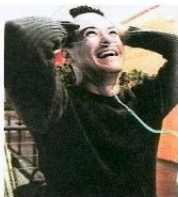


In Thailandia anche per i poliziotti

Accanto, un giovane a Toronto in un locale della catena canadese O2 Spa Bar e poliziotti thailandesi durante una pausa. A destra, la regina Madre, fa iniezioni di ossigeno per i reumatismi



TORONTO



PADOVA



Poi ci troveremo all'oxybar Ma attenti a non esagerare

L'ossigeno come la tazzina di caffè. Una moda che dall'estero approda anche da noi. E i rischi per la salute? Gli esperti frenano / di **Valentina Insinna**

Contro il logorio della vita moderna e lo smog, per riacquistare concentrazione, farsi passare il mal di testa, vediamo ci all'oxybar. Si entra, ci si siede, si ordina un cocktail ed ecco due cannucce, però da naso, sterilizzate, trasparenti. Sono collegate a una macchina che per quindici minuti eroga ossigeno puro al 96 per cento, aromatizzato con oli essenziali (si può scegliere ad esempio tra menta, limone, ginepro). Al prezzo di

15mila lire. Questi locali (ma anche *corner* e *privé* in discoteche e palestre) sono nati nelle città a grande inquinamento urbano, per esempio Tokyo. In Giappone attualmente sono centinaia. In Canada e negli Stati Uniti ci sono le catene O2 Spa Bar e O2 Zone. Tra i tanti praticanti, anche star di Hollywood come Julia Roberts o Jeff Goldblum. In Europa il primo oxybar ha aperto ad Anversa nel 1998. In Italia, dopo un primo lancio a fine anni Novanta, cominciano più cautamente a diffondersi. Ma siamo sicuri che non ci sono rischi per la salute?

Che vantaggi e che controindicazioni potrebbero avere gli oxybar? Da noi come altrove il parere della comunità medica è prudente. Negli Stati Uniti la Food and Drug Administration, l'ente che controlla farmaci e terapie, non si è pronunciata poiché queste inalazioni non costituiscono una cura. Ma in

qualche locale viene richiesta al cliente una dichiarazione che non si soffre di patologie respiratorie.

«Sarebbe come chiedersi se sia controindicato respirare, e poi noi non fomiamo una cura», si stupisce Davide Michelotto, fautore dell'oxy-pensiero italiano, perché nella sua Padova ha portato, con qualche modifica sull'originale, ciò che ha sperimentato all'O2 Spa Bar di Toronto, il più famoso tra i locali a ossigeno. Oggi ha marchio e brevetto della sua macchina Gruppo Oxybar. «Non esistono test di validità dell'inalazione negli Oxybar ma il Reparto di Pneumologia dell'Ospedale di Cittadella ha dichiarato che «non comporta controindicazioni nei soggetti sani». Oxybar potrebbe diventare

OXY «Quindici minuti non bastano per disintossicare e ripulire i polmoni»

un franchising». «L'oxybar», osserva Fausto Orecchio, professore associato di igiene all'Università Cattolica di Roma e primario del servizio di Igiene ospedaliera del Policlinico Gemelli, «risponde al bisogno della gente che respira aria inquinata, vive di fretta ma vuole socializzare. Ma, dal punto di vista scientifico, è utopia pensare che in quindici minuti ci si possa disintossicare dalle sostanze ambientali nocive, nel tempo stratificatesi nei polmoni. In così poco tempo l'organismo non recupera. Eventuali rischi potrebbero presentarsi in persone con problemi cardiaci o con malattie del metabolismo».

Le virtù terapeutiche dell'ossigeno sono illustrate in varie ricerche scientifiche. E hanno un testimonial d'eccezione: perfino la regina Madre, a 101 anni di età, si sottopone a iniezioni sot-

Giro del mondo a pieni polmoni

Oxybar nel mondo. I primi sono nati in Giappone, dove adesso sono diverse centinaia. In Europa, il primo ha aperto ad Anversa mentre in Italia dopo un lancio negli anni Novanta, si sta organizzando una rete di franchising



E c'è perfino chi lo usa contro la cellulite

le terapie | Un rimedio per artriti e cefalee

Ecco alcune terapie e pratiche che utilizzano l'ossigeno. **Ossigenoterapia:** per carenza cronica di ossigeno nei tessuti. **Camera iperbarica:** terapia intensiva per problemi respiratori ed embolie, intossicazioni da monossido di carbonio. **Iniezioni sottocutanee:** per aumentare il flusso di ossigeno diminuendo il dolore di artriti e reumatismi infiammatori. **Autoemolifusione:** lavaggio e ossigenazione del sangue, poi reimpresso al paziente: per le cefalee a grappolo, per casi di insufficiente afflusso di sangue al cervello, insufficienza arteriosa. **Ossigeno-ozonoterapia:** ossigeno e ozono facilitano lo scorrimento dei globuli rossi: per le ulcere alle gambe. **Estetica:** l'ozono è l'unico gas lipolitico (che cioè distrugge il grasso) riconosciuto dalla farmacopea: per cellulite e acne.

