più Sani più Belli

Mensile

Data 10-2017
Pagina 12
Foglio 1

Gastroenterologia

Quando il colon s'infiamma

_ La storia di Giovanna

Non ha mai avuto un intestino regolare e, soprattutto durante la scorsa estate, le è capitato spesso di soffrire di attacchi di mal di pancia. Ora, a 50 anni, Giovanna sta cominciando a preoccuparsi seriamente e vorrebbe sapere di cosa si tratta ed eventualmente quale cura seguire...

Il commento del prof. **GIAMPIERO CAMPANELLI**, Direttore dell'Unità di Chirurgia generale e Day surgery all'Istituto Clinico Sant'Ambrogio di Milano.

In estate è più facile che il colon s'infiammi, complice il caldo e l'alimentazione sregolata: potrebbe trattarsi di diverticolite, una malattia che colpisce una persona su 10 dopo i 40 anni.

La prima raccomandazione è quella di cercare di alimentarsi in modo corretto.

Un attacco di diverticolite, però, non si manifesta soltanto con un semplice mal di pancia, ma è quasi sempre accompagnato da febbre.

Occorre poi fare chiarezza tra diverticoli e diverticolite. I primi non sono una patologia in atto, ma una situazione anatomica: si tratta di piccole "sacche" che sporgono all'esterno del tubo intestinale (colon e sigma) e che, in alcune circostanze, si possono infiammare provocando quella che viene chiamata diverticolite. Il caldo può essere un fattore di rischio nelle persone già predisposte e in particolare negli over 50, ma l'aggravante è costituita dagli errori che si commettono in estate, come il consumo ripetuto di cibi "tappabuchi" consumati in spiaggia, uniti a un consumo di bevande ghiacciate, oltre a uno scarso introito di proteine vegetali e di fibre, come frutta e verdura. Tutto questo è sufficiente per eccitare la mucosa intestinale, con conseguente dolore e crampi addominali che, nei casi di diverticolite, sono localizzati nella parte inferiore e sinistra del colon.

La semplice visita medica non risolve il dubbio su una diagnosi di natura, cioè non può identificare un colon irritabile da una situazione iniziale o di primo peggioramento di malattia diverticolare, per cui, al di là di una blanda terapia sintomatica estemporanea, è necessario un inquadramento diagnostico strumentale (in ordine di importanza: ecografia, clisma opaco, colonscopia, tac).

LA PREVENZIONE

È fondamentale e parte, come al solito, dall'alimentazione. Occorre introdurre un maggior numero di fibre insieme ad alimenti preferibilmente morbidi e facilmente digeribili, oltre a consumare tanta acqua, una ricetta dietetica valida anche per chi ha già avuto episodi di diverticolite.

Nella scelta di frutta e verdura, però, è consigliabile scartare quella con i semi, come pomodori e fragole, che possono fermarsi nei diverticoli e infiammarli.

Il primo approccio di cura resta, comunque, quello farmacologico con una terapia antibiotica, per evitare, nei casi di episodi iniziali e blandi, che queste sacchette possano infettarsi e, quindi, complicarsi verso stadi più avanzati. Vi sono però casi in cui attacchi ripetuti, sintomi acuti e una risposta debole o assente alla terapia medica, richiedono un intervento chirurgico. Oggi la tecnica più innovativa per l'asportazione della parte di colon coinvolto (in genere quella a a sinistra del sigma) è la chirurgia laparoscopica. L'intervento garantisce quasi sempre il recupero totale della funzionalità intestinale dopo due-tre settimane dall'operazione. In generale, comunque, la malattia non è da sottovalutare, perché in caso di diverticolite acuta complicata, generalmente in condizioni di urgenza, potrebbe essere necessario un intervento in due tempi, con il confezionamento di un ano artificiale e con il ripristino della funzione intestinale con un intervento successivo.

Codice abbonamento: 112296

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Si parla di noi