



**A**, come **Abbiamo** deciso di usare l'alfabeto per conoscere assieme alcune parole che può capitare di incontrare nella vita di tutti i giorni, che magari conosciamo, ma che non fa mai male ricordare..

**B**, come **Bisogna** ricordare che la salute e la sanità vengono anche conoscendo, dunque è importante non sopravvalutare mai quanto e come sappiamo quello che sappiamo, ma soprattutto è importante non vergognarsi di chiedere agli specialisti o a chi ne sa di più...



**C**, come la **Cura** che bisogna avere di se stessi giorno dopo giorno,



per evitare di dover poi d'improvviso correre ai ripari quando magari è poi troppo tardi. Per questo è utile fare i controlli periodici e azioni di prevenzione, secondo quanto prescrive il medico

**D**, come **Davvero** non sapevi che dentista non è solo denti, ma è anche estetica nel suo senso più esteso? Naso, orecchi, bocca, occhi, forma del viso, taglio di capelli....



**E**, come **Eccoci** di nuovo a proseguire l'alfabeto della scorsa newsletter per continuare conoscere assieme quelle parole che possiamo da un lato sentir dire e non avere ben chiaro cosa significhino, ma dall'altro quelle che ci accadono, ci toccano e che ci serve approfondire per sapere come comportarci e per saperle riconoscere, oppure ci interessano e ci possono essere utili, ma che non sappiamo pronunciare

**F**, come **Facciamo** in modo che questa newsletter possa essere utile da due punti di vista diversi: il primo relativo alla salute in generale, sia intesa come nostre caratteristiche funzionali o organiche, ma anche intesa come possibili stati e affezioni del nostro organismo. Il secondo relativo all'ambito che ci riguarda più da vicino, ovvero l'odontoiatria, con i suoi segreti del mestiere, le sue tecniche per risolvere problemi, ma anche semplicemente per migliorare l'estetica



come è **Giusto** ricordarci

che per poter conoscere e riconoscere gli stati patologici, serve prima conoscere gli stati originari e normofunzionali, non dimenticando come ognuno di noi possiede caratteristiche specifiche e individuali che vanno tenute presente, poichè a volte quello che può essere patologico su un individuo potrebbe non esserlo sull'altro.

**H**, come **H**, una lettera che è bene conoscere perchè iniziale di patologie date da virus che oggi sono molto importanti, aggressivi, pericolosi e che riguardano tutti e possono colpire tutti indistintamente. HIV, HCV, HBV, HAV... ovvero virus da immunodeficienza umana, epatite C, epatite B, epatite A.. affezioni che è importante avere chiare perchè per quanto gravi, possano comunque essere sempre gestite e affrontate, riuscendo così a evitare l'isolamento sociale e la stigmatizzazione. Serve ricordare che la malattia, cronica o meno, **NON** è la persona, ma solo una sua caratteristica. Anche quando la vita sembra finita, il nostro organismo continua a lavorare per vivere, perchè noi non dovremmo farlo?



**I**, come **Internet** un veicolo di informazione utile, ma non esauriente e soprattutto non per forza veritiero. E' bene attingere dal web "con le pinze" e non improvvisarsi poi dottori: prima di intraprendere rimedi o cure, è bene comunque rivolgersi a uno specialista per una conferma! Non sono pochi i casi di chi rischia di peggiorare la situazione, invece che migliorarla, perchè si è affidato a consigli poco attendibili!!

Internet risulta anche un buon modo per sapere a **CHI** rivolgersi per un confronto ed un consiglio sul cosa fare, per questo noi dello Studio Dentistico Cararelli abbiamo deciso di investire tanto sia sul sito web che nella newsletter, quali canali per poter entrare in contatto con più persone possibili e metterci a disposizione, con il nostro team di esperti per poter gestire casi più o meno complessi, dare consigli, pareri o

indicazioni.....

www.studiodentisticocardarelli.it vieni a trovarci..G, come è Giusto ricordarci che per poter conoscere e riconoscere gli stati patologici, serve prima conoscere gli stati originari e normofunzionali, non dimenticando come ognuno di noi possiede caratteristiche specifiche e individuali che vanno tenute presente, poichè a volte quello che può essere patologico su un individuo potrebbe non esserlo sull'altro.