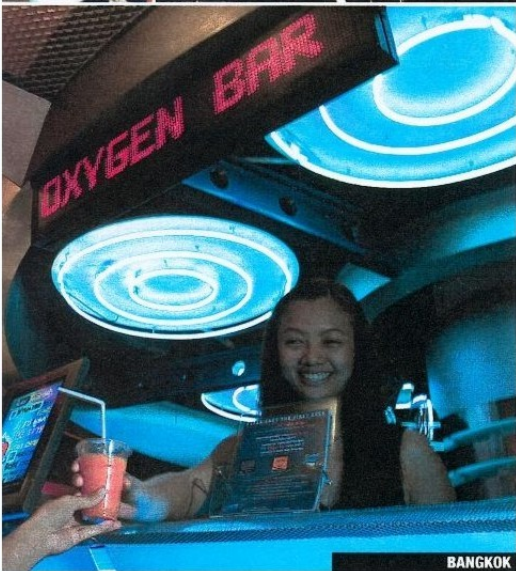


lo sport | «Ma è meglio allenarsi in quota»

«Agli atleti», spiega Carlo Tranquilli, medico della Nazionale di Calcio Under 21 «si può somministrare per via inalatoria ossigeno al 100% a una pressione superiore a quella ambientale. Questa però è una sorta di manipolazione. Questo potenziamento, sia pure fugace, proprio perché fissa più ossigeno nelle cellule, aumenta la saturazione, cioè l'attività dell'emoglobina e quindi potrebbe essere considerato una forma di doping. Ritengo improduttivo questo artificio. Meglio un potenziamento dell'attività aerobica ottenuto in situazioni di ipobarismo, come quando ad esempio ci si allena in alta quota, con pressione dell'ossigeno più bassa del normale. L'argomento comunque resta controverso».

la curiosità | Non si ossigenano così anche i cavalli?

Le acque potabili delle grandi città europee, il pesce che acquistiamo, le piscine olimpioniche negli Stati Uniti e in Spagna. Cosa hanno in comune? Tutti sono disinfettati con ozono. Il suo potere disinfettante è altissimo, più del cloro, col vantaggio che non ha odore, lascia l'acqua cristallina e supersterilizzata. In più è un alleato nelle acque calde di ospedali e alberghi perché combatte virus e anche batteri micidiali come quello della legionella. È quanto illustrato dalle recenti ricerche condotte dalla Società scientifica italiana di Ossigeno-ozonoterapia in collaborazione con gli Ospedali riuniti di Bergamo. Anche ai cavalli piace l'ozono. A fine corsa, i loro movimenti enzimatici si regolarizzano e il recupero è migliore e più veloce grazie a questa terapia.



BANGKOK

tocutanee di ossigeno. «Cronache reali a parte, i risvolti positivi ci sono», spiega il professor Marianno Franzini, della Società Italiana di Ossigeno-ozonoterapia e docente di Ossigeno-ozono (si chiama proprio così) all'Università di Pavia. «L'ossigeno viene assunto per via inalatoria e il ministero della Sanità lo classifica come farmaco, venduto in farmacia e con terapie spesso erogate dal Servizio sanitario nazionale. Negli oxybar, se il flusso è al massimo di due litri al minuto, non ci sono effetti negativi. Può portare un lieve effetto euforizzante, vantaggi al microcircolo, dunque al cervello e ad altri organi facendoli lavorare meglio. Fondamentali alcune condizioni: l'inalazione non deve essere troppo lunga, né ripetuta di frequente, l'ossigeno va purificato dagli agenti inquinanti e ben umidificato altrimenti le mucose potrebbero seccarsi

con conseguenti emorragie. È un pronto soccorso momentaneo, soprattutto per chi vive in città inquinate».

«Ma se non si rispettano certi requisiti ci vuole la presenza del medico»: è il parere di Jorge Luis Candiotti, argentino, direttore sanitario del Centro Medico dell'Hotel Emmy in Alto Adige. Qui si utilizza il metodo dell'ossigenoterapia studiato dal tedesco Manfred Von Ardenne dopo la Seconda guerra mondiale. «Negli oxybar italiani si somministra ossigeno non inquinato, quello che dovremmo respirare se l'aria fosse pulita». Intanto le grandi manovre per l'espansione del business continuano. Il marchio Oxybar arriverà sulle rive del lago di Ginevra. Due coniugi svizzeri, con un caravan attrezzato proporranno massaggi e inalazioni di aria a uomini d'affari e banchieri afflitti da business-stress. ■