# parole di Salute

La sana informazione delle farmacie comunali della tua città

# settembre 2025

SETTEMBRE ALL'INSEGNA DELLA PREVENZIONE: SCREENING DEL REFLUSSO VENOSO, MOC E HCV

SERVIZIO INFERMIERISTICO
PRESSO FARMACITY STAZIONE

GRANDE CONCORSO
GIOCA E VINCI A VIAREGGIO:
DAL 25/08 AL 19/10 OGNI GIORNO
TANTISSIMI PREMI IN PALIO!











# **Testiamo**Ci

Hai tra i 36 e i 56 anni e non hai ancora fatto il **test gratuito per l'Epatite C?** 

# Vieni in FarmaCity a fare il test!

FarmaCity Centro FarmaCity Campo d'Aviazione FarmaCity Marco Polo FarmaCity Stazione FarmaCity Torre del Lago











# L'EDITORIALE

# parole di Salute

# Bentornati! Ripartiamo alla grande con la salute!

Settembre è arrivato portandosi dietro la voglia di ricominciare con il piede giusto! Dopo la pausa estiva, le Farmacie Comunali di Viareggio sono pronte ad accompagnarti in questo nuovo inizio, mettendoti a disposizione tanti servizi e iniziative per prenderti cura di te.



Dott. Brunello Pellegri Coordinatore FarmaCity

#### Prevenzione facile, veloce e per tutti!

La tua salute è la nostra priorità. Per questo, in questo mese speciale, ti offriamo l'opportunità di fare prevenzione in modo semplice e conveniente:

Vene sotto controllo? Il nostro personale specializzato dotato dell'apparecchiatura professionale Venoscreen plus sarà a disposizione per controllare la circolazione e prevenire i problemi alle gambe.

Ossa forti e sane! Non aspettare che sia troppo tardi. Grazie alla MOC puoi valutare la salute delle tue ossa.

E non dimentichiamo: continua la campagna TestiamoCi di prevenzione dell'HCV (Epatite C) in collaborazione con la Regione Toscana Partecipare è un gesto di responsabilità verso te stesso e gli altri. E se hai bisogno di un supporto in più, ricorda che alla nostra farmacia FarmaCity Stazione trovi sempre il nostro servizio infermieristico professionale.

#### Gioca e vinci a Viareggio: la salute può essere divertente!

E per rendere questo rientro ancora più speciale, ti invitiamo a partecipare al grande concorso Gioca e Vinci a Viareggio dal 25/08 al 19/10, promosso da iCare. Ci sono tantissimi premi in palio ogni giorno! Un motivo in più per passare a trovarci e ripartire con un sorriso.

Ti aspettiamo nelle nostre farmacie. Perché per noi, la tua salute è il bene più prezioso!

# **PROMO**

# DALL'8 SETTEMBRE AL 5 OTTOBRE

#### ANTIDOLORE

MOMENTACT 12 cpr riv 400 mg VOLTADVANCE 20 cpr riv 25 mg VOLTADVANCE OS poly 20 bust 25 mg VOLTAREN EMULGEL Gel 60 a 1%





