

# Età avanzata:



MedPop

disturbi salutari e cure popolari

.php [◇](#) .html [◇](#) .pdf

Categoria: [Enciclopedia](#) [◇](#) [Patologia](#) [◇](#) [Terapia](#) [◇](#) [Pediatria](#) [◇](#) [Geriatrics](#)

[PT MmP](#) [↑](#) [PT CSA](#) [↑](#) [MmP](#)  
[24](#) [↑](#)

[PT 6.2](#) [↑](#) [Gioventù](#) [↔](#) [Età avanzata](#)

[↑](#) [Crescita e sviluppo](#): [↑](#)

[Gioventù](#) [↔](#)

[↔](#) [Età avanzata](#)

## Su questa pagina ... (sopprimi)

1. [Gerontologia e Geriatria \(Età avanzata\)](#)
  - 1.1 [Sistema scheletrico](#)
  - 1.2 [Apparato tegumentario \(pelle\)](#)
  - 1.3 [Sistema urinario](#)
  - 1.4 [Apparato respiratorio](#)
  - 1.5 [Apparato digerente](#)
  - 1.6 [Apparato cardiovascolare](#)
  - 1.7 [Organi di senso specifici](#)
  - 1.8 [Sistemi riproduttivi](#)
  - 1.9 [Cervello e capacità mentali](#)
2. [La morte](#)
3. [Annessi](#)
  - 3.1 [Bibliografia](#)
  - 3.2 [Sitografia](#)
  - 3.3 [Commenti](#)
  - 3.4 [Allegati](#)

Autori: [P. Forster](#) & [B. Buser](#)



Il presente testo è stato revisionato, illustrato e linkato da [Daniela Rüegg](#) in base allo scritto [Patologia crescita e sviluppo PT 6.2](#).

*In questo capitolo sono trattati temi che vanno dall'adulto alla menopausa e andropausa, in età avanzata, senescenza e al lavoro di lutto dopo la morte di una persona. È bene tener presente che la maggioranza di questi non sono minimamente "patologici" e nemmeno "disturbi," ma normalissimi stadi dell'esistenza accompagnati dai relativi disagi in età avanzata.*

# 1. Gerontologia e Geriatria (Età avanzata)

[fratture del collo del femore](#) terzaeta [◇](#) [l'anziano](#) maurizioangelucci [◇](#) [sessualità maschile e terza età](#) geragogia

Cambiamenti degenerativi che caratterizzano frequentemente la senescenza.

Non mi lamenterò che viviamo in un tempo il cui ideale sembra l'eterna giovinezza e la senescenza passa come malattia; forse è stato sempre così per chi se lo poteva permettere finanziariamente. Ritengo anche lecito passare alla senescenza senza rilevanti danni e malanni. Detesto solo l'ideologia che non vuol ammettere che l'età fa perdere alcune capacità fisiche (e guadagnarne altre), e che mette in risalto dubbiosi principi estetici prima di quelli etici. E anche se li detesto, ad un mio cliente che desidera indicazioni in merito, le fornisco senza commento, perché non mi sento di dover giudicare.



*Il tema è trattato specificatamente in diversi scritti di tutoria sulla Terza Età.*

[Tutoria](#) | [MmP 24.3](#) | [PT 6.2](#) | [Ricettari](#) | [Referenze](#) | [Versioni](#) | [.php](#) | [.html](#) | [.pdf](#)

Terza età

[Indice](#)

[Gerontologia](#)

[Menopausa](#)

[Andropausa](#)

[Geriatria](#)

Correlati

[PT 6.1](#)

[PT 6.2](#)

[MmP 18.4](#)

[MmP 18 S](#)

[MmP 24.3](#)

[CSA](#)

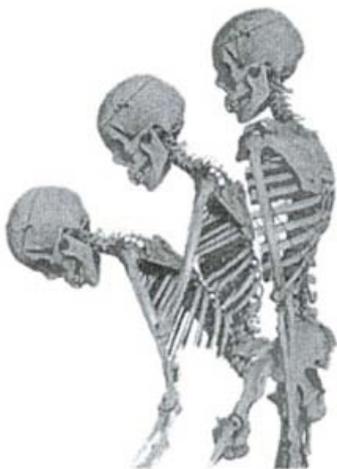
[AM 27](#)

Vengono trattati i seguenti temi:

[Sistema scheletrico](#) [◇](#) [Apparato tegumentario \(pelle\)](#) [◇](#) [Sistema urinario](#) [◇](#) [Apparato respiratorio](#) [◇](#) [Apparato digerente](#) [◇](#) [Apparato cardiovascolare](#) [◇](#) [Organi di senso specifici](#) [◇](#) [Sistemi riproduttivi](#) [◇](#) [Cervello e capacità mentali](#) [◇](#)

## 1.1 Sistema scheletrico

[Osteoporosi](#) it.Wikipedia ◊ [postura nell'anziano](#) eurom ◊ [malattie ossee](#) MmP ◊ [Anoressia](#) heath



- Le ossa cambiano struttura, grado di calcificazione e forma.
- Compaiono sbavature marginali che possono limitare il movimento.
- La diminuzione delle dimensioni e della densità aumenta il rischio di fratture.

Come prevenzione (specialmente per le donne) valgono le regole per la prevenzione dell'osteoporosi.

Nell'osteoporosi diminuisce il volume osseo anche se la mineralizzazione è spesso regolare (a volte è anche combinata con osteomalazia). Secondo il modello sistemico ci possono essere diverse cause quasi sempre combinate:

- Inattività fisica (paresie, malattie, incidenti ... ).
- Età.
- Alimentazione.
- Ca, P, proteine, Vit. C, Vit. D scarsi.
- Corpo troppo acido (fa escretare troppo Ca; misurare acidità dell'urina).
- Dipendenze come alcolismo, anoressia, sottopeso (BMI > 20).
- Iatrogeni: diversi medicinali come lungo uso di cortisone sistemico.
- Malattie: disfunzioni paratiroidi, ghiandole surrenali.
- Mancanza di estrogeni/testosteroni in senescenza.

Una terapia coadiuvante consiste nelle seguenti misure:

- Passare giornalmente un'ora fuori casa all'aperto.
- Movimenti senza sforzo (passeggiare).
- Dieta ricca di calcio e Vit. D (prodotti lattici) e equilibrata (attenti i vegetariani).
- Regolari massaggi molto dolci per interrompere spasmo <?> dolore.
- Controllo e regolazione dell'acidità del corpo → [ric. A](#)
- Se necessario, aggiunta di calcio/vit. D con pastiglie → [ric. B](#) o "fatto in casa" → [ric. C](#).
- Se necessario controllo e regolazione del profilo ormonale (femmine) → [ric. D](#).

**Ricettario galenico magistrale: A) Controllo e regolazione acidità**

**Rp.:** A) Controllo e regolazione acidità

Strisce di controllo urina Uralyt



Basica (Klopfer-Nährmittel GmbH - 85737 Ismaning)

Modulo di controllo acidità

**D.S.** Controllare mattina, mezzogiorno e sera l'acidità dell'urina e notare sul modulo. Ingerire 1 c.t. di polvere basica per ogni casella sotto il valore 6.2

[Abbreviazioni](#)

### Ricettario galenico magistrale: **B)Aggiunta Vit. D/Calcio**

**Rp.:** B)Aggiunta Vit. D/Calcio

Decalcit

(Ed. Geistlich Söhne AG - 6110 Wolhusen)

**D.S.** 1 pastiglia al giorno (orale). Non sovradosare (ipervitaminosi D).

Oppure 2 misurini di polvere in un pò di liquido.

[Abbreviazioni](#)



Osteoporosi e osteomalacia: aggiunta alimentare.

