Endometriosi, la strega nell'ombra

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Endometriosi: una malattia subdola e inquietante che ruba energia, fertilità e gioia di vivere alle nostre figlie, mogli e fidanzate. Ne soffre il 15% delle donne, anche in Italia. E' caratterizzata dalla presenza di endometrio, la mucosa che riveste la parte interna dell'utero, in altri organi: nell'ovaio, nelle tube, nella parete dell'utero (miometrio), causando la dolorosa "adenomiosi", nell'intestino, in vescica, sul peritoneo, nel rene, perfino nei muscoli o nel polmone. Questo tessuto fuori posto ("ectopico") va incontro ai cambiamenti ciclici dell'endometrio in utero: cresce in altezza sotto l'effetto degli estrogeni, si riempie di zuccheri sotto l'effetto del progesterone e si sfalda con perdita di sangue quando il livello di questi ormoni cade, se non c'è stato concepimento. Tutto bene se il sangue esce attraverso la vagina, come è normale. Ma se quel sangue si diffonde in altri tessuti, causa un'infiammazione potente: un incendio biologico distruttivo per gli organi coinvolti, tanto più se questo processo si ripete ogni mese, senza che nessuno intervenga a spegnerlo.

I tessuti infiammati mandano subito molti segnali di dolore, per dire «Aiuto! Attenzione! Quest'incendio biologico va spento subito!». Ma se quel grido d'aiuto – il dolore mestruale invalidante, tanto è intenso e grave – non viene ascoltato, l'incendio si ripete ogni mese, e si estende ad altri organi e tessuti. Guai se il grido di dolore non è ascoltato! Le prime volte la fanteria del nostro esercito (i "mastociti"), che arriva a plotoni per sedare la guerriglia biologica, ce la fa a spegnere il piccolo incendio. Se però l'incendio si ripete al ciclo successivo, per anni, le braci diventano persistenti, l'infiammazione cronica e il dolore invalidante. una vera malattia del dolore in sé ("dolore neuropatico"). La fanteria dei mastociti sotto pressione, ("iperattivata") perde allora lucidità fino a causare un vero "fuoco amico". Produce un eccesso di sostanze, come il fattore di crescita dei nervi (Nerve Growth Factor, NGF), che fanno proliferare le fibre del dolore, decuplicando i sintomi.

Il dolore, e l'infiammazione che lo causa, aumenta anche all'ovulazione, fino a causare coliche dolorose. Aumenta nell'evacuazione ("dischezia"). Rende impossibili i rapporti ("dispareunia"), tanto il dolore profondo è intollerabile: «Come se mi arrivasse dentro una coltellata!».

La strega endometriosi continua ad agire all'ombra della mancata diagnosi, e fa danni per anni. Ride, perché è una strega cattiva. Si diverte a far del male, a entrare sempre più nei tessuti, a dominare la vita delle giovani donne nelle quali si è infiltrata. E quando viene scoperta, perché i danni che ha causato sono diventati clamorosi (cisti ovariche, disturbi intestinali, dolore pelvico cronico, infertilità, vita sessuale devastata…), è troppo tardi. Miliardi di cellule distrutte, infiammazione diffusa, che intanto è arrivata fino al cervello, causando depressione, debolezza, difficoltà di concentrazione, attenzione, memoria.

Sei-nove anni passano in media tra i primi sintomi di allerta e la diagnosi corretta. Le linee guida anche internazionali, che i medici dovrebbero seguire per un'ottima pratica clinica, non dicono di fatto nulla su come ridurre proprio la zona grigia tra i primi sintomi e la diagnosi corretta, quando la strega nell'ombra fa i massimi danni.

Quando allarmarsi, allora? Genitori, attenti! Quando i cicli mestruali sono dolorosi, il rischio di

endometriosi è aumentato di quasi cinque volte. Quando sono abbondanti, il rischio raddoppia. Quando i rapporti sono dolorosi, in profondità ("dispareunia profonda"), quando la defecazione è dolorosa durante il ciclo ("dischezia"), la strega è lì. E se l'ecografia, la risonanza magnetica, e perfino la laparoscopia non vedono niente? Non vedono perché le prime lesioni sono piccolissime, microscopiche, e quindi al di sotto della soglia di visibilità. Ma intanto la strega endometriosi fa danni pazzeschi.

E allora? Prendiamo sul serio i sintomi: i primi indizi cui prestare attenzione. Interveniamo subito, riducendo il numero di cicli, con ormoni in continua, ossia senza pause, con dienogest, approvato nel mondo per curare l'endometriosi, o norestisterone acetato. Oppure con pillole contraccettive, cerotti o anelli contraccettivi, da usare senza pause: niente mestruazione significa zittire la strega endometriosi, azzerare infiammazione e dolore, proteggere fertilità e sessualità, recuperare energia e salute. Per dare a ogni ragazza il futuro sano e felice che merita.