Voltadvance



9,50€ 11,50 €

10,90€ 12,80 €

10,90€ 12,80 € 9,50 € 11,20 €

MALI DI STAGIONE

# STOMACO E INTESTINO

**ENTEROGERMINA** INTESTINO PIGRO 10 bust



LACTOFLORENE PLUS BIPACK 7 fl



LACTOFLORENE PLUS 12 bust monodose



ASPIGOLA OS spray 15 ml 0,25%



**14,90** € 16,90 €

9,90 € 11,50 €

12,90€ 16,40 €

#### INTEGRATORI

ERGOVIS MG+K VIT B Senza zuccheri 24 bust



14,90 € 20,20 €

BIOSCALIN SOLE 30+10 cpr



POLASE ARANCIA 24 bust PROMO



SUPRADYN RICARICA 35 сог



€ 19,40 €



ARNICREME NF PROMO 70 g



8,90€ 9,90€

FLECTOR UNIDIE 8 cer med 14 mg



19,90 € 23,90 €

#### STOMACO E INTESTINO

**ENTEROGERMINA** OS 10 fl 4 mld 5 ml



14,50 € 16,90 €

ENTEROGERMINA GONFIORE 20 bust



21,90 € 25,90 €

ACTIFED DECONGEST Spray 10 ml



9,50 € 11,78 €

VIVINDUO FEBBRE CONG NAS 10 bust



9,50 € 11,20 €

OSCILLOCOCCINUM 200 K 30 do gl



29,90€

INTEGRATORI

ERGOVIS MG+K VIT B Senza zuccheri 12 bust



9,90€ 13,20€

SUPRADYN RICARICA 30 cpr efferv



SUPRADYN RICARICA 15 cpr efferv



20,30 € 24,90 € 12,90 € 14,90 €

SUPRADYN RICARICA 50+ 15 cpr effery



€ 17,90 €

SUPRADYN RICARICA 50+ 30 cpr



# **PROMO**

# DALL'8 SETTEMBRE AL 5 OTTOBRE

#### IGIENE VISO E CORPO

RILASTIL XEROLACT **GEL DETERGENTE SP** 



15,90€

RILASTIL XEROLACT OLIO 1000 ml



15,90 € 18,90 €

AVÈNE ACQUA TERMALE SPR 50 ml



5,90 € 6,90 €

#### IGIENE INTIMA

SAFORELLE DETERGENTE DE 250+100 ml



6,90 € 8,40 €

SAFORELLE CREMA LEN INTIMA 40 ml



12,90 € 14,90 €

SAFORELLE LUBRIFICANTE INTIMO 30 ml



12,50 € 14,50 €

### **IGIENE BIMBO**

DETERGENTE CORPO/ CAPELLI FDR 400 ml



DET CORPO/CAPELLI FDR CAMOMILLA 400 ml



**12,90**€ 15,99€ **12,90**€ 15,99€

DET CORPO/CAPELLI FDR TALCO 400 ml



12,90 € 15,99 €

INTIMO MIODERM FDR 400 ml





RILASTIL HYDRAFUSION Gel crema 75 g



5,90 € 6,90 €

BEPANTHENOL PASTA LEN PROT 100 g



11,90 € 13,85 €

BEPANTHENOL TATTOO PASTA TRATT



11,90€ 14,15€

# **IGIENE ORALE**

GUM ORIGINAL WHITE DENTIFRICIO 75 ml



2,90 € 4,90 €

ESI ALOE FRESH SMILE 100 ml



2,90€

TAU MARIN COLLUTORIO MENTA



7,50€

GUM PAROEX 0,12 COLLUTORIO CHX 300 ml



**7,50**€ 8,90 €

**SCONTO** 

#### ANTIZANZARE

FARMACITY SPRAY PROTETTIVO MULTI INSETTO



4,90€ 6,90€

LINEE AUTAN, ALONTAN, JUNGLE E FARMACITY



# SETTEMBRE

# parole di Salute

# COS'È L'INSUFFICIENZA VENOSA?



## Scoprilo nelle nostre giornate di prevenzione



Dott.ssa Maura Scintu Coadiutrice FarmaCity

L'insufficienza venosa degli arti inferiori è una condizione in cui le vene delle gambe hanno difficoltà a far tornare il sangue al cuore. Questo può causare diversi problemi, tra cui gonfiore, dolore, pesantezza e, in alcuni casi, anche ulcere cutanee.