### Ricettario galenico magistrale: **Aggiunta Vit. C/Calcio ricetta casalinga**

**Rp.:** Aggiunta Vit. C/Calcio ricetta casalinga

Uova fresche No. 6

Succo di limone fresco q.s.

Vino Marsala o Malaga q.s.

**f.** macerato: coprire le uova (fresche, vanno a fondo) con succo di limone e metterle in un vaso chiudibile ermeticamente per almeno 3 settimane; poi filtrare il macerato col colino da caffè.

**f.** liquore: aggiungere al liquido filtrato la stessa quantità di vino dolce; imbottigliare, conservare in luogo fresco e al buio.

**D.S.** Ingerire 1-2 cl al giorno.

[Abbreviazioni](#)

### Ricettario galenico magistrale: **D)Regolatore ormonale femminile in menopausa**

**Rp.:** D)Regolatore ormonale femminile in menopausa

TM Agni Casti 120

TM Dioscorea Vil. 120

TM Hydrastis 060

TM Senecionis 060

TM Cimicifugae 540



Marsala

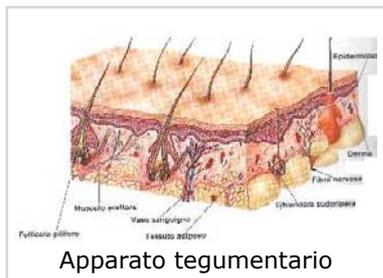


Hydrastis

**D.S.** Diluire in un pò d'acqua 20 gocce 3 volte al giorno.

[Abbreviazioni](#)

## 1.2 Apparato tegumentario (pelle)



- La pelle diventa secca, sottile e poco elastica.
- La pigmentazione cambia.
- I capelli si diradano.

Servono le seguenti misure igieniche:

- Evitare troppo sole, niente solarium.
- Spesso all'aperto (passeggiate all'aria fresca), poco stress.
- Cura della pelle con oli nutritivi.
- In caso di sudore bere in abbondanza.

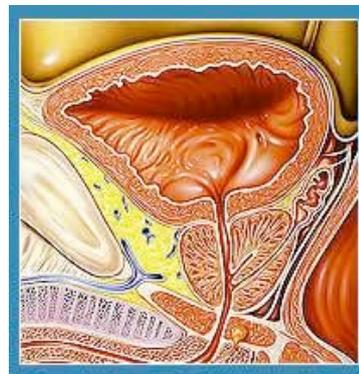
Si può spendere molto per mantenere la pelle elastica e sana. Il seguente modo serve nche per altre funzioni dell'organismo:

- Complesso antiossidante:
  - Vitamina C: 0.5 ... 2 gr.
  - Vitamina E: 200 ... 400 mg.
  - Betacarotene: 15 mg.
  - L-Cisteina: 0.5 ... 1.5 gr.
  - Coenzima Q 10: 30 ...100 mg.
  - Metionina: 50 mg.
  - Selenio: 50 ...100 mcg.
  - Zinco: 15 mg.
  - Manganese: 5 ... 7.5 mg.
- Complesso vitamina B: con min 2.5 mg di vitamina B6
- Proteine basso molecolari: 10 ... 20 gr.
- Acido gammalinolenico: olio di enotera 2 ... 4 caps.
- Acidi lipidici essenziali: 1 ... 2 cucchiaini da minestra (al giorno) di olio di sesamo, lino, granoturco o cartamo pressato a freddo.

## 1.3 Sistema urinario

[Sistema urinario](#) it.Wikipedia [◇ Sistema urinario MmP](#) [◇ funzionalità della vescica in geriatria](#) ecomind

- Nell'intervallo fra i 30 e 75 anni il numero di nefroni nei reni diminuisce quasi del 50%.
- Il diminuito flusso ematico attraverso il rene ne riduce la funzione in generale e la capacità escretoria.
- La riduzione del tono muscolare della vescica si risolve in una diminuita capacità e inabilità a svuotarla completamente.



vescica

La moda di propagare enormi quantità di liquidi da bere in giornata certo è criminale per dei reni con una capacità escretoria ridotta come avviene in senescenza. La quantità giusta è regolata dalla sete. A volte le seguenti ricette aiutano a migliorare i disturbi di minzione e incontinenza in età avanzata.

### Ricettario galenico magistrale: Q)Disturbi di minzione, vescica irritabile, prostatopatia

**Rp.:** Q)Disturbi di minzione, vescica irritabile, prostatopatia

Tinct.	Sabal serrul.		
Tinct.	Rhois aromat.		
Tinct.	Lupuli		
Tinct.	Petasiti	aa ad	100

**D.S.2** ... 4 al giorno 2 ml.

[Abbreviazioni](#)

### Ricettario galenico magistrale: R)Incontinenza

**Rp.:** R)Incontinenza

TM	Equisiti		050
TM	Rhois arom.		0!5
TM	Agrimoniae	ad	100

**D.S.**Diluire da 2 ... 4 pipette in un pò d'acqua tiepida e ingerire 1 al giorno.

[Abbreviazioni](#)



agrimoniae

Nell'iperplasia prostatica possono servire i seguenti supplementi alimentari:

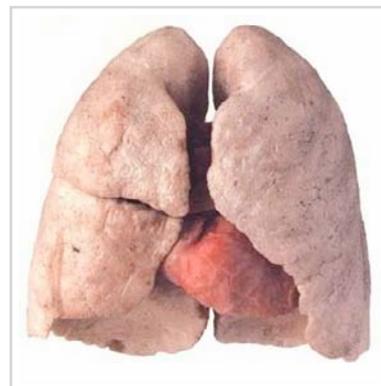
- Zinco: 30 ... 60 mg.
- Acidi grassi essenziali: gamma-linolenici: olio di enotera 2 ... 4 caps. e omega-3: BURGERSTEN EPA 2 ... 6 caps.
- Aminoacidi: L-glicina, L-alanina e L-acido-glutaminico ciascuno 500 mg.

## 1.4 Apparato respiratorio

[Terapie respiratorie Mmp](#) ◇ [Apparato respiratorio MmP](#) ◇

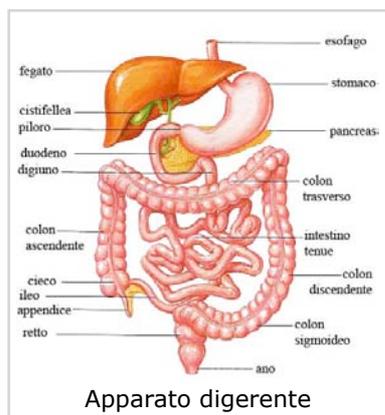
- Le cartilagini costali calcificano.
- Diminuisce l'efficienza respiratoria.
- Diminuisce la forza dei muscoli respiratori.

La miglior prevenzione e cura sarebbe di ridere spesso e cantare a piena gola (anche se c'è spesso poco da ridere). Se la respirazione è disfunzionale gli esercizi del PAROW citati in capitolo "MN 4.10 Terapie respiratorie" servono a ripristinare la capacità respiratoria.



## 1.5 Apparato digerente

[Apparato digerente it.Wikipedia](#) ◇ [Apparato digerente MmP](#) ◇ [apparato digerente daronco](#)



L'Apparato digerente con l'età diventa tendenzialmente ipotonico e "ipopeptico" con diverse conseguenze:

Vengono trattati i seguenti argomenti:  
[Disturbi gustativi e olfattivi](#) ◇ [Atrofia gastrica](#)  
[Costipazione](#) |

### Disturbi gustativi e olfattivi

[malnutrizione geragogia](#)

Con l'età diminuisce la quantità di cellule sensoriali gustative e olfattive, che richiede tassi aumentati di spezie e sale per rendere i pasti "meno insipidi". La mancanza di zinco accentua notevolmente questi disturbi. La conseguenza è spesso inappetenza e malnutrizione fino a forme di sottanutrizione simili a forme anoressiche.

