

Pubblicazioni della Lega svizzera contro il reumatismo



**Lega svizzera
contro il reumatismo**
Il movimento è salute



Artrite, artrosi, osteoporosi, dolori alla schiena e reumatismi delle parti molli sono le patologie reumatiche più frequenti. Esistono 200 diversi quadri clinici reumatici che interessano schiena, articolazioni, ossa, muscoli, tendini e legamenti.

Potrete trovare sul nostro sito tutte le informazioni concernenti le patologie reumatologiche, i mezzi ausiliari per le attività quotidiane e le varie offerte di corsi per potersi muovere allegramente in compagnia:

Legazione svizzera contro il reumatismo

Tel. 044 487 40 00, info@rheumaliga.ch, www.reumatismo.ch

Sommario

Come comportarsi nella vita quotidiana

- 2 Alimentazione
- 2 Ergonomia
- 3 Mezzi ausiliari
- 3 Movimento
- 4 Prevenzione

Malattie reumatiche

- 5 In generale
- 6 Bambini, adolescenti, genitori

- 6 Artrite psoriasica
- 6 Artrite reumatoide
- 6 Artrosi
- 7 Gotta
- 7 Lupus e altre collagenopatie / vascoliti
- 9 Mal di schiena e reumatismo ad altre parte del corpo
- 10 Morbo di Bechterew
- 10 Osteoporosi
- 10 Reumatismi delle parti molli

- 11 Lega svizzera contro il reumatismo

Come comportarsi nella vita quotidiana

Alimentazione

Alimentazione

Libro, 82 pagine It 430 CHF 15.00

Ergonomia

In forma al computer

8 consigli per una postura corretta
Foglio d'istruzione It 1014 gratuito

Per il bene delle vostre articolazioni

10 principi per la protezione delle articolazioni
Foglio d'istruzione It 3050 gratuito

Protezione delle articolazioni

Opuscolo, 48 pagine It 350 gratuito

Semaforo verde per il giardinaggio

Lavori semplici e sicuri
Opuscolo breve, 24 pagine It 1070 gratuito

Sempre in forma al lavoro

Opuscolo, 44 pagine It 3016 gratuito

Mezzi ausiliari

Mezzi ausiliari – Piccoli aiuti per grandi risultati

Catalogo, 70 pagine It 003 gratuito

Movimento

Attivi contro l'osteoporosi

Esercizi per muscoli e ossa

Foglio d'istruzione It 1025 gratuito

Esercizi di movimento

Libro, 80 pagine It 401 CHF 15.00

In forma con lo stretching

10 esercizi

Foglio d'istruzione It 1013 gratuito

Per il bene della vostra schiena

14 esercizi e posizioni di rilassamento

Foglio d'istruzione It 1030 gratuito



Per piedi sani

Esercizi, consigli e informazioni

Opuscolo breve, 20 pagine

It 1040

gratuito

Sempre in forma

12 esercizi

Foglio d'istruzione

It 1001

gratuito

Sport per principianti e non

Opuscolo, 60 pagine

It 3013

gratuito

Prevenzione

Mai più a terra!

Consigli per prevenire le cadute

Opuscolo breve, 28 pagine

It 1080

gratuito

Sicuri tutti i giorni

Una prevenzione personale delle cadute in casa

Volantino

It 1081

gratuito



Malattie reumatiche

In generale

Combattere attivamente i dolori reumatici

Libro, 107 pagine It 470 CHF 25.00

Medicamenti

Opuscolo, 60 pagine It 303 gratuito

Medicina complementare

Opuscolo, 52 pagine It 3004 gratuito

Paziente e medico: quando i due si comprendono

Opuscolo, 60 pagine It 309 gratuito



Bambini, adolescenti, genitori

L'artrite nei bambini

Opuscolo della Lega svizzera contro il reumatismo e dell'Ospedale cantonale di Lucerna, 60 pagine

It 3015

gratuito

Artrite psoriasica

Artrite psoriasica

Opuscolo, 20 pagine

It 392

gratuito

Artrite reumatoide

Artrite reumatoide

Opuscolo, 24 pagine

It 341

gratuito

Associazione svizzera dei poliartrritici

Informazioni sintetiche, 4 pagine

It 541

gratuito

Artrosi

Artrosi

Opuscolo, 40 pagine

It 301

gratuito

Gotta

Gotta e pseudogotta

Opuscolo, 48 pagine

It 331

gratuito

Lupus e altre collagenopatie / vascoliti

Lupus eritematoso sistemico

Opuscolo, 36 pagine

It 361

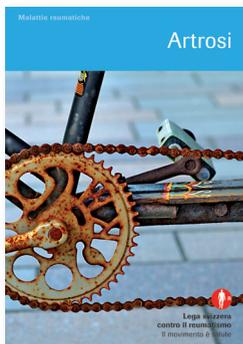
gratuito

Polimialgia reumatica

Opuscolo, 16 pagine

It 391

gratuito



Piccoli aiuti per grandi risultati



Apricoperchi a vite

Utensile da cucina che sfrutta l'azione della leva.