L'insufficienza venosa può essere causata da:

- Valvole venose danneggiate: Le valvole unidirezionali nelle vene, che aiutano il sangue a risalire verso il cuore, possono essere danneggiate e non funzionare correttamente.
- Dilatazione delle vene (vene varicose): Le vene che si dilatano possono avere difficoltà a far tornare il sangue verso il cuore.
- Trombosi venosa profonda (TVP): Un coagulo di sangue in una vena profonda della gamba può danneggiare le valvole e compromettere il ritorno venoso.
- Sedentarietà e obesità: Questi fattori possono aumentare la pressione nelle vene e contribuire al loro danneggiamento.

In farmacia effettuiamo l'analisi approfondita del flusso venoso mediante l'utilizzo del Pletismografo.

Il Pletismografo è uno strumento medico utilizzato per misurare i cambiamenti di volume all'interno di un organo, mediante appositi sensori. In Farmacia viene utilizzato per monitorare le variazioni di volume delle vene in risposta a vari stimoli.

Quando sottoporsi a un controllo del flusso venoso?

Se riscontri gonfiore o dolore alle gambe, potresti qià presentare i sintomi di patologie venose.

#### Come si svolge una misurazione con il pletismografo?

- Il/la paziente rimuove gli indumenti che coprono le gambe e viene fatto/a sedere o sdraiare in una posizione comoda.
- Si applicano i sensori del pletismografo su una gamba.
- Viene eseguita la misurazione durante diversi stati di riposo e attività.
- Vengono raccolti i dati del flusso venoso; si determina sia il volume del sangue, sia la velocità di ritorno venoso.
- L'operatore interpreta i dati e comunica la diagnosi, consigliando prodotti specifici per un trattamento appropriato.

#### CONSIGLI UTILI

- Seguire una dieta ricca di fibre e frutta che hanno un'azione benefica sui vasi e sulla circolazione
- Effettuare attività fisica, es lunghe passeggiate e fare le scale a piedi.
- Durante la doccia massaggiare le gambe con acqua non calda.
- Riposare con le gambe leggermente alzate cosi da favorire il ritorno venoso durante la notte
- Evitare i pantaloni molto stretti e tacchi troppo alti.
- Limitare l'uso di sale nell'alimentazione per evitare la ritenzione idrica.



Prenota il Test del

# **REFLUSSO VENOSO**



PRENOTA IL TUO ESAME - TI ASPETTIAMO IN QUESTE FARMACIE

FarmaCity Darsena	01/09/2025	15:30 - 19:30
FarmaCity Parafarmacia	02/09/2025	15:30 - 19:30
FarmaCity Torre del Lago	03/09/2025	15:30 - 19:30
FarmaCity Centro	04/09/2025	15:30 - 19:30
FarmaCity Marco Polo	05/09/2025	15:30 - 19:30
FarmaCity Stazione	08/09/2025	16:00 - 20:00
FarmaCity Stazione	15/09/2025	15:30 - 19:30
FarmaCity Centro	18/09/2025	15:30 - 19:30

# **SETTEMBRE**

# parole di Salute

# **NUOVO SERVIZIO INFERMIERISTICO**



# Presso la location di FarmaCity Stazione



Dott.ssa Laura Salvi Infermiera professionale FarmaCity

La salute è un bene prezioso, e ora è ancora più a portata di mano, infatti dal lunedì al sabato, dalle 8:00 alle 14:00, è attivo un nuovo Servizio Infermieristico con Infermiere Professionale.

Pensato per offrire assistenza sanitaria di qualità in modo semplice, rapido e vicino a casa, grazie alla presenza di personale sanitario qualificato, potrete accedere a una vasta gamma di prestazioni infermieristiche direttamente in farmacia, senza lunghe attese o necessità di spostarvi.

