



Libro formato chiuso cm 17 x 24, pagine 114

Stampa in bianco nero in fronte retro su carta smaltata gr. 90

Copertina a colori su carta patinata opaca plastificata gr. 300

Rilegatura a filo rete con brossura colla a caldo

Prima Edizione giugno 2000

## EDUCAZIONE SANITARIA

### Raimondo Villano - Manuale sanitario per la Terza età

#### Prefazione

Scopo del presente lavoro è di offrire un agile strumento di consultazione che migliori sia l'individuazione e la fruizione di talune strutture esistenti e l'informazione sui principali percorsi burocratici che l'effettuazione di scelte e di comportamenti nonché il rafforzamento di cognizioni ed autoformazione nell'importante e delicato settore sanitario.

Tutto ciò, sia pur considerando che i cambiamenti normativi, operativi ed anche logistici sono tutt'altro che infrequenti, può senza dubbio concorrere ad accrescere consapevolezza ed autosufficienza di massima nel lettore e, pertanto, in definitiva, porlo in grado di essere sempre più "soggetto" anziché meramente "oggetto" del Servizio Sanitario in un virtuoso sinergismo con gli sforzi che, d'altro canto, continuamente si prefiggono di effettuare ai vari livelli gli operatori del settore.

Concorrere al miglioramento della qualità della vita nella terza età non poteva trovare indifferente il Club, che ringrazio per aver promosso e sostenuto questa mia iniziativa, essendo, in generale, nello spirito stesso del Rotary International, oltre che negli obiettivi e nelle azioni di suoi organi istituzionali, eminentemente presente il "servire" il prossimo, l'uomo, la società e, più in particolare, tra le varie componenti sociali proprio gli anziani.

Raimondo Villano

#### Pagina gratulatoria

Si ringrazia l'Istituto di Statistica della Facoltà di Economia dell'Università Navale di Napoli nella persona del Preside Prof. Claudio Quintano per la cortese collaborazione prestata per l'elaborazione del questionario sulla terza età.

#### Indice

**Viaggio e vacanze:** Farmacia da viaggio, Il diabetico in viaggio, Certificazioni sanitarie richieste dai vari Paesi, Vaccinazioni consigliate dai vari Paesi.

**Alimentazione:** Alimentazione nella terza età, L'altezza e il peso messi a confronto, Guida alle vitamine e ai sali minerali, La tabella dei sali minerali, Raccomandazioni nutrizionali per la terza età, Indicazioni terapeutiche delle acque minerali.

**Farmaci:** Criteri generali sull'uso corretto dei farmaci; Assunzione dei farmaci più ricorrenti; Interazioni farmaci - alimenti; Temperatura di conservazione dei farmaci.

**Patologie:** Elementi di prevenzione e autocura; Acidità di stomaco; Cancro; Colesterolo alto; Diabete; Dolore articolare e muscolare; Igiene orale; Insonnia; Insufficienza venosa - varici; Ipertensione; Ipotensione; Misurazione della pressione arteriosa; Osteoporosi; Protesi dentarie; Raffreddore e sindromi influenzali; Stipsi.

**Sicurezza:** Consigli pratici di sicurezza elettrica domestica; Linee di comportamento in caso di ingestione, inalazione o contatto con prodotti tossici, Rimedi per agenti tossici.

**Assistenza sanitaria:** Principali norme di assistenza sanitaria, Assistenza sanitaria di base; Assistenza medica di base; Assistenza specialistica; Assistenza in regime di ricovero; Cure termali; Prestazioni specialistiche non convenzionate; Servizio di Guardia Medica; Assistenza sanitaria integrativa; Prodotti dietetici; Ossigeno liquido per terapia a lungo termine; Presidi sanitari per diabetici; Esenzioni ticket; Assistenza riabilitativa; Patologie morbose che danno diritto all'esenzione della quota percentuale.

**Strutture e servizi sanitari locali:** Servizi territoriali pubblici, Poliambulatori, Ospedali, Cliniche e Case di Cura, Centri privati.

**Utilità - Emergenza:** Numeri telefonici utili; Numeri telefonici di emergenza.

**Detrazioni fiscali sanitarie:** Spese mediche; Analisi e radiografie, terapie, riabilitazione e assistenza; Protesi e apparecchi; Cure a familiare defunto; Non vedenti e sordomuti; Detrazioni per portatori di handicap; Medicinali; Spese veterinarie.

#### **Bibliografia essenziale**

#### **Scheda di valutazione del manuale**

#### **Questionario sugli anziani**

antifumo in Campania; Numero verde sul funzionamento del Sistema Sanitario Nazionale; Numeri telefonici di emergenza: Pronto Soccorso; Rianimazione; Centri Grandi Ustionati; Centri antiveleni; Associazioni nazionali di pazienti; Malattie neurologiche; Malattie dell'apparato digerente; Malattie del sistema cardiovascolare; Malattie endocrine, nutrizionali e metaboliche; Malattie infettive; Malattie oncologiche; Malattie pediatriche; Malformazioni congenite, anomalie cromosomiche; Patologie della funzione uditiva; Patologie oftalmiche; Trapianti d'organo.