### Atrofia gastrica

[malattie gastrointestinali msd-italia](#)

In età avanzata la diminuzione della motilità gastrica nonché la ridotta produzione di fermenti gastrici (pancreatici e intestinali) è un problema divulgato. In parte viene compensato con cibi ben speziati e abbondantemente salati, ma spesso rimane un'ipoacidità stomachica che impedisce:

- L'assorbimento di minerali come calcio, ferro, zinco, ...
- La produzione del fattore intrinseco e l'assorbimento di vitamine come B6, B12 e acido folico.
- La disinfezione di germi nutrizionali nei cibi crudi.

Oltre a misure per rendere lo stomaco più acido, meno dispeptico e atonico è comunque una buona idea in questi casi somministrare un prodotto multiminerale-vitaminico che contiene a sufficienza i sopra citati elementi. Per aumentare l'acidità gastrica serve la vitamina C in forma di acido ascorbinico o bere succhi di frutta acerbi (in casi gravi diventa necessario ricorrere a medicinali come CHLORAMON, PEPSI-CHLOR, HALIPEPSIN; tutti della ditta Streuli). L'ipotonia e l'ipopepsia si curano meglio con degli amari.

### Rimedi per gastrite atrofica, atonia, achilia, anoressia, inappetenza.

Sono riportate tre ricette "tipo". Secondo la patologia individuale i singoli ingredienti sono facilmente combinabili

#### Ricettario galenico magistrale: D1) Gastrite cronica, achilia, atonia, anoressia

**Rp.:** D1) Gastrite cronica, achilia, atonia, anoressia

Tinct.	Centaurii		
Tinct.	Trifolii fibrini		Quant
Tinct.	Calami	aa	30

**D.S.** 1... 2 ml 1/2 ora prima di ogni pasto in un pò d'acqua tiepida.

[Abbreviazioni](#)



centaurii

#### Ricettario galenico magistrale: D2) Atonia spastica

**Rp.:** D2) Atonia spastica

Tinct.	Belladonnae		05
Tinct.	Aurantii		20
Tinct.	Strychni	ad	30

**D.S.** Ingerire 3 volte al giorno 20 gtt. 1/4 ora prima del pasto in un pò d'acqua.

[Abbreviazioni](#)

#### Ricettario galenico magistrale: D3) Inappetenza, sottanutrizione

**Rp.:** D3) Inappetenza, sottanutrizione

Tinct.	Cannabis		
--------	----------	--	--

**D.S.** Ingerire prima dei pasti 2 ml in un pò d'acqua.

[Abbreviazioni](#)



cannabis

**Ricettario galenico magistrale: E) Dispepsia prevalentemente gastrointestinale**

anisi

**Rp.:** E) Dispepsia prevalentemente gastrointestinale

Tinct. Menthae pip.

Tinct. Anisi

Tinct. Calami aa ad 30

**D.S.** 1 ... 2 ml, 1/2 ora prima di ogni pasto in un pò d'acqua tiepida.[Abbreviazioni](#)**Ricettario galenico magistrale: F) Dispepsia prevalentemente cole-pancreatica****Rp.:** F) Dispepsia prevalentemente cole-pancreatica

Tinct. Cardui benedicti

Tinct. Absinthii

Tinct. Melissa aa as 30 Osserv

**D.S.** 1... 2 ml, 1/2 ora prima di ogni pasto in un pò d'acqua tiepida.[Abbreviazioni](#)

cardui benedicti

**Ricettario galenico magistrale: G) Gastropatia cronica (gastrite secondaria di ulcera, colecistopatia)****Rp.:** G) Gastropatia cronica (gastrite secondaria di ulcera, colecistopatia)

Tinct. Foeniculi

Tinct. Menthae pip

Tinct. Melissa

Tinct. Calami aa 40

**D.S.** Ingerire 1 ... 2 ml 3 volte al giorno in acqua tiepida.[Abbreviazioni](#)

menta piperita

**Costipazione****Ricettario apparato digerente MmP** ◇ **Costipazione** nuoveterapie

Per gli stessi meccanismi di ipotonia e di ipopepsia, molte persone anziane sono soggette anche a costipazione con altri disturbi spesso frutto di una flora intestinale disturbata per via di infezioni intestinali subcliniche causate da mancante acidità stomachica.



fibre vegetali

In questi casi è meglio far eseguire, da un esperto, un risanamento intestinale,

perché lo stato intestinale influisce non solo sul sistema immunitario ma anche su molte malattie croniche infiammatorie tipiche in età avanzata.

Regole igieniche e nutritive:

- Sufficiente movimento non forzato.
- Sufficienti liquidi (non esagerare perché anche i reni non sono più giovani).
- Nutrizione con fibre vegetali (legumi, verdura, integrali, frutta) preferibilmente cotte.
- Mangiare lentamente, masticando bene (che è spesso problematico a causa di dentiere malfatte).
- Largo uso di carminativi (cumino, anice, cardamome, finocchio).

### Rimedi per la costipazione:

Somministrati a lungo tutti i lassativi impediscono la peristalsi e peggiorano la disfunzione che dovrebbero guarire. Nelle seguenti ricette ho tentato di usare combinazioni che impediscano il meno possibile i movimenti peristaltici e per questo motivo mancano droghe come aloe, senna e altri.

Per l'uso del Rhamnus (Frangulus) è da notare che la pianta recente è velenosa e quindi anche la tintura madre (TM). La Tintura officinale (Tinct.) invece è sempre preparata con la corteccia stagionata ed è un ottimo lassativo quasi senza effetti collaterali.

#### Ricettario galenico magistrale: **Q)Acuta (purga salinica)**

**Rp.:** Q)Acuta (purga salinica)

Sal (mirabilis) Glauberi 50

**D.S.** Ingerire 1 c.t. in un bicchiere d'acqua. Poi sostituzione di potassio (KCl) p.es. REKEWAN.

[Abbreviazioni](#)

#### Ricettario galenico magistrale: **R)Acuta (purga oleosa)**

**Rp.:** R)Acuta (purga oleosa)

Ol. Rhizini 50

**D.S.** 1 c.m. Poi sostituzione di potassio (KCl) p.es. REKEWAN.

[Abbreviazioni](#)

#### Ricettario galenico magistrale: **S)Cronica (regolare)**

**Rp.:** S)Cronica (regolare)

Semen lini contusus 100  
(Linusit Creola, Finck)

**D.S.** 1 ... 2 c.m. la mattina con yoghurt, musli ... bere 1 ... 2 bicchieri d'acqua.

[Abbreviazioni](#)



**Ricettario galenico magistrale: T) Lassativo****Rp.: T) Lassativo**

TM	Berberis	48	(cistifellea)
TM	Taraxaci	48	(fegato)
Tinct.	Rhamni (franguli)	24	(lassativo)
TM	Rhei	24	(lassativo)
TM	Foeniculi	24	(carminativo)
TM	Centaurii	ad 100	(stomaco)

**D.S.** In caso di necessità ingerire 80 gocce fino a 3 x di in un pò d'acqua tiepida.

[Abbreviazioni](#)

berberis vulgaris

**Ricettario galenico magistrale: U)Regolatore digestione****Rp.: U)Regolatore digestione**

TM	Berberis	12	
TM	Taraxaci	12	(fegato)
Tinct.	Rhamni (franguli)	6	(lassativo)
TM	Rhei	6	(lassativo)
TM	Foeniculi	6	(carminativo)
TM	Centauri	ad 50	(stomaco)

**D.S.** Ingerire 2 ml dopo i pasti in un pò d'acqua.

[Abbreviazioni](#)



centaurea montana

**Ricettario galenico magistrale: U1)Ricostituente flora intestinale****Rp.: U1)Ricostituente flora intestinale**

BACTISUBTIL (spore battero IP 583!;  
Escherichia coli)

Cassella-med GmbH, o  
D-50670 Köln

**D.S.** Secondo le indicazioni del produttore.

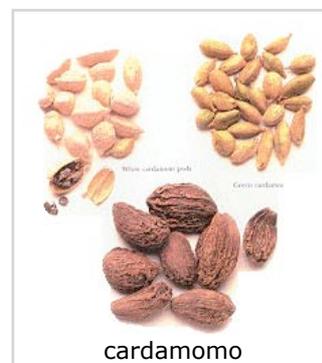
[Abbreviazioni](#)

**Ricettario galenico magistrale: F)Carminativo****Rp.: F)Carminativo**

Aeth.	Anisi	1.5	
Aeth.	Carvi	1.5	
Aeth.	Cardamomen	1.5	
TM	Foeniculum	ad 50	Osserv

**D.S.** Diluire 40 gocce in un bicchiere d'acqua e ingerire, come aperitivo, prima dei pasti fino a 3 volte al giorno (sembra Pernod).