#### Oltre ai servizi già presenti di:

- Telemedicina (Elettrocardiogramma,
- Holter cardiaco, Holter pressorio)
- Parametri vitali, pressione arteriosa, indice ABI, saturimetria
- Tamponi streptococco e Covid-19
- Autoanalisi di glicemia, colesterolemia e profilo lipidico
- MOC

# Se ne aggiungono di nuovi:

 Iniezioni intramuscolari e sottocutanee

- Medicazioni semplici, incluse ustioni di 1° grado
- Medicazioni post-operatorie (ferite chirurgiche)
- Rimozione punti di sutura
- Controllo e gestione di drenaggi
- Controllo, gestione e rimozione di cateteri vescicali

Prossimamente è prevista l'attivazione delle vaccinazioni (Covid, influenza e antipneumococco) e consulenza infermieristica personalizzata con educazione sanitaria.

Approfittate di questo nuovo servizio, comodo e vicino a voi!

L'accesso ai servizi è senza prenotazione, in ambiente sicuro, riservato e accogliente.

Se la salute chiama, FarmaCity risponde!

Con il nuovo servizio infermieristico adesso, è più semplice prendersi cura di sé, senza dover scegliere tra comodità e qualità.

Per esser più vicini a voi, per ogni vostra esigenza sanitaria, noi ci siamo!



Il servizio è attivo dal Lunedì al Sabato

Orario: 8.00-14.00 presso FarmaCity Stazione







# LISTINO DELLE NOSTRE PRESTAZIONI INFERMIERISTICHE

# INIEZIONI ADULTI

# INIEZIONI ADULTI

ciclo minimo di 4

# INIEZIONI PEDIATRICHE

# INIEZIONI PEDIATRICHE

ciclo minimo di 4

# MEDICAZIONI

ferite ed ustioni di 1° grado, ulcere, medicazione chirurgica

# RIMOZIONE DEI PUNTI DI SUTURA

CONTROLLO DEI DRENAGGI

# **GESTIONE CATETERI**

controllo/cura e rimozione

5 €

3,50 €

10 €

5 €

da **5** € a **10** €

oltre il materiale di medicazione

10 €

da **15** € a **25** €

da 15 € a 25 €

# SERVIZI DI TELEMEDICINA E AUTOANALISI





HOLTER PRESSORIO REFERTO ENTRO 24H 50 €

HOLTER CARDIACO 24H
REFERTO ENTRO 5 GIORNI LAVORATIVI

70 €

HOLTER PRESSORIO URGENTE REFERTO ENTRO 2H

55 €

HOLTER CARDIACO 24H URGENTE REFERTO ENTRO 24/48H

90 €

HOLTER CARDIACO 48H REFERTO ENTRO 5 GG, LAVORATIVI 90€



ECG COLLEGAMENTO
CARDIOLOGIA
REFERTO ENTRO 24H

28€



IN PROMOZIONE PER I POSSESSORI

25 €

ELETTROCARDIOGRAMMA
REFERTO ENTRO 30 MINUTI

35€



AUTOANALISI GLICEMIA

3,90 €

PANNELLO LIPIDICO (colesterolo totale, LDL, HDL, trigliceridi)

18,90 €

AUTOANALISI EMOGLOBINA GLICATA

14,90 €

AUTOANALISI COLESTEROLEMIA TOTALE 6,50 €

# PERCHÈ IN FARMACIA?



Semplici, rapidi, eseguiti esattamente come in ospedale



Disponibili tutto l'anno



Referti in tempi brevi
e l'esito ritirato in farmacia

Disponibili presso...

FarmaCity Centro, Marco Polo, Torre del lago, Migliarina, Campo d'Aviazione, Stazione

Pre prenotare...



Scannerizza il codice QR per accedere ai nostri servizi di prenotazione direttamente sul nostro sito web!



# SERVIZIO C.U.P.



CAMBIO PRENOTAZIONE Tutti i servizi evidenziati in rosso sono servizi gratuiti

# TESSERA SANITARIA



#### ATTIVAZIONE TESSERA SANITARIA

RISTAMPA PIN AL COSTO DI 2 €

SBLOCCO PIN AL COSTO DI 2 €



# NUOVO CAMBIO MEDICO



Contatta la tua farmacia di fiducia per sapere gli orari di accesso ai servizi!



