



Fiuggi Terme: dalla fama delle acque, alla scienza della calcolosi renale

Il nome di Fiuggi viene associato a quello delle acque curative da oltre sei secoli. La fama delle sorgenti e quella della località, infatti, scorrono parallele fin dal 1200, quando si ha notizia dei tra sporti di acqua dalla zona di Anticoli a Roma per lo uso quotidiano di Papa Bonifacio VIII. Censura degli archivi del Vaticano si conservano ancora i conti li quidari dalla Tesoreria Apostolica per questo servizio.

Nel 1543 l'ingegner Buonarroti usava lo stesso sistema, di farsi mandare l'acqua di Fiuggi a Roma. Scrive infatti al nipote Leonardo di «una fonte che è a 40 miglia da Roma e è dalle quale ogni fa «abbondante amminuzione per curarsi quello che allora si chiamava il mal della pietra». Michelangelo era affetto da calcolosi urinaria, una malattia antica e diffusa in epoche ed ambienti vicini e più distanti fra loro. Il nome di Fiuggi per indicare la località delle sorgenti, cominciò a diffondersi soltanto alla fine dell'Ottocento. Un saggio di tal cavaliere Giovanni Morfino, medico condotto dal 1881, assicura nel titolo questo nome moderno a quello antico della località assumendo a soggetto il fiume di Fiuggi in Anticoli di Campagna». Il cavaliere Morfino, dottore in medicina e chirurgia, ne era così entusiasta da esclamare «in quelle sorgenti vi è tutta una terapia, in quelle acque vi sono rimedi efficaci, potenti per domare, vincere e curare radicalmente alcune malattie che si mostrano rebelli a tutti i preparati chimici, a tutte le medicine. Tal è l'acqua di Anticoli, denominata di Fiuggi». La calcolosi re-



nale e infatti ribelle ad ogni cura chimica ed è preo mente che si riconosce nell'acqua di queste sorgenti «un potente rimedio per distruggere gli umori piavsi che sono causa dei calcoli». Da allora l'idea che es sa e fatta della malattia appare molto cambiata, ma il rimedio è rimasto lo stesso. La calcolosi renale si manifesta in una tale varietà di circostanze e di forme da esigere, per il trattamento clinico terapeutico, un nemico difficile da afferrare. Nella clinica urologica di Roma diretta dal prof. Ulrico Bracci, l'esame di 784 calcoli ha consentito di riscontrare una composizione estremamente variabile. L'ossalato di calcio è stato riscontrato presente per il 38 per cento, l'ossalato di calcio da solo per il 24%, l'ossalato di calcio con urati per il 18%; il fosfato di calcio con fosfato ammonico magnesico con ossalato per il 5%; il fosfato di calcio da solo per

il 5%; gli urati con fosfato ammonico magnesico per il 11%; il fosfato ammonico magnesico per il 9%; la cistina per il 7%. In Italia vengono ricoverate ogni anno per calcolosi dell'apparato urinario circa 30 mila persone cioè 9995 persone ogni 100 mila abitanti. Il 10-15 per cento delle malattie che richiedono interventi chirurgici ha origine nelle varie forme di calcolosi. Questi dati fanno comprendere come l'uso di acque curative, specialmente in quei casi in cui si può prevenire il formarsi della calcolosi o la necessità dell'intervento chirurgico, costituisce non soltanto un problema medico ma anche una necessità economica.

L'unico mezzo terapeutico e preventivo realmente efficace e nella calcolosi urinaria, la terapia idropinica con acqua minerale che abbia le caratteristiche adatte. Per questo Fiuggi è venuto a trovarsi, naturalmente, come il maggiore centro di cura. Ad esso ricorrono persone di tutte le regioni italiane. Per questo l'Ente Fiuggi ha istituito un Centro studi e ricerche sulla calcolosi urinaria e le malattie metaboliche correlate in collaborazione con la Clinica Urologica della Università di Roma diretta dal prof. Bracci. Il Centro ha cominciato ad operare nel 1975, a titolo completamente gratuito, la parte economica è a carico dell'Ente Fiuggi mentre la Clinica Urologica ne ha la responsabilità scientifica. Il Centro ha impostato ricerche a vasto raggio, sull'ambiente familiare e sociale, nel tentativo di stabilire meglio i contorni della malattia. Nei primi tre anni sono state analizzate oltre 50 mila cartelle generali in base alle quali sono stati sottoposti a ulteriori esami 8500 pazienti in cura a Fiuggi. L'obiettivo che ci si propone è quello di un centro idrotermale modernamente

