

SALUTE I consigli ed i servizi di ARTEMISIA LAB

Endometriosi: come riconoscerla e curarla

di **Giuseppe Florio***
e **Carla Lendaro****

L'endometriosi è una malattia, che può colpire le donne in età fertile a partire dall'adolescenza, in cui il tessuto che forma il rivestimento dell'utero, l'endometrio, cresce in zone diverse dalla normale sede della cavità dell'utero. Ogni mese, inoltre, per effetto del ciclo mestruale, l'endometrio impiantato in sede anomala va incontro a sanguinamento, irritando i tessuti circostanti.

I SINTOMI

• dolore estremo e invalidante, soprattutto durante il ciclo mestruale (dismenorrea); dolore durante i rapporti sessuali (dyspareunia); dolore spontaneo solitamente localizzato nell'addome, nella zona rettale, nella fascia lombare e nell'area pelvica (dolore pelvico cronico)

LE CONSEGUENZE NEGATIVE

• infertilità nel 30 - 40% delle donne colpite; interventi chirurgici ripetuti; formazione di aderenze (tessuti cicatriziali); complicanze legate alla localizzazione nei vari organi, p.e., insufficienza renale; ripetute assenze dal lavoro; problematiche di coppia

LA DIAGNOSI

La capacità di diagnosticare l'endometriosi è, purtroppo, strettamente correlata alla conoscenza della malattia da parte del ginecologo. È importante l'anamnesi, cioè ascoltare la storia e i sintomi della paziente; seguiranno la visita ginecologica e l'integrazione di altri esami diagnostici quali l'ecografia addominale e transvaginale dinamica, la risonanza magnetica, gli esami ematochimici e la laparoscopia. L'esperienza del ginecologo sarà poi l'elemento fondamentale per il corretto inquadramento della malattia.

LA TERAPIA

Il trattamento dell'endometriosi richiede un approccio multidisciplinare che permetta di considerare la paziente nella sua totalità.

La *terapia medica* si basa sull'uso di farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS) per combattere il dolore e l'uso di estrogeni o di soli progestinici per contrastare la diffusione e la proliferazione del tessuto endometrioso.

La *terapia chirurgica* per la cura della malattia endometriosa ha come "gold standard" la tecnica laparoscopica, oramai riconosciuta a

livello mondiale. La laparoscopia garantisce i più elevati standard qualitativi della chirurgia con i migliori risultati relativi ad asportazione di tessuto endometrioso e a qualità e rapidità della convalescenza.

È poi fondamentale migliorare lo stile e la qualità di vita, riducendo così lo stato infiammatorio cronico a cui l'endometriosi è correlata. A tal fine, sono in grado di apportare molti benefici, tramite la produzione di sostanze antinfiammatorie, antiossidanti e antiAGEs: l'osteopatia craniosacrale e viscerale, i trattamenti rigenerativi con campi elettromagnetici pulsati a bassissima intensità (trattamento EBS®), la



Dott. Giuseppe Florio



Dott.ssa Carla Lendaro

corretta alimentazione, accompagnata da allenamento fisico ed esercizi respiratori mirati e stabilita "ad personam" dopo i test BIA Acc e PPG stress flow. Tutte queste strategie terapeutiche migliorano sensibilmente anche la risposta neuropsicofisica della persona allo stress.

CONSIGLI DIETETICI NELL'ENDOMETRIOSI

• Bere acqua naturale (almeno il 3% del proprio peso) in piccoli sorsi e lontano dai pasti. Fare 5 pasti al giorno. Fare una colazione abbondante con carboidrati integrali e frutta. Fare uno spuntino a metà mattina e metà pomeriggio

con frutta. Mangiare sempre a pranzo e a cena una porzione di verdura. Evitare i carboidrati (zucchero, pane, pasta, dolci, legumi, frutta) durante la cena e dopocena. Limitare l'uso di sale da cucina (cloruro di sodio). Limitare o evitare glutine, latte e latticini, legumi (soprattutto soia), affettati e insaccati, caffè. Evitare alcolici e fumo

LO SAI CHE...