**L**, di **Lavorare** in squadra come requisito importante per un ottimo risultato. Ogni disciplina, ogni branca della medicina, ma in realtà ogni ambito lavorativo e non ha bisogno di una squadra per ottenere il meglio. A partire dal gioco, quando ancora si è piccoli, sino ad arrivare ad ambiti di rilievo e che richiedono precisione, come ad esempio la medicina, o la propria salute, è sempre necessario, o quantomeno



auspicabile, che vi sia alla base un lavoro di squadra, di equipe. Dove lo stesso obiettivo comune - scegliete voi quale a seconda - guida i singoli componenti del team e dove il coordinamento tra i singoli e il supporto gli uni sugli altri garantisce il meglio. Pensiamo ad uno studio dentistico: i ruoli sono tanti, dalla segreteria, alle assistenti, al medico, tutti ruoli essenziali e così diversi tra loro che.. solo la condivisione di una meta - la qualità del servizio e la soddisfazione del cliente - potrà guidarli unanimemente nella giusta direzione.

Qualità del servizio e la soddisfazione del cliente sono il faro che guida lo StudioDentisticoCardarelli



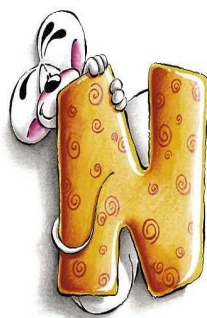
**M**, di **Me**, ovvero il ruolo che il 'me', il paziente, l'oggetto dell'intervento, del trattamento, il protagonista della propria vita può e deve avere all'interno della squadra. Che la persona oggetto del trattamento abbia una posizione all'interno del trattamento stesso è banale e ovvio, quale posizione e come esso si debba comportare lo è già meno. Alcuni grandi studiosi usavano la compliance del paziente, definita come l'"adesione del paziente, inconsapevole o deliberata, alle prescrizioni del medico", come quell'elemento che andava a definire dove doveva collocarsi il paziente nel trattamento, ma è subito chiaro come questa sia una posizione passiva ed ubbidiente del paziente, il quale non si trova così nelle condizioni di mettere nulla di proprio nel trattamento, se non la propria capacità ad eseguire degli ordini.

Potremmo meglio parlare di collocazione del paziente all'obiettivo del trattamento o dell'intervento, intesa come il quanto e il come il paziente si muove verso l'obiettivo definito assieme al proprio medico, alla sua equipe; "si muove" vuol dire che ciascun paziente è parte attiva dell'intervento, è chi insieme agli specialisti lo costruisce, lo personalizza e lo interpreta. Il paziente in questo senso è chiamato a ingegnarsi e a trovare delle strade per raggiungere l'obiettivo che siano coordinate con quelle che intraprende il medico; strade che non sono impartite, ma che sono individuate e

congnate da solo o assieme a degli esperti del mestiere (consulenti della persona), chiamati a formulare strategie e piani d'azione in grado di far raggiungere al paziente non solo il controllo della propria situazione, ma anche uno stato di benessere.  
hai domande? lab.salute@gmail.com

**N**, di **Nulla** è certamente facile da raggiungere, ma tutto è possibile. La difficoltà sta nell'individuare la strada più efficace e pertinente per raggiungere la propria meta. Hai qualche problema e la tua metà è raggiungere uno stato di salute e benessere???,

non ci sono eccezioni, la risposta è la stessa: per poterlo raggiungere la chiave risiede nel percorso che si intraprende e in come lo si intraprende. Ricordate l'articolo della scorsa newsletter? è proprio così, non è la malattia ad escludere la possibilità di vivere la vita in salute.



Succede sempre più spesso che le persone smettano di stare bene e di vivere a causa della malattia, dell'età avanzata, di quello che altri gli hanno detto o fatto. La salute, invece risiede nelle mani di ognuno di noi, sano o malato che sia: hiv, cancro, paure invalidanti, famiglie sull'orlo di una crisi di nervi... ovvero tutte situazioni che siamo abituati a considerare come incompatibili con la salute.. in realtà possono essere ottimi punti di partenza per la vita.

Ti interessa?  
lab.salute@gmail.com



, di **Oggi**. Il segreto di tutti i mali: partire dall'oggi e scegliere per il domani, senza contiare a voltarsi indietro e a chiedersi di chi siano le colpe, i meriti, quali siano le cause o quali siano stati gli errori. Guardare allo ieri è una mossa pericolosa, che non va mai fatta da soli perchè può portare a frustrazione e può risultare più dannoso che utile. Se proprio si vuole guardare al proprio passato è utile farlo con un esperto, una persona 'terza' rispetto a noi stessi, perchè solo così ci potrà essere la lucidità per analizzare assieme gli avvenimenti e trasformarli in qualcosa di utile e prezioso per il domani.

L'oggi, viceversa è il punto di partenza di ognuno di noi, è quel punto dal quale è possibile darsi degli obiettivi e definire a piccoli passi come e con chi raggiungerli...

**TO BE CONTINUED....**