

# OK

LA SALUTE PRIMA DI TUTTO

## SI CONFESSANO

★ **Al Bano**

«Soffro di psoriasi, mi curo con il laser»

★ **Alba Parietti**

«Ho avuto un cancro al collo dell'utero»

★ **Federico Moccia**

«Combatto da anni contro la claustrofobia»

★ **Carlo Cracco**

«Un'ernia cervicale m'impediva di lavorare»

**SIMONA VENTURA**

«Pentita della chirurgia plastica? No, il seno rifatto mi ha portato fortuna»

## ESCLUSIVO

studio italiano: l'amore ringiovanisce il cervello

## INFLUENZA A

il test per riconoscere i sintomi della pandemica

## FERTILITÀ

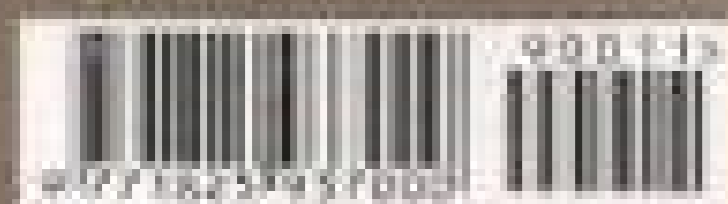
le ricerche sulla prevenzione e tutti gli esami di controllo per gli uomini

## NUOVO SITO DI OK

articoli, dizionario medico, centri d'eccellenza e grandi esperti online

# RUGHE ADDIO

DAI TRATTAMENTI DOLCI  
AL BISTURI,  
TUTTI GLI INTERVENTI  
ALL'AVANGUARDIA:  
COSTI, BENEFICI REALI  
E RISCHI



OK n. 11  
novembre 2009



Con **OK** aiuta  
la ricerca

Dieci centesimi del  
prezzo di copertina  
vanno alla  
Fondazione Umberto  
Veronesi, che ogni  
mese destinerà il  
ricavato alla ricerca  
medica e al  
progresso delle  
scienze.

Simona Ventura è  
stata fotografata per  
la cover di **OK** da  
Stefano Montesi.

## SIMBOLI



La scheda dei medici  
che rispondono su **OK**



Le informazioni  
pratiche,  
gli indirizzi utili



Le istruzioni per  
risolvere i problemi



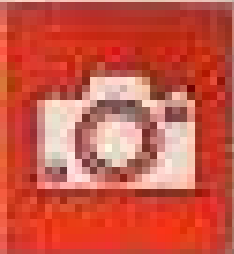
Attenzione: tutto ciò  
che è importante  
conoscere e imparare



