

Epilessia, le regole delle vacanze in sicurezza

Corriere Salute Corriere della Sera

Giovedì 30 Luglio 2020

In breve

corriere.it/salute

17

Lice

Epilessia, le regole delle vacanze in sicurezza

Vacanze in sicurezza anche per chi è affetto da epilessia. Basta rispettare alcune fondamentali regole. Assumere i farmaci alla stessa ora ed evitare alterazioni del ciclo sonno-veglia sono le prime importanti raccomandazioni a cui attenersi per poter godere appieno dei momenti di relax e svago al di fuori della propria città, senza correre rischi. A sottolinearlo è la Lega Italiana Contro l'Epilessia (<https://lice.it>) che fornisce tutte le istruzioni per viaggiare senza problemi.

Onda, Aisme Biogen

Testimonianze sulla sclerosi multipla

Ha raccolto migliaia di testimonianze (sul sito www.iononsclero.it e la pagina Facebook), la prima fase della 6ª edizione di «IO NON SCLERO», il progetto di informazione e sensibilizzazione sulla sclerosi multipla sviluppato da Biogen e Fondazione Onda, in collaborazione con Associazione Italiana Sclerosi Multipla (AISM) e il patrocinio della Società Italiana di Neurologia (SIN). SM in un contesto di emergenza sanitaria. Da questi contributi nascerà la speciale agenda 2021.

Blog Malattia Opportunità

«Perché riesco a sorridere nonostante le cicatrici»

Domenica 2 agosto sul blog Malattia come opportunità di Corriere Salute (<http://malattiaopportunita.corriere.it>) vi proponiamo la testimonianza di un giovane affetto da Talassemia major e nell'adolescenza colpito da una leucemia. Adesso dice: «Nonostante le tante cicatrici che ho addosso riesco a sorridere ogni giorno, perché ogni giorno è una conquista con un pizzico di consapevolezza in più».

SIDeMaST

Servizio di video-consulto dermatologico gratuito

La Società Italiana di Dermatologia medica, chirurgica, estetica e delle Malattie Sessualmente Trasmesse (SIDeMaST) lancia «Atopia Visita Virtuale», la prima iniziativa di video-consulso dermatologico gratuito in Italia dedicata ai pazienti adulti affetti da dermatite atopica e da altre patologie correlate all'atopia. L'iniziativa, promossa in collaborazione con Paginemediche, piattaforma di salute digitale, è accessibile attraverso il portale atopia.paginemediche.it.

Il progetto



Veronica Maya, conduttrice televisiva e showgirl (Foto Sos Villaggi dei Bambini)

Centro estivo online «Lezione SOSpesa»

SOS Villaggi dei Bambini propone «Lezione SOSpesa» (www.lezionesospesa.it), il centro estivo online 2.0 gratuito, accessibile da smartphone, tablet e pc. La Lezione online si ispira all'abitudine, tutta partenopea, di lasciare un caffè pagato («sospeso») al bar. In questo caso, per offrire attività di svago e divertimento, ma anche video-lezioni da parte di volti noti (tra i quali Veronica Maya, nella foto) e non, in più la disponibilità di molti volontari ad impartire lezioni e ripetizioni gratis durante l'estate, in tante materie, a studenti di tutte le età. La piattaforma è anche un valido aiuto per lo svolgimento dei compiti delle vacanze o per chi ha necessità di recuperare le lacune in alcune materie prima. Si possono prenotare incontri online con tutor che seguiranno lo studente passo per passo, in modo completamente gratuito per tutte le famiglie. L'iniziativa può essere sostenuta con una donazione libera.

Enpap e Con i Bambini

Interventi psicosociali a favore dei minori

Enpap (Ente di Previdenza ed Assistenza per gli Psicologi) e l'impresa sociale «Con i Bambini» hanno firmato un protocollo d'intesa con cui si impegnano a collaborare, in particolare nelle prossime fasi di uscita dall'emergenza sociale e sanitaria legata alla pandemia da Covid-19. Obiettivo, attivare interventi psicosociali per i minori, finalizzati alla prevenzione e al contrasto della povertà educativa minorile. Per informazioni: www.conibambini.org.