(Art. n. 7003)

**Scoprite i 200 pratici
mezzi ausiliari**

www.rheumaliga-shop.ch

Mal di schiena e reumatismo ad altre parte del corpo

Mal di schiena

Opuscolo, 56 pagine It 311 gratuito

Mal di schiena AL, SKB, TR

Opuscolo in albanese, in serbo / croato / bosniaco, in turco, 28 pagine AL 3101
SKB 3101
TR 3101 gratuito

Per il bene della vostra schiena

14 esercizi e posizioni di rilassamento
Foglio d'istruzione It 1030 gratuito

Per piedi sani

Esercizi, consigli e informazioni
Opuscolo, 20 pagine It 1040 gratuito

Tutto sulle spalle

Comprendere e trattare i dolori
Opuscolo, 36 pagine It 1060 gratuito

Una manciata di consigli

Capire il reumatismo della mano, trattarlo, prevenirlo
Opuscolo, 28 pagine It 1050 gratuito



Morbo di Bechterew

Morbus Bechterew, la malattia

Libro della Società Svizzera Morbo di Bechterew, 48 pagine

It 553

CHF 20.00

Morbus Bechterew, la terapia

Libro della Società Svizzera Morbo di Bechterew, 48 pagine

It 552

CHF 20.00

Osteoporosi

Attivi contro l'osteoporosi

Esercizi per muscoli e ossa
Foglio d'istruzione

It 1025

gratuito

Osteoporosi

Opuscolo, 42 pagine

It 305

gratuito

Reumatismi delle parti molli

Associazione svizzera dei fibromialgici

Informazioni sintetiche, 8 pagine

It 571

gratuito

Fibromialgia

Opuscolo, 48 pagine

It 371

gratuito

Lega svizzera contro il reumatismo

Attivi contro il reumatismo

Ritratto della Lega svizzera contro il reumatismo

Volantino It 005 gratuito

Gutes tun, das bleibt.

Una guida al testamento (tedesco),
16 pagine

D 009 gratuito

Faire de bonnes choses qui restent.

Una guida al testamento (francese),
16 pagine

F 009 gratuito

Informazioni della mia regione

(p. f. indicare il cantone)

It 004 gratuito

Rapporto annuale

(tedesco)

D 302 gratuito

(francese)

F 302 gratuito

Rivista forumR

4 numeri l'anno, abbonamento annuale

It 402 CHF 16.40

Edizione singola

CH 304 gratuito

Prezzi con riserva
di modifiche.



Piccoli aiuti per grandi risultati



Annaffiatoio ergonomico

Annaffiare le piante assetate con due mani.
(Art. n. 5419)

**Scoprite i 200 pratici
mezzi ausiliari**

www.rheumaliga-shop.ch

Potete ordinare tutte le pubblicazioni per telefono (044 487 40 10) o per via elettronica (www.rheumaliga-shop.ch oppure e-mail all'indirizzo info@rheumaliga.ch).

Per ordini di quantità superiori abbiamo bisogno di un contributo finanziario.

Oltre 100 pagine con ulteriori informazioni su reumatismo, test, pubblicazioni e mezzi ausiliari sono disponibili su www.reumatismo.ch – Il vostro portale del reumatismo in Svizzera.

**Sostenete il lavoro della Lega svizzera contro
il reumatismo con una donazione!
Grazie.**

Conto postale
IBAN CH29 0900 0000 8000 0237 1

Banca UBS Zurigo
IBAN CH83 0023 0230 5909 6001 F



It 001 |

Aggiornato 02.2017
www.reumatismo.ch/publicazioni

I vostri esperti di
patologie reumatiche

—
Lega svizzera
contro il reumatismo
Josefstrasse 92
8005 Zurigo

Tel. 044 487 40 00
Fax 044 487 40 19
info@rheumaliga.ch
www.reumatismo.ch



**Lega svizzera
contro il reumatismo**
Il movimento è salute