[Abbreviazioni](#)



cardamomo

**Ricettario galenico magistrale: G)Enzimi antidispeptici****Rp.: G)Enzimi antidispeptici**

Papayasanit- Mixtur (enzima/proteolitico)

(Vogel &amp; Weber, D-8084

Inning/Ammersee)

**D.S.** Secondo le indicazioni del produttore.[Abbreviazioni](#)**Ricettario galenico magistrale: H)Enzimi antidispeptici****Rp.: H)Enzimi antidispeptici**

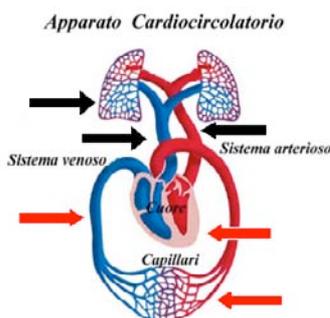
Nutrizym (Bromelaina, Fel tauri, pancreatica)

(Merck)

**D.S.** Secondo le indicazioni del produttore.[Abbreviazioni](#)

## 1.6 Apparato cardiovascolare

[Apparato cardiovascolare](#) it.Wikipedia [◇](#) [Apparato circolatorio](#) MmP [◇](#) [aterosclerosi e arteriosclerosi](#) cibo 360



Si crede spesso ed erroneamente che l'aumento delle malattie cardiovascolari sia dovuto prevalentemente all'alimentazione e di seguito i sacerdoti dell'alimentazione ci vogliono far credere che bisogna ridurre "fattori rischio" come "sovrappeso", colesterolo e "pressione" nutrendosi "sanamente". In realtà non è dimostrato un nesso tra malattie cardiovascolari e nutrizione, bensì tra movimento, stress e tali malattie, sì. La miglior protezione igienica dell'apparato cardiovascolare è quindi: sufficiente movimento (senza sforzo) all'aperto e serenità. Non potendo fare affari con questi due, non sono molto propagati.

- Degenerazione della muscolatura cardiaca e malattia vascolare - una delle più comuni e gravi conseguenze della vecchiaia.
- Aterosclerosi - il graduale deposito di grassi sulla parete dei vasi, restringe il lume dei vasi e ostacola il passaggio del sangue.
- Arteriosclerosi - "indurimento" delle arterie.
- Ipertensione - pressione arteriosa alta.

Se esiste un indicatore valido per l'arteriosclerosi (ictus, embolie, infarto cardiaco) si tratta dell'omocisteina che stranamente non viene regolarmente misurata. Dovrebbe rimanere sotto 12 mcmol/l di siero ematico per minimo rischio di depositi aterosclerotici e si trova spesso oltre a 30 mcmol/l. Può essere facilmente abbassata:

- preparato di complesso di vitamine B contenente min. acido folico 1 mg, vitamina B12 0.4 mg e vitamina B6 0.4 mg.

Il rischio di malattie coronarie può essere notevolmente ridotto con 100 ... 250 mg di vitamina E e con 100mg di olio di pesce.

Una pressione leggermente aumentata può essere ridotta con acido grasso omega-3 (BURGERSTEIN EPA: 2 ... 3 caps.).

Pressione notevolmente alta si riesce spesso a normalizzare con:

- Calcio/magnesio 1500/600 mg.
- Taurina 2 ... 4 gr.
- Coenzima Q10 60 ... 90 mg.
- Acidi lipidici omega-3 (BURGERSTEIN EPA: 2 ... 3 caps.).

In casi di sistema cardiovascolare già impedito, aiutano notevolmente gli antiossidanti e ci sono tante altre possibilità di migliorare diverse funzioni tramite terapia ortomolecolare senza dover ricorrere a medicinali sintetici. I libri in merito lo descrivono in modo esauriente. Stranamente vengono poco applicate, forse perché le casse malati non le pagano.

## 1.7 Organi di senso specifici

Organi di senso - graduale declino delle prestazioni e dell'efficienza legata alla vecchiaia.

[Presbiopia](#) it.Wikipedia [◇](#) [glaucoma](#) MmP [◇](#) [cataratta](#) cataratta

- Presbiopia - incapacità di vedere da vicino legata all'indurimento del cristallino.
- Cataratta - cristallini divenuti opachi, che impediscono la vista.
- Glaucoma - aumentata pressione all'interno del bulbo oculare, se non trattata, spesso porta alla cecità.
- Diminuzione dell'udito.
- Diminuzione del gusto.



cataratta

Vengono trattati i seguenti argomenti:

[Vista](#) [◇](#) [Udito](#) [◇](#)

## Vista

[occhio](#) it.Wikipedia ◇ [salute degli occhi](#) italiasalute ◇ [Patologia dell'occhio](#) MmP



acqua di rosa

Per una vista sana necessitano carotinoidi (vitamina A) vitamine C, E, B2, selenio e zinco. Quantitativi rilevanti di antiossidanti (vedi "apparato tegumentario" sopra) sono preventivi per la cataratta.

Come misure igieniche servono le seguenti regole:

- L'occhio ha bisogno di movimento e di riposo; lavori ininterrotti con poco movimento dell'occhio come lavoro al computer, lettura con luce scarsa sono da interrompere per un momento ogni quarto d'ora.
- Portare occhiali da sole con la luce intensa del sole, specialmente con la neve o vicino all'acqua (riflessi).
- Applicare una pezzetta imbevuta di acqua di rosa sugli occhi stanchi per 5 ... 10 minuti.

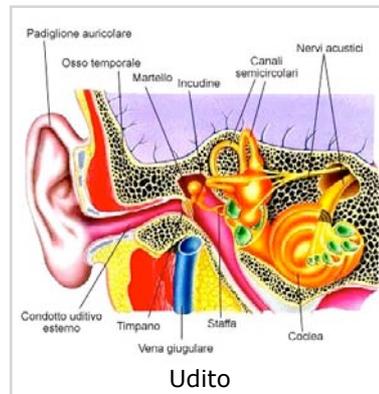
## Udito

[Sistema uditivo](#) it.Wikipedia ◇ [Patologia dell'orecchio](#) MmP

Per un udito sano necessitano carotinoidi (vitamina A), vitamine E, C con bioflavonoidi (p.es. rutina), D con calcio, zinco e manganese.

Rischi igienici e nutritivi sono:

- Alti tassi di adrenalina (stress, diabete).
- Sostanze vasocostrittive (caffè, tabacco, medicinali adrenergici, aspirina).
- Forte consumo di alcool.
- Allergie alimentari.



## 1.8 Sistemi riproduttivi

I meccanismi della risposta sessuale risultano meno efficienti:

- La fertilità diminuisce.
- Nella donna, la menopausa inizia fra i 45 e i 55 anni.
- Nell'uomo, l'andropausa inizia tra i 30 e i 40 anni.

