

## EDUCAZIONE SANITARIA

---

### Raimondo Villano - Manuale sanitario

#### Indice

**Viaggio e vacanze:** Farmacia da viaggio, Problema della conservazione dei medicinali, Farmaci e spostamento del fuso, orario, Il diabetico in viaggio, Certificazioni sanitarie richieste dai vari Paesi, Vaccinazioni consigliate dai vari Paesi;

**Alimentazione:** Gli alimenti, Indirizzi di sana alimentazione, Classificazione dell'obesità, Alimentazione nella terza età, Alimentazione nello sportivo, Raccomandazioni nutrizionali, Anoressia e bulimia, Dieta frazionata, L'altezza e il peso messi a confronto, Composizione chimica e valore energetico degli alimenti, Tabella delle vitamine, Tabella dei sali minerali;

**Raccomandazioni nutrizionali speciali:** Allergie, Calcolosi biliare, Calcolosi renale (litiasi di natura non precisata), Calcolosi renale da acido urico – Gotta, Calcolosi renale da fosfati, Calcolosi renale da ossalati, Colite, Diarrea, Emorroidi, Epatite cronica, Epatopatia, Gastrite cronica, Gravidanza, Gestazione e allattamento, Influenza, Insonnia, Ipercolesterolemia – Ipertrigliceridemia, Ipertrigliceridemia pura, Ipertensione arteriosa, Malattie del pancreas, Meteorismo, Stipsi semplice e atonica, Ulcera peptica, Indicazioni terapeutiche delle acque minerali;

**Farmaci:** Corretto uso del farmaco da parte degli anziani; Conservazione dei farmaci; Scadenza dei farmaci; L'armadietto ideale; Assunzione dei farmaci più ricorrenti; Interazioni farmaci - alimenti; Temperatura di conservazione dei farmaci

**Elementi di prevenzione ed autocura:** Cancro; Colesterolo alto; Colpo di calore; Controlli sanitari per età; Diabete; Fumo; Ipertensione; Ipotensione; Misurazione della pressione arteriosa; Morte in culla - Fattori di rischio; Osteoporosi; Protesi dentarie; Sars; Vertigini; Acidità di stomaco; Calura; Denti - Mal di denti; Diarrea; Dolori addominali; Echimosi palpebrali (occhio nero); Febbre; Igiene orale; Insonnia; Insufficienza venosa - varici; Protesi dentarie; Protezione dal sole; Raffreddore e sindromi influenzali; Reflusso esofageo; Stipsi; Stress; Ulteriori indicazioni per il benessere e il prolungamento della vita.

**Elementi di primo soccorso:** Assideramento; Avvelenamento accidentale; Rimedi per agenti tossici; Coma diabetico e reazione da eccesso di insulina; Congelamento; Convulsioni; Cuore – Infarto; Emorragia; Ferite da punta; Folgorazione; Fratture; Gola - Corpi estranei; Massaggio cardiaco; Morsi - Cani, gatti, rettili; Naso - Corpi estranei, emorragia; Occhi - Corpi estranei; Orecchi; Perdita di coscienza; Posizione di sicurezza; Punture di ape, vespa, calabrone, formiche, zanzare; Punture - Pesci velenosi, ricci di mare. Contatto con meduse; Punture: Scorpioni, ragni, zecche; Schegge; Scottature solari; Shock; Singhiozzo; Slogature, lussazioni, storte, distorsioni; Soffocamento - Respirazione artificiale; Tagli, graffi, escoriazioni; Testa (trauma cranico); Tetano; Trasporto di un ferito; Ustioni chimiche, ustioni e scottature gravi o leggere; Vesciche; La cassetta del Primo Soccorso.

**Sicurezza domestica:** Incidenti domestici; Impianti elettrici; Consigli pratici di sicurezza elettrica domestica; Apparecchi di cottura; Bombe di gas; Serbatoi di gas; Estintori; Campi magnetici; Rumori; Personal computer; Climatizzazione; Microclima; Illuminazione; Controlli su elettricità/gas; Assicurazione per incidenti da gas.

**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; Progetto “Tessera sanitaria”.

**Assistenza sanitaria ai cittadini stranieri:** Cittadini stranieri appartenenti all’Unione Europea; Cittadini stranieri non appartenenti all’Unione Europea ed apolidi; Assistenza per i detenuti; Iscrizione volontaria al SSN; Stranieri regolarmente soggiornanti non iscritti al SSN; Invalidità civile - Assistenza sociale; Ingresso e soggiorno per cure mediche; Trasferimento in Italia nell’ambito di interventi umanitari.

**Leggi e ordinamenti:** Obblighi del medico di informazione al paziente; Il danno iatrogeno; Il risk management ospedaliero; Obesità e invalidità; Norme a tutela dei pazienti oncologici; Nuove norme antifumo; Danni da vaccini e emoderivati; Caratteristiche qualificanti dell’Europa della salute; Cure mediche in Europa: documenti e assistenza;

**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.

**Glossario sanitario:** Frasi indispensabili per fronteggiare le situazioni d’emergenza; Le frasi da usare in caso di malesseri o problemi sanitari; Se si ha bisogno di una farmacia; Indispensable sentences to face an emergency situation; Phrases to be used in cases of illness or health problems; If you need a chemist; Les phrases indispensables en cas d’urgence ; Les phrases à utiliser en cas de malaises ou de problèmes de santé ; Si vous avez besoin d’une pharmacie ; Unentbehrliche Sätze, um eine Notsituation zu bewältigen; Sätze, die man benutzen kann, wenn man unwohl ist oder Probleme sanitärer Art hat; Wenn sie eine apotheke brauchen; Frases indispensables para enfrentarse con una situación de emergencia; Frases que se utilizan en caso de malestares o problemas sanitarios; Si ud. Necesita una farmacia;

**Numeri telefonici utili:** Cancro; Cecità; Cardiologia; Diabete; Distrofia muscolare; Empatie; Epilessia; Handicappati e invalidi; Malattie renali; Parkinson; Pazienti spastici; Reumatismo; Sclerosi multipla e sindromi analoghe; Sordità; Trombosi; Tubercolosi; Centri per la profilassi dei viaggiatori internazionali autorizzati a praticare la vaccinazione contro la febbre gialla ed a rilasciare i relativi certificati validi per uso internazionale; Centri ospedalieri convenzionati SSN per la terapia dei Disturbi Alimentari; Centri 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.