Sorprese, meraviglie:  
la medicina è  
anche un'avventura



Curiosità, le risposte  
giuste alle domande



Chi sono i grandi  
fotografi di **OK**

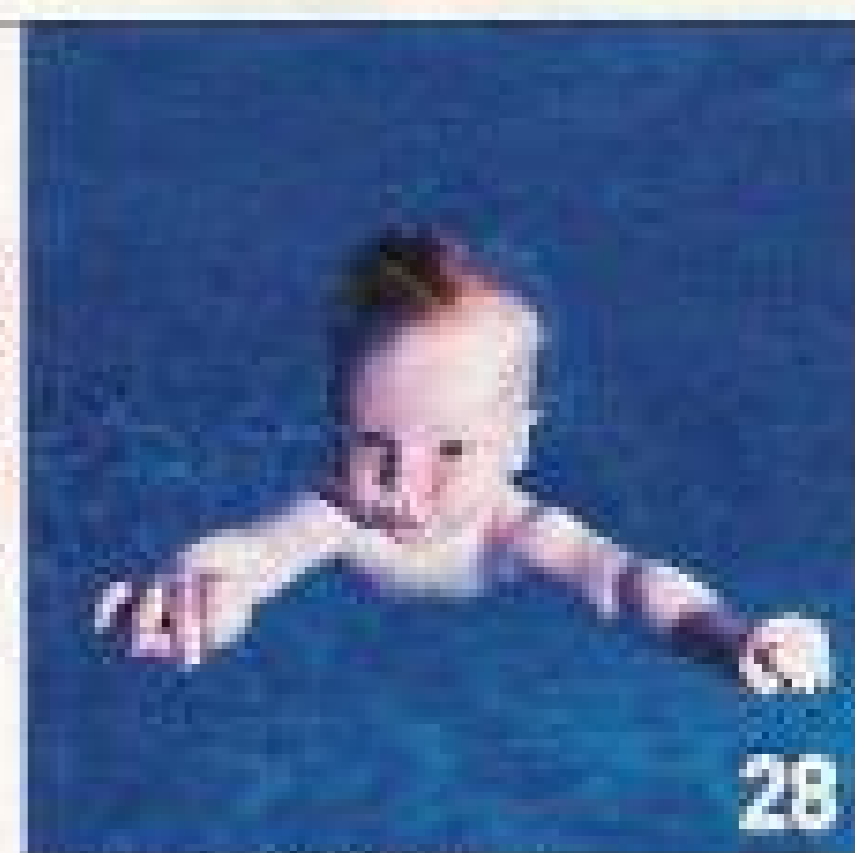
## BENESSERE E PREVENZIONE

14

- Confessare i **desideri erotici** fa bene
- **16** La classifica dei **pesci** più sicuri
- **18** **Attacco di fame?** Lavati i denti
- **20** Dalla **grafia** si capisce chi sei
- **22** Gel di **aloe vera** per le afte in bocca
- **24** Il **sale iodato** si mette su tutti i cibi
- **26** Gli **sport** che bruciano più calorie
- **28** Donne bene il **babe** che va in **piscina**



14



28

## GLI ESPERTI RISPONDONO AI LETTORI

32

- Le **terme?** Un toccasana per l'artrosi
- **34** Il test per riconoscere l'**influenza A**
- **36** **Ciclo troppo abbondante**, le terapie
- **38** Il **torcicollo** passa in quattro mosse



24

UN PIATTO SALUTARE:  
BRANZINO AL SALE.  
IODATO

## ANCH'IO

42

◀▶ **Simona Ventura**  
Pentita? No. Il mio seno nuovo  
mi ha portato fortuna. La protesi non  
mi dà problemi e faccio regolarmente  
la mammografia»

48

◀▶ **Al Bano**  
Lo stress per la scomparsa di mia  
figlia Ylenia, nel 1995, mi ha fatto venire  
la psoriasi. Lo sfogo è tornato anche  
dieci anni dopo. Mi curo con il laser»

52

◀▶ **Alba Parietti**  
Ho avuto un cancro da papilloma  
virus al collo dell'utero. Era il 1997: avevo  
perdite mestruali. Furono il pap test e  
la colposcopia a rivelare la neoplasia»

56

◀▶ **Federico Moccia**  
Ero in Cappadocia e stavo visitando  
le città sotterranee quando ho  
cominciato a stare male e, per un calo di  
pressione, sono svenuto. È stato così che  
ho scoperto di essere claustrofobico»

60

◀▶ **Carlo Cracco**  
Per il dolore causato da un'ernia  
cervicale non riuscivo più a tagliare le  
verdure o a sollevare una pentola. Ho  
evitato la sala operatoria coi massaggi»



48



52



68

## UNA FOTO UNA NOTIZIA

64

Altruisti? Si diventa a otto anni

66

Il rossetto aiuta la postura

68

L'autunno migliora la memoria



78

# ALBANO

## Lo **stress** mi ha fatto venire la **psoriasi** La **cura?** Il laser

Testo  
raccolto da  
**Maria Cristina  
Giongo**

Foto di  
**Roberto  
Giuberti**



Mi è accaduto intorno al 1995, quando venni colpito dalla terribile disgrazia della scomparsa di mia figlia. Furono anni tragici. Lottai come un guerriero, cercando di nascondere le ferite dell'animo, che però risalirono alla superficie sotto forma di macchioline localizzate sul ginocchio sinistro e il dito mignolo. Piano piano le chiazze si allargarono. La diagnosi fu di psoriasi. Dieci anni dopo feci un'esperienza insolita, che voglio raccontarvi per le ricadute, inizialmente positive, che ebbe sulla mia malattia. Mia figlia Romina mi chiese di accompagnarla all'*Isola del fumosi*. Accettai per avere la possibilità di starle vicino e per non lasciarla sola ad affrontare un'avventura simile. I primi giorni furono tremendi, a causa del calo degli zuccheri (conseguenza della mancanza di nutrimento), i mal di pancia forse dovuti all'acqua piena di sali minerali che dovevamo bere per compensare le perdite dell'organismo, i morsi della fame e altri disagi.



Albano Carrisi, in arte Al Bano, nato nel 1943, è dagli anni Settanta uno dei cantanti italiani più noti, anche per la sua vita privata. Hanno fatto notizia la separazione da Romina Power dopo 30 anni di matrimonio e sodalizio artistico, la scomparsa della figlia Ylenia, a soli 24 anni, e la burrascosa fine della liaison con Loredana Lecciso.



## La fototerapia cancella le chiazze

La psoriasi è una patologia infiammatoria cronica della pelle. In Italia colpisce circa due milioni e mezzo di persone.

● **CAUSE:** sono ancora in parte da chiarire, ma di certo c'è una predisposizione genetica, su cui intervengono situazioni ambientali scatenanti quali stress emotivi, abuso di alcol e fumo.

● **SINTOMI:** comparsa di chiazze rosse e squame biancastre che si sfaldano e prudono.