- Sono colpite zone vicine all'utero (p.e. ovaie, peritoneo, tube, legamenti uterosacrali, setto retto-vaginale, vescica, intestino, strutture nervose della pelvi) ma a volte anche sedi a distanza (p.e. polmoni, reni e cervello)
- Gli estrogeni naturali favoriscono la proliferazione della malattia: la terapia prevede l'uso di estrogeni sintetici o progestinici di sintesi proprio per bloccare l'azione degli estrogeni naturali, prodotti dalle ovaie. Per lo stesso motivo si sconsiglia di mangiare soia: contiene grande quantità di estrogeni
- L'endometriosi è correlata allo stato infiammatorio cronico. Diminuendo l'infiammazione cronica migliorano i sintomi dell'endometriosi
- È stimato che nell'Unione Europea l'endometriosi colpisca una donna su dieci in età riproduttiva
- L'endometriosi è indipendente dall'etnia, dalla condizione socioeconomica e dall'aver avuto o meno una o più gravidanze
- Il ritardo nella diagnosi oggi è stimato tra i 5 e i 9 anni: ciò comporta un notevole pericolo per la salute delle pazienti e il relativo incremento dei costi sanitari, sostenuti per l'accertamento di malattia, e di quelli sociali, dovuti alle assenze dal lavoro
- L'endometriosi è stata inserita nelle nuove tabelle Inps. A seconda dello stadio e della gravità della patologia, si acquisiscono dei punti ai fini dell'invalidità civile.
- Con i nuovi Lea (Livelli essenziali di assistenza) attivati nel 2017, l'endometriosi è stata riconosciuta come patologia cronica, ma solo per il III e IV stadio (i più gravi) sono previste esenzioni per esami, visite e controlli anche strumentali

* Medico Chirurgo, Specialista in Ostetricia e Ginecologia, Psiconeuroimmunologo
** Medico Chirurgo, Psiconeuroimmunologo

PER INFORMAZIONI ULTERIORI e PER PRENOTAZIONI CONTATTARE:
Artemisia Lab Alessandria - Tel: 06 42 100 / Artemisia Lab Panigea - Tel: 06 78 44 34

INGHIRAMI AURELIO/BOCCEA TEL. 06 6620392	ANALISYS LIDO DI OSTIA TEL. 06 5682798	ANALISYS CIAMPINO CIAMPINO TEL. 06 7963545	ARTEMISIA LAB BEAUTY BY FRANCO'S APPIA/COLLI ALBANI TEL. 06 7851564
ALESSANDRIA PIAZZA FIUME TEL. 06 42 100	CLINITALIA EUR/MARCONI TEL. 06 5565917	ARTEMISIA LAB CASSIA CASSIA TEL. 06 3310393	FISIOSEMERIA GARBATELLA TEL. 06 57302463
ALESSANDRIA PIAZZA FIUME - VELLETRI TEL. 06 8413950	STUDIO LANCISI POLICLINICO UMBERTO I TEL. 06 44 088	POLO RADIOLOGICO ROMANO CASSIA TEL. 06 3350791	ARTEMISIA LAB ESTESAN LASER TRIESTE/SALARIO TEL. 06 39919869
ANALISYS EUR/MARCONI TEL. 06 55 185	CHEA APPIA/COLLI ALBANI TEL. 06 78 178	ARTEMISIA LAB FISIO EUR/MARCONI TEL. 06 55 185	APERTI TUTTO L'ANNO ANCHE AD AGOSTO www.artemisialab.it Seguici su
ANALISYS LIDO DI OSTIA TEL. 06 5682798	BIOLEVI BATTERIA NOMENTANA TEL. 06 44291367	ARTEMISIA LAB PANIGEA APPIA/TUSCOLANA TEL. 06 784434	