# zerocode

# PRENOTAZIONE SUL PORTALE ZEROCODE

la piattaforma unica regionale per prenotazione di servizi sanitari digitali come l'accesso ai laboratori di analisi!



# **PROMO**

# PROMO SPORTIVE DI SETTEMBRE

# Clubdello Sportivo

#### LINEA FARMACITY

BCAA PROFESSIONAL 100 cpr



15,90€

ISOLATE WHEY PROTEIN CACAO/VANIGLIA 750 g



39,90€

VM 43 VIT MIN FIVE EFFECT 90 cpr



23,90€

#### LINEA FARMACITY

COLLAGENE 10000 390 g



29,90€

COLLAGEN COMPLETE 90 capsule



29,90€

OMEGA 3 COMPLEX 110 perle



39,90€

# LINEA CETILAR NUTRITION



3x2 Il meno costoso in omaggio

## LINEA ENERVIT



3x2
IL MENO COSTOSO IN OMAGGIO

# LINEA ENERZONA



3x2 IL MENO COSTOSO IN OMAGGIO

# GLI ULTIMI RAGGI DI SOLE



Sconti di fine stagione per rimanere protetti dal sole!



# SETTEMBRE

# parole di Salute

# **GIORNATA MOC IN FARMACITY**





Dott.ssa Maura Scintu Coadiutrice FarmaCity

#### La Densitometria ossea o MOC è l'esame di riferimento per la diagnosi dell'osteoporosi e non solo.

L'osteoporosi è una malattia dello scheletro provocata da una progressiva riduzione del calcio presente nel tessuto osseo.

Le ossa diventano più fragili e soggette a fratture spontanee a seguito di traumi anche di lieve entità. I fattori predisponenti sono:

- la menopausa;
- scarsa massa ossea;
- inadeguato apporto di calcio e vitamina D;
- fumo;
- alcool;
- basso peso corporeo;
- scarsa attività fisica;
- vita sedentaria;
- scarsa esposizione ai raggi solari.

#### Perché è importante la prevenzione?

È molto importante una diagnosi precoce perché una volta presentati i sintomi di fragilità ossea e demineralizzazione, la patologia è già in uno stato avanzato e le terapie sono molto più efficaci nel ritardare i sintomi anziché curarli.

#### Come funziona un esame a ultrasuoni del calcagno?

Si tratta di una procedura semplice, innocua, indolore e non invasiva, che utilizza gli ultrasuoni, l'ultrasonometro, che genera ultrasuoni che attraversano il tallone. Tale test si effettua sul calcagno perché la struttura dell'osso è simile dal punto di vista biomeccanico a quella del femore e delle vertebre, le sedi più soggette a frattura nei casi di osteoporosi.

#### Cosa devono fare i pazienti durante il test?

Per effettuare il test occorre che il piede sia nudo. Quindi si richiede di togliere il calzino, la calza o il collant. Il test dura **pochi minuti** e per non comprometterne il risultato, i pazienti dovrebbero cercare di rimanere il più possibile fermi.

#### Quanto è attendibile lo screening?

Per lo screening dell'osteoporosi utilizziamo l'innovativa MOC a ultrasuoni BeeTLe in grado di fornire indicazioni simili rispetto alla DXA (raggi X).

Non sono richiesti particolari accorgimenti di preparazione, basta recarsi in farmacia, e in 15 minuti si avrà l'esito del test.

Vi aspettiamo!





