Influenza intestinale, intolleranze alimentari e dolori pelvici

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

"Ho sofferto di vulvodinia per 4 anni, guarita, dopo tanto peregrinare, grazie a una brava dottoressa. Sono stata bene per tre anni. Un mese fa ho avuto una brutta influenza intestinale, con febbre, intensi dolori allo stomaco e all'intestino, con diarrea. Con mia disperazione, è ripartito anche il dolore vulvare. Come è possibile? Cosa devo fare? C'è davvero una relazione tra i due?".
Daria L. (Grosseto)

Sì, Daria, il nostro intestino è l'organo immunocompetente più importante e potente del nostro corpo. Quando è infiammato, come succede per esempio nell'influenza intestinale che ha colpito violentemente tanti italiani, "entra in guerra", letteralmente, tutto il nostro sistema di difesa. Il mastocita, che è il generale in capo della risposta difensiva acuta, comincia a "sparare", liberando migliaia di molecole dell'infiammazione, che circolano in tutto il corpo e possono causare sintomi (dolore, bruciore, gonfiore) anche a distanza, per esempio in muscoli e articolazioni, e/o riattivare infiammazioni "dormienti" in organi più vulnerabili, come i suoi genitali.
Come succede in tutte le guerre, quando si spara non viene colpito solo il nemico ma anche la popolazione civile; vengono distrutte strutture anche essenziali, per non parlare degli errori difensivi, il cosiddetto "fuoco amico". Traduco: la risposta infiammatoria ("bellica") che coinvolge la parete dell'intestino in corso di infezioni non combatte solo gli agenti infettivi. In parallelo ne lede, fra l'altro, anche la funzione di barriera nei confronti di germi e allergeni alimentari, che possono allora entrare nel sangue e attivare risposte di intolleranza e/o di franca allergia anche molto gravi. Ecco perché la dieta è indispensabile in fase di infiammazione intestinale: riso bollito, thè verde o camomilla, e poi carni bianche, carote bollite, con integrazione successiva di alimenti molto graduale e solo dopo che la situazione si è normalizzata. Questo per evitare che lo stato infiammatorio si protragga, contribuendo alla sindrome dell'intestino irritabile (caratterizzato dall'infiammazione della parete intestinale), allo sviluppo di allergie e intolleranze alimentari e al dolore pelvico cronico, nelle sue varie forme.
Ricontatti la sua ginecologa, riprenda le cure specifiche per la vulvodinia ed eviti la penetrazione finché la situazione, anche genitale, non sarà tornata alla piena normalità. Auguri!

Prevenire e curare – Il binomio terribile: infiammazione intestinale e dolore genitale

- Il 40 al 50% delle donne con sindrome dell'intestino irritabile soffre anche di dolore all'inizio della penetrazione (dispareunia), con vestibolite vulvare/vulvodinia ("comorbilità")
- Curare bene l'intestino, se infiammato, è parte integrante della terapia del dolore genitale, del dolore pelvico cronico e della vulvodinia
- Una migliore collaborazione tra specialisti diversi – gastroenterologo, urologo (in caso di

© 2013 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it

comorbilità con cistiti) e ginecologo – può nettamente migliorare le possibilità di cura risolutiva di queste patologie così fortemente correlate.