inteso dove, accanto all'utilizzazione razionale della risorsa naturale, l'acqua oligominerale, si affianca uno sforzo di ricognoscere con la maggiore precisione possibile i meccanismi attraverso i quali le persone che vi ricorrono possono esserne beneficiarie. Un primo risultato pratico del lavoro svolto al Centro di Fiuggi Terme è la compilazione, in corso, di una serie di «tavole» della litasi che riassumano e rendono più evidenti i dati delle analisi. Si avrà così una carta geografica italiana della litasi che consentirà di vedere l'incidenza della malattia in ciascuna regione e, quindi, di fare un primo passo verso l'apprazziamento di alcuni fattori ambientali più generali. Naturalmente, all'interno di ciascuna regione giocano fattori differenti, da quelli naturali alle abitudini e tradizioni alimentari, al clima. Problemi particolari pongono, invece, la individuazione delle relazioni desumibili dalla particolare conformazione chimica del calcolo. Qui si entra in un ambito più strettamente scientifico e, per questo, anche più imprevedibile. Chessa che definendo la struttura biochimica del calcolo non si possa farlo «parlare», raccontare la vicenda del meccanismo biologico che lo ha prodotto, entrare insomma alla fine un po' più addentro nel segreto di questa pietra prodotta da un essere vivente e dall'uomo in particolare. Fiuggi Terme non è più, a questo punto, solo un benefico punto di riferimento per tutti coloro che soffrono di calcolosi urinaria. Costituisce anche una impresa scientifica che può contribuire al progresso della salute umana in generale.

Se pensate che la riviera toscana possa offrirvi solo chilometri di spiagge e acqua pulita, siete in altomare.

Pine e boschi corrono lungo la costa. Poche piste ed ecco finalmente il verde e il silenzio da cercare. Disturbati solo dal rumore del mare.

Tutte le tratturelle vi invitano ad approfittare di una cucina genuina e saporita. Quanto basta per scordare della breccia tra un piatto di scabbia e una o'ra d'altomare.

Molti solitari luoghi toscani sono legati a non famosa. Ma non è detto che i più incantevoli siano i più conosciuti.

Cosa vi aspettate di una vacanza in Toscana? Probabilmente, un mare azzurro pulito e pescoso. E vi basta. Chiamati e chiamati di spiagge blu e calde, scegliete per i vostri figli e voi, un agenzia di vacanze. E vi basta. Oppure un momento di toscane, una pace di silenzio, e colte per una passeggiata tranquilla e solitaria. E vi basta. Ma in Toscana, prima della notte, oltre a tutto questo ci sono anche i paesetti del mare, nei piccoli capoluoghi sconosciuti di una regione ricca di capolavori inimitabili. Opere d'arte nelle chiese, abbazie, monasteri. Molte sempre nuove e diverse per le varie espressioni. Insomma, un mare con i piedi in montagna, tutti da scoprire. E vi basta!

La vacanza di un mese è con la bellezza di un po' di anticipo, il mistero di una città visitata.

Non è certo la Toscana che non devono un'ante nell'...

REGIONE TOSCANA

C'è Toscana, Toscana e Toscana.

ENTE NAZIONALE PER L'ENERGIA ELETTRICA

PER UNA MIGLIORE E PIU' ECONOMICA UTILIZZAZIONE DELL'ENERGIA

IL FRIGORIFERO

- Per il più conveniente funzionamento del frigorifero è opportuno tenere presente che:
 - La ubicazione ideale è nel punto più fresco del locale, con una distanza, tra la parte posteriore e il parete, sufficiente per l'aerazione;
 - La regolazione del termostato va scelta la temperatura meno bassa che consente una soddisfacente conservazione degli alimenti; è inutile e dispendioso un freddo più intenso;
 - Il numero della durata delle aperture degli sportelli, specialmente per lo scomparto dei surgelati, devono essere ridotti il più possibile per evitare fughe di freddo;
 - Lo spessore di ghiaccio sulle pareti interne non deve raggiungere i 5 mm; se lo sbrinatorio non è automatico, occorre provvedere manualmente, secondo il libretto di istruzioni;
 - Le guarnizioni difettose degli sportelli devono essere sollecitamente sostituite; rappresentano una falla nell'isolamento termico.

