRIO ACIDO-BASICO

Il grado di acidità dell'organismo (ma non quello gastrico) è il risultato di sottili processi di **controllo dell'equilibrio dell'acido basico**. Lo stato di salute dipende dal grado di acidità. Molte malattie della civilizzazione: reumatismi, demineralizzazione delle ossa (osteoporosi), stanchezza, afte, bruciori urinari, insonnia, possono derivare da una iperacidità dell'organismo. **La misurazione del pH urinario** è semplice e dà un esito attendibile sul grado di acidità del corpo, il cui **riequilibrio** è sovente risolvibile con una modifica delle abitudini alimentari, **se basate su alimenti alcalinizzanti**, e con l'apporto complementare di una miscela di sali nutritivi basici.

ALIMENTI ACIDI E ACIDIFICANTI (DA ASSUMERE CON PARSIMONIA)

Caffè, caffèlatte, tè nero.
Succhi di frutta e pomodoro, cola.
Vino, birra, alcolici.
Zucchero bianco e caramellato.
Marmellate, miele.
Cioccolato/a, creme, pasticceria.
Noci, nocciole, pistacchi, anacardi.
Cereali: frumento, avena, miglio, fiocchi.
Pane bianco, bigio.
Legumi: fagioli bianchi.
Carne rosse, wurstel, pesce, volatili.
Brodi di carne.
Oli vegetali raffinati, burro.
Yogurt, kefir, latte acido.
Frutta acida: agrumi, fragole, lamponi.
Verdura acida: pomodori, crescione, peperoni.
Aceto, o succo di limone per insalate.
Salsa e passata di pomodoro.

ALIMENTI BASICI O ALCALINIZZANTI (da non assumere con gli acidificanti)

Caffè di orzo, farro, ecc., tè verde.
Acqua, acque oligo e minerali, latte crudo.
Zucchero integrale, sciroppo d'agave e acero, concentrati di pere o datteri.
Datteri, fichi, mandorle, noci d/Brasile.
Fagiolini verdi, patate, castagne, mais.
Pane integrale.
Carni bianche: pollo, coniglio.
Oli vegetali di prima spremitura.
Brodi di verdura, o con lievito.
Quark, ricotta, quartirolo, grana.
Banane, meloni, pere dolci, pesche, mele, uva, ciliegie, fichi.
Carote, finocchi, sedano, barbabietole, cipolle, aglio, zucca, zucchini. **segue n/131**

Poesia di Natale

Tu ... Signore ...
eri ... Figlio di Dio ...
Pargol Beato, depresso sulla paglia,
avvolto dall'amore di Maria dolce mamma.
Giuseppe provvido custode,
i pastori e i regnanti
rappresentanti dell'umanità,
speravano nel Padre
e ... adorarono ...
la tua amorevole umiltà.
Sei ... Figlio di Dio ...
Pargol Beato che vieni in mezzo a noi,
inestimabile eredità,
donandoci la speranza nel bene,
in questo mondo inquieto
... dimentico di umanità ...
Sarai ... Figlio di Dio ...
Pargol Beato, e noi fidenti in te,
pregheremo lo Spirito di verità,
affinché illumini le menti,
memori in quel Santo dono
di amorevole umiltà.
Tu eri ... sei ... sarai per l'eternità.
Maddalena Pepe Segat

CAPODANNO: SACRA FAMIGLIA

Per la stragrande maggioranza dei cittadini, il 1° dell'anno è solo una festa del riposo, dopo i fuochi artificiali e la nottata di festa, per l'addio a quello vecchio e di benvenuto per quello nuovo, e magari di bagordi, anche esagerati, cercando di esorcizzare la salute e la vita, nella speranza della felicità che, sovente, non si ottiene.
Mentre, per altri, **la minoranza**, è la festività religiosa, un po' dimenticata, della Sacra Famiglia, quella di San Giuseppe, di Maria Vergine e di Gesù Bambino, quale esempio di Santa serenità per le nostre umane famiglie, quali piccole Chiese domestiche.

EPIFANIA E I RE MAGI

È la festa liturgica cristiana in cui si celebra il ricordo della visita dei **Re Magi**: Baldassarre, Melchiorre, Gaspare, a Gesù Bambino, erano degli astronomi e studiosi delle Sacre Scritture, venivano dall'Oriente guidati dalla Stella Cometa, e portarono in dono al Messia: oro (simbolo della sua regalità), incenso (simbolo della sua Divinità) e mirra (simbolo della umanità del Dio, nati e diventato come noi per elevarci a Lui).
Ancora oggi, nella notte dell'Epifania, a ricordo di quel fatto e dei REALI regali, è tradizione che i Re Magi portino i doni ai bimbi buoni.

Ma la cultura consumistica interessata, alleata a quella atea-materialista e comunista negazionista della esistenza trascendenza del Dio Creatore, dell'anima e della sua immortalità, approfittando di una società in piena caduta di valori morali ed etici e vogliosa della "felicità" terrena, la stanno sistematicamente sostituendo con simboli e personaggi che nulla hanno a che fare col ricordo della Natività, accolto dai più umili, i pastori, ai più regali, i Magi.

Educativamente, eticamente ed eti-

mologicamente: è meglio festeggiare la befanìa o cattiva festa, ossia della befanìa; **oppure è preferibile Epifania o buona festa** dei RE MAGI, umili e riconoscenti verso l'umanità del Dio fattosi uomo?

RUBRICA DI PREGHIERE

A cura di Milly

In questa era pseudo-moderna, senza Dio, dove trionfano il potere, il danaro, i privilegi delle caste, la loro corruzione, le ruberie e l'evasione fiscale, dobbiamo pregare affinché si moltiplichino le vocazioni di sacerdoti buoni e bravi, e che si mantengano tali quelli già al servizio di Dio e dell'uomo, in modo che evangelizzando e santificando, salvino se stessi, denunciando e combattendo pubblicamente i mali e peccati reato corporativi del nostro tempo.

