



# Favismo

## La dieta

Questa patologia, come si evince dalla parola stessa, comporta l'assoluta necessità di evitare l'assunzione di fave e altri alimenti, come piselli e verbena.

Alimenti da evitare
fave
piselli
verbena, rimedio naturale piuttosto diffuso come ingrediente in diverse tisane

*È bene fare attenzione alle etichette nutrizionali degli alimenti, in quanto alcuni prodotti alimentari possono contenere farina di fave (per es. pane integrale per toast, ecc.).*

**Chiedi sempre una dieta personalizzata a un professionista.**

## Stile di vita

La diagnosi attenta e scrupolosa della malattia è essenziale prima di adottare qualsiasi trattamento: il test è in grado di evidenziare anche le carenze più lievi.

La patologia consente una vita perfettamente normale e non comporta in genere alcun disturbo, purché il soggetto colpito segua le indicazioni. È perciò indispensabile che la condizione di carenza sia nota per prevenire i rischi.

È da evitare all'assunzione o inalazione di sostanze come la naftalina e alcuni farmaci come:

- Antibiotici sulfamidici, antinfiammatori derivati dall'acido salicilico, farmaci regolatori del ritmo del cuore a base di chinidina;
- Menadione, usato come precursore della vitamina per promuovere la sintesi dei fattori della coagulazione;
- Nitrofurantoina, un antibatterico della classe dei nitrofurani comunemente prescritto per la cura della cistite.



## COUNSELLING

A tale scopo, il Ministero della Salute ha redatto e mantiene aggiornato un elenco dei farmaci e delle sostanze da evitare: sarà il medico a procurarlo al paziente e si occuperà anche di istruirlo per quanto riguarda la dieta. Un utile supporto è dato dall'Associazione Italiana Favismo.

Il paziente dovrà poi evitare le tinture e i tatuaggi con l'hennè, nero o rosso egiziano.