LAVABIANCHERIA E LAVASTOVIGLIE

Per quanto riguarda le macchine per lavare (lavabiancheria e lavastoviglie), la scelta va fatta dopo aver esaminato le caratteristiche e le prestazioni dei vari modelli, tenendo ben presenti le esigenze familiari.

Per l'uso dei due tipi di macchina si consigliano i seguenti accorgimenti:

- La messa in funzione quando si è raggiunto un carico completo;
- La scelta dei programmi abbreviati e a temperatura ridotta per carichi non eccessivamente sporchi;
- Lo sfruttamento di eventuali dispositivi economizzatori, secondo il libretto di istruzioni fornito dal costruttore;
- La frequente pulizia del filtro.

LO SCALDACQUA

Lo scaldacqua è un importante consumatore di energia elettrica. Inevitabilmente particolari attenzioni. Le dimensioni devono corrispondere al fabbisogno della famiglia; avere uno scaldacqua troppo grande comporta il onere di una fornitura di acqua calda in parte non utilizzata.

Poiché i lunghi tubi di raccolta sono causa di perdita di calore è importante ubicare lo scaldacqua il più vicino possibile ai punti di più frequente prelievo dell'acqua calda; se tali punti sono distanti fra loro conviene fare la possibile di installare due scaldacqua di dimensioni ridotte in luogo di uno di grande capacità.

Il termostato che fissa la temperatura massima dell'acqua, può essere regolato a 60°C, riducibile a 45°C nel periodo estivo. Regolare a temperature più alte viene a costare di più e non porta sensibili vantaggi. Conviene tenere inserito lo scaldacqua solo di notte, per avere acqua calda al mattino.

L'acqua calda costa perché non deve essere sprecata lasciando scorrere inutilmente o gocciolare da rubinetti difettosi.

L'ILLUMINAZIONE

Parliamo della più diffusa e più cara delle fonti di illuminazione.

La sorgente luminosa da elettricità è l'incandescente. Lente emittente di più all'atto dell'accensione e dell'installazione, rispetto alle lampade a fluorescenza, ma dura sei o tanto e, a parità di flusso luminoso, consuma meno energia. Così si risparmia il maggior costo iniziale.

Sono in commercio tubi fluorescenti con gradevoli tonalità di luce.

Tra le lampade ad incandescenza, due di dimensioni piccole (100W) danno più luce in proporzione al consumo e meglio usare una o poche lampade grandi piuttosto che molte piccole. È bene ricordarsi che le lampade da casa bisogna pretendere anche un buon rendimento luminoso, non solo un effetto decorativo.

È inutile e dispendioso avere accese lampade e stanzette vuote per certe attività (lettura, conversazione, lavoro) a mezzogiorno di luce e di temperatura e conveniente un'adeguata illuminazione localizzata piuttosto che una luce sfarzosa in tutta la stanza.

Pareti e soffitti chiari e scuri a rendimento luminoso e quindi a economia.

La pulizia delle lampade e degli apparecchi illuminanti è indispensabile per mantenere un buon rendimento luminoso.

UTILIZZA MEGLIO L'ENERGIA ELETTRICA DARAI UN CONTRIBUTO ALL'ECONOMIA NAZIONALE AVRAI UNA BOLLETTA MENO CARA

Fermati dove vuoi ma fermati

BAR AUTOGRILL PAVESI RESTAURANT

CCP

In autostrada la fretta, la stanchezza e la monotonia sono i principali nemici di chi guida. Per questo sulle autostrade italiane ci sono più di 300 aree di servizio (in media una ogni 19 chilometri). Per dare un po' di relax a te che guidi, ai tuoi compagni di viaggio ed alla tua auto: anche lei ne ha bisogno, se vuoi che ti duri di più.

Invito alla sosta

ESSO IP MAGGI ALEMAGNA Motta PAVESI AUTOGRILL

Autostrada è anche sicurezza.