



Il dottor Vincenzo Liguori risponde alle vostre domande.

## Il medico Da dove vengono i calcoli al fegato?

Dopo un terribile mal di pancia, è stato scoperto che ho i calcoli al fegato. Adesso mi propongono una operazione. Da dove vengono e come si formano questi calcoli? Esistono alternative all'operazione?

Più che di calcoli al fegato è più corretto parlare di calcoli biliari della colecisti, chiamata anche cistifellea, che è come una piccola vescica collegata al fegato dove si deposita la bile. Si tratta di una patologia frequente dato che, dopo i quarant'anni, una donna su cinque e un maschio su dieci ne sono portatori.

I calcoli sono come dei sassolini di forma cristallina che si formano nella colecisti, e sono composti prevalentemente da colesterolo, oppure da un misto dello stesso colesterolo con sali di calcio, pigmenti biliari, proteine ed acidi grassi.

Il principale fattore di rischio è il sovrappeso e un'alimentazione ricca di grassi, che porta ad una aumentata secrezione di colesterolo nella bile. Il ristagno della bile dovuto ad una colecisti «pigra», cioè con una diminuita capacità della sua parete di contrarsi, aumenta la probabilità che i cristalli di colesterolo non passino nell'intestino e quindi formino dei sassolini.

Anche la genetica può giocare un ruolo importante, dato che alcune popolazioni sono più colpite di altre. Se i calcoli sono grossi ed hanno già provocato coliche biliari, l'intervento operatorio di asportazione della colecisti, che può essere eseguito in laparoscopia, rimane l'unica possibilità terapeutica.

FOTO: ANNICK ROMANSKI



Barbara Del Fedele è un'esperta di bricolage non solo natalizi.

# Uno scacciapensieri

Il fai da te decorativo in vista del Natale diventa un hobby creativo e rilassante, che gratifica e diverte.

Il magico periodo pre-natalizio, per i tanti affascinati del bricolage creativo, è il momento più fecondo dell'anno. «Decisamente sì» afferma Barbara Del Fedele esperta di bricolage nonché titolare dell'atelier-laboratorio «Manolibera» di Ponte Capriasca, dove impartisce corsi per adulti e bambini.

Il fai-da-te decorativo è un passatempo oltremodo utile e gratificante, perché stimola la parte creativa del cervello, migliora la manualità e allenta le tensioni emotive. «In effetti il cimentarsi nelle decorazioni, non solo natalizie, rappresenta una sorta di terapia antistress, perché durante questa attività prettamente creativa si dimenticano gli affanni quotidiani. E poi durante i corsi ci sono sempre momenti di ilarità e sano divertimento».

Che cosa va per la maggiore tra il vasto popolo degli hobbisti per il Natale 2008? «Angeli e stelle, decorazioni per la tavola e per l'albero di Natale, il tutto realizzato con elementi naturali come lana, feltro, pigne, fiori d'anice, bastoncini di cannella, arance essiccate...».

L'hobbistica creativa presuppone particolari doti manuali? «Per niente! Tutti possono riuscire. Sovven-

te chi crede di essere totalmente negato per questo tipo d'attività, già al primo approccio scopre di possedere doti nascoste e in seguito si appassiona, anche perché i risultati non tardano ed è sempre un piacere personalizzare la casa con oggetti fatti con le proprie mani».

Donatella Gellera Falerni

link  
[www.manolibera.ch](http://www.manolibera.ch)

&

## Ecologico Creatività addobbi

Per creare addobbi natalizi, ma non solo, si possono utilizzare materiali riciclati di ogni tipo con risultati

originali e soprattutto eco-compatibili. A corto d'idee? Provate a navigare tra le pagine del sito sotto indicato: una miniera di proposte, dalle campanelle fatte con le capsule di caffè alle ghirlande realizzate con vecchi cd e tante altre sfiziosissime proposte.

link  
[ri-creazione.libero.it](http://ri-creazione.libero.it)