Screening MOC Settembre 2025

01 FarmaCity Darsena 15:30-19:30

02 FarmaCity Parafarmacia 15:30 - 19:30

03 FarmaCity Torre del Lago 15:30-19:30

04 FarmaCity Centro 15:30-19:30

05 FarmaCity Marco Polo 15:30-19:30

08 FarmaCity Stazione 16:00 - 20:00

15 FarmaCity Stazione 15:30-19:30

18 FarmaCity Centro 15:30 - 19:30

Costo per lo screening MOC

**€ 20,**00





# STANCHEZZA DOPO I 50 ANNI?



10 pratici flaconcini

# **SUPRADYN RICARICA PRO B12**



ZINCO che supporta il sistema immunitario



+ 5 MILIARDI Di probiotici vivi

# E SE TI SENTI **STANCO** DOPO L'INFLUENZA?





30 compresse effervescenti



Supportano il Metabolismo Energetico



Contrastano Stanchezza e Affaticamento



Supportano il Sistema Immunitario

\*Vitamina B1, Vitamina B2, Niacina, Vitamina B6, Vitamina B12, Biotina, Acido Pantotenico.

Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta variata ed equilibrata e di un corretto stile di vita. Leggere le avvertenze.

# **FARMACIE**



#### Le farmacie comunali della tua città.

#### FarmaCity Centro

Direttrice: Dott.ssa Emanuela Pardini via Mazzini, 14 - 55049 Viareggio (LU) tel. +39 0584 38 11 110 fax. +39 0584 42 66 37 farmacitycentro@icareviareggio.it Aperta 365 giorni 24 ore

#### FarmaCity Marco Polo

Direttrice: Dott.ssa Elena Soave via Marco Polo, 31 - 55049 Viareggio (LU) tel. +39 0584 38 11 120 fax. +39 0584 40 75 22 farmacitymarcopolo@icareviareggio.it Orario - LUN./SAB. 8.30-13.00 / 15.30-20.00

#### FarmaCity Torre del Lago

Direttrice: Dott.ssa Elisa Simoni viale Marconi, 242 - 55049 Torre del Lago (LU) tel. +39 0584 38 11 130 fax. +39 0584 35 20 35 farmacitytorredellago@icareviareggio.it Orario - 8.30-13.00 / 15.30-20.00

#### FarmaCity Darsena

Direttrice: Dott.ssa Elisa Paolini
via Coppino, 205 - 55049 Viareggio (LU)
tel. +39 0584 38 11 140 fax. +39 0584 38 50 56
farmacitydarsena@icareviareggio.it
Orario - 8.30-12.30 / 15.30-19.30

## FarmaCity Migliarina

Direttrice: Dott.ssa Claudia Bertolini
via Monte Cavallo, 8-10 - 55049 Viareggio (LU)
tel. +39 0584 38 11 150 fax +39 0584 94 50 62
farmacitymigliarina@icareviareggio.it
Orario - LUN./VEN. 8.00-20.00
SAB. 8.30-13.00 / 15.30-20.00

# FarmaCity Campo d'Aviazione

Direttrice: Dott.ssa Stefania Stefanini
via F. Filzi, 122/124 - 55049 Viareggio (LU)
tel. +39 0584 38 11 160 fax. +39 0584 38 50 49
farmacitycampodaviazione@icareviareggio.it
Orario - 8.30-13.00 / 15.30-20.00

#### FarmaCity Parafarmacia c/o COOP

via Santa Maria Goretti snc 55049 Viareggio (LU) tel. +39 0584 38 11 190 fax. + 39 0584 40 89 13 parafarmacia@icareviareggio.it Orario - 9.00-13.00 / 15.30-19.30

#### FarmaCity Stazione

Direttrice: Dott.ssa Maria Paola Patrizi piazza Dante Alighieri snc - 55049 Viareggio (LU) tel. +39 0584 38 11 100 farmacitystazione@icareviareggio.it Orario - 6.50-20.00 / 7 giorni su 7







dal 25 agosto al 19 ottobre 2025





# Il concorso che ti ascolta E CHE TI PREMIA!



# **PARTECIPA SUBITO**

Vai su www.giocaevinciaviareggio.it oppure scansiona il QRcode. Con pochi click puoi dire la tua, restare informato e provare a vincere ogni giorno.

Vivi Viareggio da protagonista con iCARE

Per maggiori informazioni www.icareviareggio.it