Vengono trattati i seguenti argomenti:

[Menopausa](#) ◇ [Andropausa](#) ◇

## Menopausa

[Menopausa](#) it.Wikipedia ◇ [Menopausa e andropausa](#) MmP ◇ [menopausa](#) vitadidonna

Il tema è trattato specificatamente nello scritto tutoriale **Menopausa**:

## Menopausa



MedPop

*Autore:* Peter Forster

*Categoria:* Menopausa, Andropausa, Gerontologia, Geriatria,

[Tutoria](#)

[MmP 24.3](#)

[PT 6.2](#)

[Ricettari](#)

Versioni

[.php](#)

[.html](#)

[Referenze](#)

[.pdf](#)

Terza età

[Indice](#)

[Gerontologia](#)

[Menopausa](#)

[Andropausa](#)

[Geriatria](#)

### Su questa pagina (sopprimi)

1. [Menopausa](#)
  - 1.1 [Transizione ormonale femminile](#)
  - 1.2 [L'assestamento ormonale](#)
  - 1.3 [Regole igieniche e nutritive](#)
  - 1.4 [Fitoormoni e simili agli ormoni](#)
2. [Rimedi popolari contro disturbi menopausali](#)
  - 2.1 [Regolatori ormonali in genere](#)



Rina Nissim

A tutti i naturopati consiglio il libro della nostra collega Rina Nissim:

- **NISSIM, Rina:** *La ménopause*; edition mamamélis, Genève 1996
- **NISSIM, Rina:** *Wechseljahre Wechselzeit*; Orlanda Frauenverlag GmbH, Berlin 1995

Vengono trattati i seguenti argomenti:

[Meccanismo](#) ◇ [Regole igieniche e nutritive](#) ◇ [Micronutrienti spesso](#)

scarsi ◇ Fitoormoni e sostanze simili agli ormoni ◇ Regolatori ormonali per la menopausa ◇ Vampate di calore ◇ Secchezza vaginale

## Meccanismo

Durante la pre-menopausa, un periodo che può durare anche 10 anni, il corpo femminile riduce notevolmente la produzione estrogenica (negli organi sessuali femminili) fino al livello che l'ovulazione e le seguenti mestruazioni cedono (ca. tra 40 e 50 anni). Nel tentativo di riattivare la produzione estrogenica, le gonadotropine (LH -luteo e FSH -follicolostimolante nell'ipofisi) aumentano di concentrazione (ca. tra 40 e 80 anni).

In premenopausa quindi le gonadotropine si comportano già come in età avanzata mentre (sempre di meno) gli estrogeni si comportano da giovani. Questo causa sbalzi di regolazione ormonale che si percepiscono (chi più chi meno) in sintomi come vampate di calore, mal di testa, esaurimento, irritazioni della vagina, sbalzi d'umore, depressioni, irrequietudine interna ... , in parte simili alla sindrome premenstruale. Essendo coinvolti questi ormoni (e altri che cambiano anche concentrazione come progesterone, ossitocina e prolattina) anche in alcuni processi metabolici (come quello del calcio o della lipidemia) possono presentarsi notevoli alterazioni.

## Regole igieniche e nutritive



menopausali.

Le regole igieniche e nutritive durante questo periodo sono le seguenti:

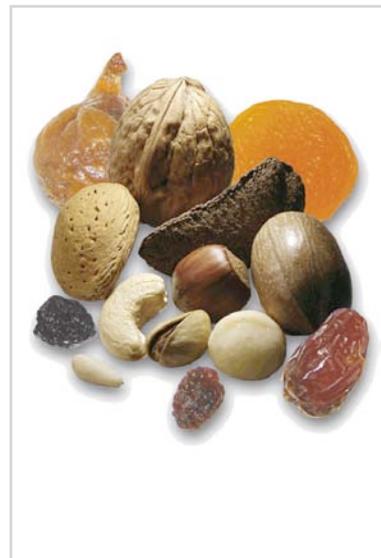
- Tanto movimento (non sforzato) per diminuire lo stress, curare il sistema motorio e cardiovascolare.
- Nutrizione ricca di calcio, magnesio, vitamina D e K per mantenere l'apparato osseo.
- Non esagerare con fosfati e proteine per limitare la perdita di minerali e controllare per lo stesso scopo, ogni tanto, l'acidità dell'urina (pH media tra 6.2 ... 6.8).
- Lipidi basso molecolari e non saturi (burro, olio pressato a freddo) invece di grassi animali e vegetali.
- Tenere d'occhio l'ipoglicemia che acutizza i sintomi

Rina Nissim propone:

- Un'alimentazione ricca di proteine vegetali: fagioli, piselli, ceci, lenticchie, soia (tutti leguminacei con alti tassi di fitoestrogeni e fibre) ma anche tofu (di soia) e funghi; un pò di proteine di pesce e pochissime di carne, uova e formaggi.
- Un'alimentazione ricca di calcio (ma scarsa di latticini):
  - Latte di soia, tofu (normalmente arricchito di calcio minerale).

- Integrali, avena, noci, nocciole, sesamo, mandorle.
- Carote, verze, spinaci, patate, sedano, cipolle, broccoli.
- Sarde e "pesce grasso" (oli omega-3 e vitamina D).
- Frutta secca: fichi, datteri, uvette, albicocche.
- Acqua minerale ricca di calcio.
- Equiseto, ortica, come piante medicinali.

Personalmente non mi sento di fare il missionario alimentare della mia clientela che pare essere molto diversa di quella della Signora Nissim. In più pare anche che la mia scuola di fisiologia umana sia abbastanza diversa della sua e che sono troppo ignorante per capire le finzze metaboliche delle centinaia di alimenti consumati e quindi come al solito mi astengo da giudizi sommari. Per una dieta come indicata sopra, applicata ad una mia cliente (in menopausa) aggiungerei per esempio almeno: vitamina B12 (3 mcg), vitamina D (10 mcg), ferro (10 mg), zinco (12 mg) e calcio (800 mg), eventualmente altri secondo i disturbi accusati.



Inoltre controllerei cautamente il consumo di leguminacee per garantire l'equilibrio degli aminoacidi essenziali, caso mai prescriverei proteine basso molecolari come aggiunta alimentare. Come suggerimento consiglierei a una cliente, che si nutre così, un uovo e due cucchiaini da minestra di lievito al giorno (vitamine complesso B, A, D, diversi minerali) e per il Ticino il sale iodato.

Il mio relativo comportamento terapeutico verso il mio cliente è di solito il seguente:

- Tento di capire le sue abitudini e preferenze nutrizionali.
- Tento di immaginarmi il contenuto energetico e "costruttivo" in carboidrati, lipidi e proteine di vario tipo e il contenuto di micro nutrienti, ballasto e acqua.
- Li paragono con le sue patologie e fattori rischio e i noti fabbisogni e mancanze per determinate patologie e fattori rischio.
- Tento di motivarlo a moderarsi un pò con gli alimenti individualmente controindicati e a dare preferenza invece a quelli individualmente indicati (per me non esistono generalmente indicati e controindicati; è questione di individuo e dosaggio).
- Propongo di sostituire elevati fabbisogni e mancanze non facilmente correggibili nella nutrizione abituale con prodotti concentrati.
- In caso di alto rischio, dubbi e sospetti faccio fare in laboratorio le analisi di minerali, vitamine, eventualmente metaboliti e un quadro differenziato del sistema immunitario.

In base a questo, normalmente riesco a individuare un consiglio mirato e tarato per un determinato cliente. È poi quasi sempre sorprendente il contrasto

di questo consiglio con le convinzioni dietetiche del cliente (formate sulla base dell'opinione pubblica pseudomedica).