● **TERAPIE.** La psoriasi non è curabile, si possono però alleviarne i sintomi. Nelle forme lievi bastano creme, lozioni e unguenti, altrimenti si ricorre ai farmaci detti sistemici (immunosoppressori e retinoidi) o a quelli biologici, anticorpi monoclonali ottenuti con l'ingegneria genetica. Buoni risultati si ottengono anche con le acque termali e con la fototerapia (lampade a raggi ultravioletti o laser).

● **IL LASER E ECCIMERI.** «È uno dei trattamenti d'elezione quando la psoriasi colpisce le mani, zona dove in genere le chiazze rispondono meno alle terapie tradizionali», spiega Santo Raffaele Mercuri, primario dell'unità di dermatologia all'ospedale San Raffaele di Milano, il medico che ha in cura Al Bano. «Di norma occorrono 30 sedute una-due volte la settimana per cancellare le chiazze e i risultati durano non meno di tre mesi».

Al Bano concluderà in Canada l'8 novembre la tournée in cui canta i nuovi brani del suo trentesimo album, *L'amore è sempre amore*, uscito dopo l'ultimo Sanremo. Al Festival ha partecipato 12 volte vincendo nel 1984 con *Ci sarà*, in coppia con Romina Power. Dalla ex moglie ha avuto quattro figli e altri due sono nati dalla relazione con Loredana Lecciso.



Romina tornò a casa quasi subito. Lei è figlia della generazione che definisco dei "frigoriferi pieni", mentre in quel posto non c'era nulla. Io rimasi, cominciando a godere intensamente del posto. Finché, il fulmine a ciel sereno.

### I primi disturbi quando mia figlia è sparita

Mi comunicarono la notizia (davanti a milioni di telespettatori!) che la mia compagna di allora, Loredana Lecciso, aveva posto fine alla nostra relazione, da cui erano nati due bambini.

Tutti si aspettavano che perdessi le staffe (considerato il mio carattere sanguigno), alimentando il disumano circo mediatico che si era creato intorno a noi. Invece rimasi tranquillo, tentando di dare la giusta dimensione a quell'evento che di nuovo portava la mia famiglia allo sfascio. I colpi subiti in passato mi hanno reso più forte, facendomi capire che c'è un tipo di morte che devi sopportare in vita.

Tuttavia, al rientro dall'Isola, le macchie si manifestarono di nuovo, espandendosi anche alle mani. Erano ricoperte di scaglie argentee, prudevano.

Allora chiesi aiuto a Santo Raffaele Mercuri, primario dell'unità di dermatologia del San Raffaele di Milano. Lui chiari subito che non sarei guarito, trattandosi di una patologia ad andamento cronico. E mi spiegò, ve lo ripeto con parole mie, che la psoriasi da cui sono affetto è innescata dallo stress.

### Grazie ai trattamenti del San Raffaele sto meglio

Secondo lui, il trauma per la sparizione di mia figlia ha solleticato un male che altrimenti (forse) non si sarebbe esternato.

C'è poi che io lavoro moltissimo e dormo pochissimo. Quindi, nel mio caso, si manifesta tutta la fatica non solo di un'esistenza ma anche del quotidiano. Il sole è un'ottima cura, per questo stavo bene all'Isola. Ma non sempre si sta al mare...

Ultimamente ho iniziato al San Raffaele un trattamento con un laser che si chiama X-Trac a eccimeri. È indolore, non ha effetti collaterali e mi dà benefici immediati. Va ad agire sulle macchie al ginocchio e alle mani.

Funziona, quando vado le chiazze si sbiadiscono. Il problema è che devo trovare il tempo di sottopormi alle sedute. Fra un viaggio e l'altro per il mondo a tenere concerti, la partecipazione a programmi televisivi, la gestione della mia tenuta a Cellino San Marco... Ma giuro che sarò più costante. La salute prima di tutto! ➤

Albano Carrisi

VUOI CHIEDERE UN CONSULTO AL DERMATOLOGO DI AL BANO? SCRIVI ALL'INDIRIZZO MAIL [SANTORAFFAELE.MERCURI@RCS.IT](mailto:SANTORAFFAELE.MERCURI@RCS.IT)

INSERISCI NEL «CERCA SALUTE» DEL SITO DI OK LA PAROLA PSORIASI: TROVERAI UN APPROFONDIMENTO SULLA MALATTIA

A full-body photograph of a man with dark hair and glasses, wearing a black suit jacket, a black turtleneck sweater, and black trousers. He is smiling broadly and has both arms raised in a gesture of surprise or excitement, with his palms facing forward. He is standing against a plain, light-colored background.

**SONO LE MANI**

**A ESSERE COLPITE**

**DALLA MALATTIA:**

**OGNI TANTO**

**SI RIEMPIONO**

**DI MACCHIE,**

**RICOPERTE**

**DA SCAGLIE**

**ARGENTEE.**

**E PRUDONO**