PREGHIERA PER I SACERDOTI

O Dio onnipotente ed eterno, degnati di guardare il volto del Tuo Cristo, fetero Sommo Sacerdote e, per amore di Lui, abbi pietà dei Tuo sacerdoti.
Ricordati, o Dio misericordioso, che anch'essi sono deboli e fragili creature. Mantieni acceso in loro il fuoco del Tuo amore.

Conservali a Te vicini, affinché il demonio nemico non prevalga contro di loro e non siano mai indegni della loro sublime vocazione.

O Gesù! Io Ti prego per i Tuoi sacerdoti fedeli e fervorosi, per quelli tiepidi ed infedeli; per i Tuoi sacerdoti che lavorano in mezzo a noi o nelle "lontane missioni", o che Ti pregano nei conventi; per i Tuoi sacerdoti che sono nelle tentazioni e nel dubbio, per quelli che sono stanchi, nella solitudine e abbandonano, perché abbiano fiducia in Gesù e Maria, e ritrovino la forza di ascoltarci e consolarci; per i Tuoi sacerdoti giovani o anziani, affinché riscoprano il valore della confessione; per quelli ammalati o agonizzanti; per le anime di quelli che soffrono nel purgatorio; un sacerdote Santo porta in cielo molti fedeli.

Ma soprattutto io Ti raccomando i sacerdoti che mi sono più cari: quello che mi ha battezzato; che mi ha preparato alla mia prima confessione e Santa Comunione, quelli che negli anni mi hanno assolto dai peccati; che durante le Sante Messe mi hanno dato nell'Eucarestia il Tuo Corpo e il Tuo Sangue; quelli che mi hanno insegnato e istruito nel Vangelo; che mi hanno incoraggiato e consigliato; quelli a cui mi unisce un debito di gratitudine, cosicché quelli legati ai soldi e al potere; anche quelli arroganti che si sono rifiutati di aiutarmi, che non mi hanno ascoltato, né consigliato, né consolato e che mi hanno abbandonato. **Amen**

AUSPICI PER IL NUOVO ANNO PARTENDO DAL NUOVO GOVERNO di Api

Saprà sul serio mettere mano, **nel ri-**

durre le uscite, dei palazzi, dipendenti pubblico-burocratici, politica e politicanti-faccendieri, baby e falsi pensionati e invalidi, e medici e pubblici ufficiali complici? Oltre a mettere le mani nelle tasche di chi lavora, coi sacrifici di lacrime e sangue per i cittadini meno abbienti e per il ceto medio-piccolo, al di là di quelle di coccodrillo già versate, e di tassare in modo demagogico le imbarcazioni e auto di lusso, anziché i redditi e i patrimoni e fare dei blitz occasionali, invece di controllare che lavoro fanno e che redditi dichiarano coloro che se la spassano con viaggi arei in lontani lidi o che, **bene informati perché "abitanti" nei palazzi**, comprano titoli di Stato italiani con interessi oltre il 7%, eppoi dopo pochi giorni, rifilano ai normali mortali, in una nuova vendita, dello stesso tipo fissan-done, però, il rendimento al 2,5%; o peggio che investono in titoli di Stati esteri, pur prendendo minori rendimenti, specie effettuati da coloro che si dichiarano onesti e paladini dell'onestà contro la disonestà di loro simili facenti parte della medesima casta, corporazione, lobby parassitarie.

Ossia degli appartenenti alle solite vergognose caste dei "re di danari" responsabili in maggioranza e in primis del dissesto dello Stato-Stellone, coloro che compiono o avallano ogni sorta di corruzioni, collusioni, connivenze malandazzi, sprechi, lazzaronismi, sabotaggi, malversazioni, soprusi e cattiverie che stanno rovinando il nostro Bel Paese: politici, alto-burocrati, giudici e magistrati, molti, forse troppi avvocati, notai, confindustrial-finanzieri, sindacalisti e giornalisti, che fanno carriera, patrimoni e soldi con le chiacchiere di bocca o di penna, senza o scarsi fatti e risultati concreti, se non per loro.

Nell'epoca della 1^ Repubblica quella dei 7 partiti, ormai degenerati: Dc, Pci, Psi, Psdi, Pri, Pli, Msi (più Sud-Tirolo Volkspartei e Valdotene); il debito pubblico era sopportabile; la corruzione consisteva nell'arricchirsi sulla cosa pubblica, stando nel posto giusto, nell'arco di tre legislature; nella ipocritamente detta 2^ Repubblica, quella di Mani Pulite, Forza Italia, Ulivo e di Lega, in una legislatura, con quest'ultima recordman in doppi incarichi, nepotismi, assenteismi, corruzioni, intralazzi e nelle non esistenti proposte di legge, come pubblicheremo nei prossimi numeri.

In quella dei "tecnici" del governo Monti (senatore a vita ad hoc) e del Presidente Napolitano (da mesi in gestazione, con regia anche estera), e che in alcune sue prese di posizione ed esternazioni è andato più in là dei suoi compiti costituzionali; i loro provvedimenti - a parte che li potevano fare anche i bambini dell'asilo senza scomodare i "professori" - sono, perlopiù, anticostituzionali; e con i quali si sta forse inaugurando una nuova stagione la 3^ Repubblica (-china), assicurando un futuro alle loro future generazioni, spogliandoci mentre camminiamo e per cui non faremo più figli, stanno decidendo, chi deve morire e chi vivere (oltre a loro), ma senza partecipazione e quali zombi al loro servizio.