Certo che un comportamento individualizzato, di questo tipo, richiede un grande impegno terapeutico in tempo ed eventualmente in laboratorio che in ultimo paga il cliente. Ed è ben più difficile che pregare il rosario delle ultime mode nutritive e curative. Ma farlo bene è un buon investimento a favore del cliente perché risparmia quotidianamente in frustrazioni e soldi per impegni e prodotti futili nelle concrete circostanze.

### **Micronutrienti spesso scarsi**

I seguenti micronutrienti in dosi terapeutiche possono notevolmente migliorare i sintomi menopausali:

<b>sostanza</b>	<b>dosaggio</b>	<b>indicazione</b>
Vitamina E	400 mg	vampate, esaurimento, depressione,
Pomata vaginali	estrogenica	irritazioni della vagina
Vitamina C	1 g	combinato con
Bioflavonoidi: esperidina, rutina, ...	100 ...200 mg	vampate, crampi gambe, esaurimento, lipidemia.
Compl.vit.B: alto dosaggio con	min. 25 mg B6 e tanta cholina	sbalzi ormonali, tutti sintomi tipici.
Vitamina D	10 mcg	
Calcio	800 mg	demineralizzazione ossea, irritabilità e
Magnesio	400 mg	sbalzi d'umore.
Preparato multiminerale	con Zn, Cr, Si, Mn	demineralizzazione ossea
Olio di enotera	2 ... 4 caps.	vampate, irritazioni vaginali, sbalzi d'umore.

### **Fitoormoni e simili agli ormoni**

Per approfondire il tema nel senso "nutritivo" (anche se terapeuticamente poco usabile) consiglio la lettura di:

FIORAVANTI **F.**, RUGGERI, D.: Alternative agli estrogeni: XENIA edizioni, Milano 1999

Essendo gli ormoni "invenzioni evolutive" molto anziane, in tante piante medicinali e anche in tante piante alimentari sono contenute sostanze che hanno caratteristiche simili agli ormoni sessuali:

- "Fitoestrogeni" in tutte le leguminacee, specialmente in piselli e soia ma anche in tutti gli altri innumerevoli tipi di leguminacee.
- Flavonoidi, in paesi anglosassoni anche vitamina P, (rutina, esperidina, ...) in tante piante medicinali come buccia di agrumi (esperidina), ruta, ippocastano (rutina), fruct. rosae caninae, crataegus, ginkgo, carduo, betulla, coda cavallina, camomilla, passiflora, ...
- Fitormoni specifici come cimicifuga, daucus carota, lupulus, agnus castus, lycopus, caulophyllus, dioscorea (Yam), galega, pulsatilla, rheum rhaponticum, lithospermum, ...

- Acidi lipidici essenziali come linolici, linolenici, omega-3 e omega-6 come contenuti in olio di lino, enotera, borraggine, pesce, canapa, ...

## Regolatori ormonali per la menopausa

La Signora Nissim propone la seguente ricetta:

### Ricettario galenico magistrale: Regolatori ormonali per la menopausa

#### Rp.: Regolatori ormonali per la menopausa

TM	Alchemillae		progesteronico
TM	Lithospermum		progesteronico
TM	Agni casti		progesteronico
TM	Achilleae	aa	10 progesteronico
TM	Crataegi	ad	46 estrogenico

**D.S.** Ingerire 20 gocce (0.5 ml) la mattina in un pò d'acqua.

[Abbreviazioni](#)



lithospermum\_officinale

Personalmente prescrivo spesso la seguente:

### Ricettario galenico magistrale: Regolatori ormonali per la menopausa

#### Rp.: Regolatori ormonali per la menopausa

Tinct.	Agni Castis		100
Tinct.	Dioscorea		100
TM	Hydrastis		50
TM	Senecio Vulg.		50
Tinct.	Cimicifugae	ad	500

**D.S.** Ingerire 2 pipette, 3 volte al giorno in un pò d'acqua tiepida.

Cave! Controindicato (per scrupolo medico) a pazienti afflitti da tumori al seno sensibili agli estrogeni.

[Abbreviazioni](#)



Senecio vulgaris

## Vampate di calore

La Signora Nissim propone la seguente ricetta:

### Ricettario galenico magistrale: Vampate di calore

#### Rp.: Vampate di calore

TM	Salvia sclarea		estrogenico
TM	Meliloti	aa	10 estrogenico
TM	Cupressi		estrogenico
TM	Hamamelis	aa	4 astringente

**D.S.** ingerire 15 gocce (0.5 ml) due volte al giorno in un pò d'acqua.



salvia sclarea

[Abbreviazioni](#)

Personalmente non ho avuto grande successo con le mie ricette contro le vampate di calore e non prescrivo rimedi contro questo disturbo. Il regolatore ormonale sopra citato, che contiene un alto tasso di cimicifuga (estrogenico), normalmente riduce le vampate a un livello sopportabile (mi dicono). Lo svantaggio è che, per scrupolo medico, non lo posso prescrivere alle pazienti afflitte da tumori al seno e sensibili agli estrogeni.

## Secchezza vaginale

La Signora Nissim consiglia la vitamine E, olio di lino, di germe di frumento, di enotera, borragine ed estratto di meliloto ingeriti, e questo posso solo sostenerlo, anche se personalmente sono un pò più cauto con i dosaggi.

Come sostanza "scivolante" propone:

**Ricettario galenico magistrale: Secchezza vaginale**

**Rp.:** Secchezza vaginale

Unguento idrofilo		100
Olio ricino	ricino	5
Chamom.coct.ol.		2.5
Aeth	Niaouli	!
Aeth.	Limonis	!
Aeth.	Cupressus	0.5
Aeth.	Salviae sclareae	0.5

**F.unguentum D.S.** spalmare nella vagina a necessità.



Niaouli

[Abbreviazioni](#)

## Andropausa

[andropausa](#) dica33online ◇ [patologia in senescenza](#) dinamica2000

*Il tema è trattato specificatamente nello scritto tutoriale **Andropausa** ↓*

## Andropausa



MedPop

*Autore:* Peter Forster

*Categoria:* Menopausa, Andropausa, Gerontologia, Geriatria,

<a href="#">Tutoria</a>	<a href="#">MmP 24.3</a>	<a href="#">PT 6.2</a>	<a href="#">Ricettari</a>	Versioni	<a href="#">.php</a>	<a href="#">.html</a>
Referenze						<a href="#">.pdf</a>
<b>Terza età</b>						
<a href="#">Indice</a>	<a href="#">Gerontologia</a>	<a href="#">Menopausa</a>	<a href="#">Andropausa</a>			
				<a href="#">Geriatria</a>		

### an|dro|pàu|sa:

s.f. **TS** fisiol., periodo della vita maschile caratterizzato da diminuzione e cessazione delle capacità generative

De Mauro



in allestimento

### Su questa pagina (sopprimi)

1. [Andropausa](#)
  - 1.1 [Testosterone: funzioni, variazioni, regolazione](#)
  - 1.2 [Funzioni fisiologiche del testosterone](#)
  - 1.3 [Variazione con l'età](#)
  - 1.4 [Variazione circadiana](#)
  - 1.5 [Regolazione della testosteronemia](#)
  - 1.6 [Testosteronemia](#)
  - 1.7 [Cura di ipotestosteronemia](#)
2. [Impotenza maschile](#)



Anche il funzionamento dell'apparato genitale maschile subisce delle variazioni con l'età. Mia moglie dice che ho subito già la "terza primavera" e spera che sia l'ultima.

Nella letteratura medica si trova poco in merito, anche se è evidente che la virilità normalmente diminuisce con l'età (forse perché gli interessi si differenziano). La fertilità maschile invece rimane abbastanza intatta anche in senescenza.