Il sito



www.avis.it
Associazione Volontari Italiani Sangue

Ogni giorno 1.800 persone hanno bisogno di trasfusione per sopravvivere: la richiesta di sangue non si ferma mai, neppure ai tempi del Covid e in estate. Informazioni su come donare sangue e plasma in piena sicurezza sono disponibili sul sito dell'Associazione Volontari Italiani Sangue www.avis.it. In home page, scegliendo tra le notizie in evidenza la voce «Anche d'estate è importante donare» e cliccando su «Scopri di più», si trovano notizie su come è organizzata la raccolta di sangue in questo periodo e si può scaricare il vademecum coi consigli utili su cosa fare per essere tutti più sicuri. Nella sezione «Donazione» si spiega (anche in un video) quali sono i requisiti per diventare donatori di sangue, su perché è indispensabile non solo in situazioni d'emergenza/urgenza, sull'utilizzo dei farmaci plasmaderivati, sulle diverse tipologie di donazione. Sempre in questa sezione si accede all'area «Sangue» che contiene approfondimenti su composizione, funzioni svolte, su come si conserva e un video di presentazione dal titolo: «Le trasfusioni rappresentano un livello essenziale di assistenza».

Maria Giovanna Faiella

LIBRI



Ricordati di Bach
Alice Cappagli
Einaudi
Pag.256
Euro 17,50

Un violoncello, una lesione. E il potere «curativo» dei sogni

Cecilia ha otto anni quando la macchina della mamma va fuori strada. L'incidente le provoca una grave lesione del nervo radiale del braccio sinistro e così inizia la lunga stagione di dolore, operazioni, fisioterapia. Ma la bambina «curata come un bonsai» impara a destreggiarsi tra tutori e sensi di colpa familiari e scopre presto la sua vocazione per la musica. Nella casa dei nonni trova per caso riposto in uno strano «sarcofago» un vecchio violoncello mal ridotto, smontato e con le «corde allentate, anche lui aspettava tempi migliori». Tra la piccola e lo strumento musicale

c'è subito intesa: sarà un violoncellista a dispetto della mano morta. Ma anche per una ragazzina ostinata come Cecilia la strada è in salita, non è facile persuadere i genitori a lasciarla studiare al conservatorio e lo è ancora meno «convincer» le dita ad alzarsi nel modo giusto con quel «benedetto nervo radiale che faceva cilecca ogni due per tre». Ma talento e ostinazione sono la miscela giusta per farcela, e Cecilia ce la fa a dispetto delle corde che le segano le dita, di un maestro di musica discutibile, di una serie di circostanze che lasciamo scoprire al lettore. Con

questo romanzo di formazione (che poi del tutto fiction si scopre non è) la violoncellista-scrittrice Alice Cappagli affronta con sensibilità e ironia temi delicati come la malattia, la riabilitazione e il potere «curativo» di una forte passione. E con la stessa delicatezza psicologica ricostruisce le atmosfere di *Niente caffè per Spinoza*, il romanzo in cui aveva raccontato il declino dell'anziano professore di filosofia che perde la vista ma non la capacità di vedere chiaro nell'animo umano.

Monica Virgili
© RIPRODUZIONE RISERVATA



L'appuntamento degli insonni
Gabrielle Levy
Salani
Pagine 224
Euro 14,90

Terapia di gruppo per chi affronta ogni notte a occhi aperti

Non potrebbero essere più diverse le vite di Michèle, Lena, Claire, Jacques ed Hervé. Eppure una cosa li accomuna: la battaglia che affrontano, e perdono, ogni notte per dormire. La speranza di riuscire a superare l'insonnia li porta a partecipare a incontri di gruppo. Tra una seduta e l'altra, raccontando le proprie giornate (accuratamente annotate nei diari del sonno) cominciano a riflettere anche sui legami e sulla paura della solitudine e sul loro «buio» interiore. Con toni lievi da commedia, Gabrielle Levy nel suo primo romanzo affronta un «fenomeno bizzarro ma per niente raro», che complica la vita a chi ne soffre, ma che si può anche affrontare e superare.

M. V.



La grande fuga
Ulf Stark
Iperborea
Pagine 156
Euro 12,00

Il nipote che organizzò l'evasione del nonno dall'ospedale

Un nipotino intraprendente e un nonno molto burbero ricoverato in ospedale. La storia di un'impossibile fuga alla ricerca di ricordi e di un senso dell'esistenza, nell'attesa di un nuovo e definitivo incontro. Una storia per ragazzi che ha molto da insegnare agli adulti, nella quale la dialettica è fra un arido e un ben educato cinismo e un incosciente e vitale amore. Fra una preziosa composta di frutta in cui c'è la vita di chi l'ha fatta, una raffica di parolacce e un dizionario per presentarsi con le parole giuste all'amata per sempre, Ulf Stark confeziona un racconto delizioso e divertente, arricchito dalle illustrazioni di Kitty Crowther.

L. Rip.