## 1.9 Cervello e capacità mentali

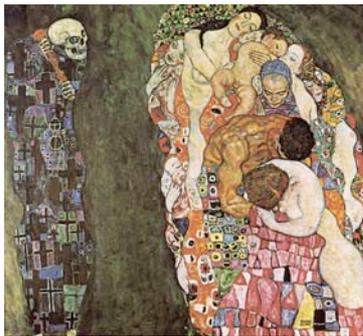
[Morbo di Alzheimer](#) it.Wikipedia [◇ sistema nervoso](#) MmP

Le capacità mentali non diminuiscono per forza con l'età; questo è dimostrato da figure storiche e recenti in possesso di una lucidità mentale straordinaria anche in senescenza. La loro proprietà comune è che usavano e usano le capacità cognitive con zelo e regola igienica; regola essenziale per chi intende invecchiare in modo lucido.

Con l'età aumentano invece le patologie degenerative del sistema nervoso centrale, come demenza di senescenza e morbo di Alzheimer (vedi patologia del sistema nervoso centrale).

## 2. La morte

[Morte](#) it.Wikipedia [◇ MmP](#) [◇ AltraFonte](#)



Klimt vita e morte

La morte è definita come termine della vita di un individuo, descritto in senso medico come sequenza di deficienze funzionali irreversibili di:

- Respirazione.
- Circolazione.
- Sistema nervoso centrale.

Vengono trattati i seguenti temi:

- [Fasi della morte](#) [◇ Cause fisiologiche](#) [◇ Cause metaboliche](#)  
[◇ Cause patologiche](#) [◇ Tipo di morte](#) [◇ Attestato di morte](#)  
[◇ Accompagnamento alla morte](#) [◇ Assistenza alla morte e eutanasia](#) [◇ Morte, cultura e lavoro di lutto](#)

### Fasi della morte

[fasi della morte](#) thanatos [◇ la problematica della definizione della morte dell'uomo](#) padre  
[◇ Morte cerebrale](#) it.wikipedia

Si distinguono quattro fasi:

- Morte clinica: arresto circolatorio completo con i **Sintomi:**
    - Mancanza di pulsazione della carotide (sintomo circolatorio).
    - Mancanza di respirazione (sintomo respiratorio).
    - Pupille completamente aperte (sintomo neurovegetativo).
    - Colore cianotico di derma e mucosa (secondo sintomo circolatorio).
- Potenzialmente reversibile entro breve tempo con misure di rianimazione e mezzi tecnici.

- Morte corticale: cedimento delle funzioni coscienti del sistema nervoso centrale: coma. Possibile la sopravvivenza "vegetativa" anche per molto tempo se è garantito l'approvvigionamento di nutrienti e l'escrezione ev. con mezzi tecnici.
- Morte cerebrale: cedimento di funzioni anche vegetative cerebrali: criterio per la morte vegetativa di un individuo. Eventualmente sono mantenibili delle funzioni vegetative per un certo periodo e secondo i centri vegetativi lesi, cioè: respirazione, circolazione, nutrizione, escrezione con mezzi tecnici.
- Morte biologica: necrosi di tutti gli organi.

## Cause fisiologiche



Fisiologicamente il cedimento di ciascuna delle tre funzioni:

- respirazione,
- circolazione,
- neurovegetativo,

porta alla morte.

A mancante respirazione per impedimento delle vie respiratorie o paralisi della muscolatura respiratoria o per cause neurogene manca l'ossigeno per il metabolismo energetico delle cellule che porta prima alla morte cerebrale perché cedono dopo poco tempo le funzioni di controllo e comando nervoso.

A mancante circolazione per arresto cardiaco neurogeno o paralisi della muscolatura cardiaca o ipovolemia manca l'ossigeno per il metabolismo energetico delle cellule che porta prima alla morte cerebrale perché cedono dopo poco tempo le funzioni di controllo e comando nervoso.

A lesioni di centri neurovegetativi elementari per intossicazione endogena o esogena o per necrosi o mancante ossigeno o glucosio, segue la perdita di controllo e di comando di funzioni respiratorie o circolatorie che sono letali.

## Cause metaboliche

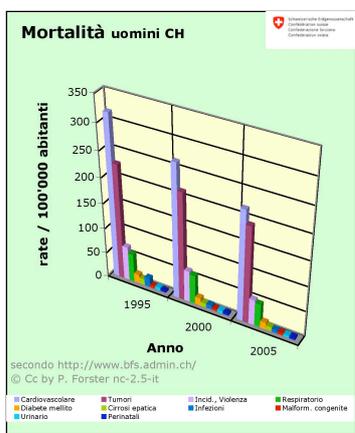


Metabolicamente si muore di:

- Mancanza energetica:
  - Ossigeno → "soffocamento" cellulare (respiratorio, circolatorio).
  - Glucosio → "affamamento" cellulare (digestivo, circolatorio).

- Mancanza d'acqua (disidratazione con choc ipovolemico, a livello cellulare: digestivo, circolatorio o elettrolitico).
- Intossicazione/destabilizzazione omeostatica (interna → p.es. iperuremia per crollo renale; esterna → p.es. eccessivo consumo di alcool); a livello cellulare destabilizzazione elettrolitica / intossicazione cellulare.
- Cedimento di controllo e comando nervoso con crollo di funzioni respiratorie, digestive o circolatorie.

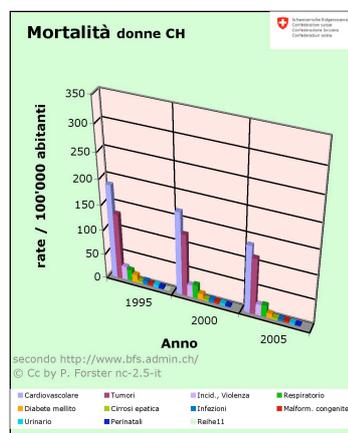
## Cause patologiche



Statistica cause di morte uomini in Svizzera

### Mortalità Svizzera 2005 rate / 100'000 anno

Causa	uomini	donne
Cardiovascolare	219	187
Tumori	192	133
Incidenti, Violenza	51	27
Respiratorio	47	22
altri	145	121



Statistica cause di morte donne in Svizzera

## Tipo di morte

[Suicidio](#) it.Wikipedia



Per motivi giuridici si distingue tra morte naturale (malattia, senescenza, ...) e morte forzata (incidente, suicidio, ...). La morte forzata deve essere immediatamente annunciata alla polizia.

## Attestato di morte

Deve essere riempito dal medico e contiene una parte amministrativa per le relative istanze e una parte confidenziale; questo serve all'elaborazione statistica sulle cause di morte e al rilevamento dei dati epidemiologici sulla

mortalità in generale e la morbosità di determinate malattie.

## Accompagnamento alla morte

[Trattare con la morte](#) pforster

Morire è il periodo tra l'inizio dello spegnimento di funzioni vitali e la morte. Quando né familiari né ospedali sono in grado di farlo, ci sono cliniche (ospizi) o persone specializzate che si dedicano a questo difficile compito. L'accompagnamento alla morte è la cura di moribondi consistente nell'applicazione di tutte le misure disponibili:

- per rendere più sopportabili i disagi e i dolori,
- dedicandosi completamente alla persona e
- soddisfacendo le sue esigenze particolari.



## Assistenza alla morte e eutanasia

[Eutanasia](#) it.Wikipedia

L'assistenza alla morte (eutanasia) consiste in comportamenti di alta rilevanza morale ed etica determinata da tanti fattori socioculturali. Comprende la facilitazione della morte e la diminuzione dei dolori di una persona irrimediabilmente ammalata. È da distinguere cautamente l'assistenza alla morte (palliativa) dall'assistenza per la morte (eutanasia attiva e passiva).

Sono trattati i seguenti argomenti:

[Eutanasia attiva diretta e indiretta e assistenza al suicidio](#) ◇ [Eutanasia passiva](#)

### Eutanasia attiva diretta e indiretta e assistenza al suicidio

[Eutanasia](#) ticino



Welby

- L'assistenza medica alla morte tramite antidolorifici che non comprenda una diminuzione della durata di vita, non solo è concessa ma spesso indicata, anche se questa misura palliativa causa delle alterazioni di coscienza.
- L'eutanasia attiva diretta come mirata abbreviazione della vita è legalmente non concessa, anche se si tratta di un espresso, sincero e immutabile desiderio del moribondo.
- L'assistenza al suicidio rimane legalmente impunita. I limiti verso l'eutanasia attiva diretta sono, d'altronde, individualmente parecchio fluttuanti e di non facile valutazione giuridica. In Svizzera organizzazioni come EXIT si prendono carico di questo compito sociale con vari commenti pubblici.

- Impunibile rimane una misura che ha come scopo l'allentamento di dolori e comporta come effetto collaterale una possibile diminuzione poco rilevante della vita (cosiddetta eutanasia attiva indiretta).

## Eutanasia passiva

"Lasciar morire" cioè astenersi da misure che prolungano la vita nel caso che:

- Sembra vano il proseguimento dell'attuale o di un'ulteriore cura.
- È temibile un prolungamento dell'agonia.
- Non è probabile un prolungamento della vita, ma il rischio di protrarre la morte mette il medico davanti a difficilissime valutazioni sia cliniche che umane.

Davanti a questa situazione ci sono le seguenti (e non esaurienti) regole:

- Se il moribondo desidera la protrazione della terapia, è da rispettare anche se è valutata vana dal medico.
- Il cedimento terapeutico è comunque concesso dopo cauta consultazione e documentazione medica di comune accordo con il moribondo.
- Se manca un'espressione attuale di relativa volontà del moribondo, è corretto da parte del medico interrompere le misure terapeutiche, limitandosi a misure palliative di riduzione di dolori e disagi.
- Una cura intensa, al di là della morte cerebrale, non è permessa dal legislatore.

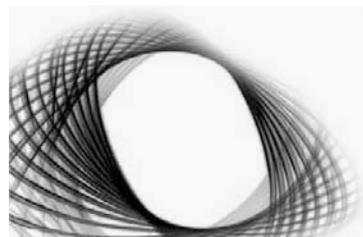
## Morte, cultura e lavoro sul lutto

[elaborazione del lutto](#) vertici [il lutto](#) esperienzalutto

Chi intende approfondire il tema (è il caso per ogni terapeuta), legga il seguente libro:

KAST, Verena: "L'esperienza del distacco" (lutto, perdita, abbandono ecc.) Ed. RED

La morte di una persona, il relativo comportamento e lo stato d'animo delle persone socialmente, relazionalmente ed emotivamente coinvolte, hanno una rilevante dimensione sia socioculturale che psichica.



A livello culturale si onora il defunto con cerimonie, rituali e abitudini commemorative fortemente legate a credenze spirituali e religiose, dando conforto solidale ai superstiti.

Nel tessuto sociale viene a mancare una persona con le sue competenze, compiti e responsabilità che lascia anche i suoi beni e debiti. Per i superstiti si tratta di regolare e di riorganizzare la nuova situazione.

A livello emotivo-relazionale il superstite ha da fare i conti con la nuova situazione e spesso con se stesso; cambiano la struttura e il funzionamento della vita relazionale ma spesso si devono rivedere e modificare la propria struttura e il proprio funzionamento psichico, e questo sotto l'influsso di forti emozioni. Durante una terapia, il terapeuta si trova spesso nella condizione di dover affrontare queste situazioni. Essendo una parte nobile del nostro mestiere, è bene approfondirla e affrontarla al meglio.

Interpretare la morte di una persona cara come un evento forzato e imposto, vissuto e elaborato coscientemente attraverso un processo psichico è, con un termine moderno, chiamato "lavoro di lutto". Come ci insegna la Signora Kast, il lutto ha una dimensione processuale psichica che segue certe tappe e un determinato percorso. È un lavoro duro e lungo. Se malfatto, si perpetua. Può diventare la causa di futuri disagi, tipo scostamento, idealizzazione e condizionamento mentale; come può evolversi, con mutamenti nobilissimi, verso un'identità più autonoma e soddisfatta, equilibrata e sicura.

## 3. Annessi

### 3.1 Bibliografia

- **NISSIM, Rina:** *La ménopause*; edition mamamélis, Genève 1996
- **NISSIM, Rina:** *Wechseljahre Wechselzeit*; Orlanda Frauenverlag GmbH, Berlin 1995
- **FIORAVANTI F., RUGGERI, D.:** *Alternative agli estrogeni*; XENIA edizioni, Milano 1999

### 3.2 Sitografia

Vedi links specifici sotto i relativi titoli nei capitoli.

#### Contesti

<a href="#">MmP 24</a>	<a href="#">Precursore</a>	<a href="#">RicetPop</a>	Referenze	Versioni	<a href="#">.php</a>	<a href="#">.html</a>	<a href="#">.pdf</a>
<b>Correlati</b>							
<a href="#">Patol. MmP</a>	<a href="#">Patol. CSA</a>	<a href="#">Tutoria</a>	<a href="#">Pediatria</a>	<a href="#">Terza Età</a>			
		<a href="#">Patol. genitale</a>	<a href="#">Patol. genetica</a>				

## 3.3 Commenti

*Commenti redazionali e keywords / description possono essere infilati qui (richiede Password → <Edit Section>)*

### Da commentbox

*Qui vengono introdotti i commenti scritti nella Commentbox ed ev. altri da altre fonti*

---

## 3.4 Allegati

### Pagine redazionali correlate

Pagine nel gruppo *Patologia e Terapie PT*:

Apparato digerente: [◇ Bocca - esofago - stomaco](#): [◇ Crescita e sviluppo](#): [◇ Disordini dell'apparato genitale femminile](#) [◇ Disordini dell'apparato genitale maschile](#) [◇ Dispense Patologia & Terapie](#) [◇ Fegato - cistifellea - pancreas](#): [◇ Fitofarmaci per l'apparato genitale femminile](#) [◇ Fitoterapia dermica](#) [◇ Fitoterapia genitale](#) [◇ Gioventù](#): [◇ Immagini ricette](#): [Malattie genitali](#) [◇ Infezioni genitali e malattie veneree](#) [◇ Intestino - infezioni - parassiti](#): [◇ Malattie e cure dermiche](#) [◇ Malattie e terapie genitali](#) [◇ Malattie respiratorie](#) [◇ Patologia e terapie dermiche: indici](#) [◇ Patologia procreativa](#) [◇ Sabbiera](#) [◇ TestPageCode](#) [◇](#)

### Motori di ricerca

<p>Ricerca in Google: MedPop</p> <input type="text"/> <p>Vai</p>	<p>Categorie MedPop</p> <p>SiteMap MedPop</p>	<p>Ricerca in FreeFind</p> <input type="text"/> <p>Vai</p>
<p>Ricerca in CSA</p> <input type="text"/> <p>Go</p>	<p>Ricerca in it.Wikipedia</p> <input type="text"/> <p>Vai</p>	

### Commentbox

alla pagina *PT / Età avanzata*:: cliccare sul titolo *Commentbox* per arrivarci!

### Domini di MedPop



[MedPop](#) | [Attività](#) | [Novità](#) | [Redazione](#) | [Abstracts](#)  
[Enciclopedia](#) | [Galénica](#) | [Lavoro corporeo](#) | [Forum](#)  
[CSA](#) | [Immagini](#)



© Cc by P. Forster & B. Buser nc-2.5-it

Proveniente da <http://pforster.no-ip.org/~admin/pmwiki/pmwiki.php?n=PT.622>

Ultima modifica: August 31, 2008, at 03:21 PM