Endometriosi, come combattere i sintomi

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

"Mia moglie ha 32 anni e soffre di forti dolori mestruali. Ha provato tanti antidolorifici, ma non ha mai ottenuto grandi risultati. Anche il medico non sa più cosa darle. Da qualche mese, inoltre, quando facciamo l'amore ha forti dolori interni, molto profondi. Non sappiamo se i due disturbi siano collegati, ma è certo che nessuno, finora, è riuscito ad aiutarci. Lei che cosa ne dice? Ci potrebbe aiutare a capire che cosa sta succedendo? Siamo giovani e innamorati ma questa situazione ci sta davvero logorando… Grazie infinite".
Piero L. (Venezia)

Gentile Piero, le rispondo volentieri perché un dolore mestruale così forte e il dolore alla penetrazione profonda (dispareunia) possono far pensare all'endometriosi, una malattia che colpisce il 7-10% delle donne in età fertile, ma purtroppo ancora poco compresa nelle sue cause e soprattutto poco diagnosticata. Pensi solo che prima di una diagnosi corretta passano mediamente nove anni: cinque impiegati dalla donna per convincersi che quel dolore non è "normale", e i restanti impiegati dai medici per identificare la malattia.

Che cos'è l'endometriosi?
E' un disturbo caratterizzato dalla presenza di frammenti di endometrio (lo strato interno dell'utero) al di fuori della sua sede naturale, ossia "ectopico". Il tessuto può trovarsi sull'ovaio, sulla tuba, sul setto retto-vaginale, sui legamenti utero-sacrali, sul peritoneo, ma anche in altri organi pelvici, come l'intestino, la vescica o il retto, e in organi extra-addominali, come i polmoni. Questo tessuto ectopico risponde agli stimoli ormonali dell'ovulazione, proprio come il normale endometrio: cresce durante la prima metà del ciclo, si arricchisce di sostanze nutritive durante la seconda, ma poi si sfalda, causando infiammazione e forte dolore.

Qual è il sintomo principale?
E' la "dismenorrea", ossia un dolore mestruale intenso che tende ad accentuarsi verso la fine del flusso. Questo dolore – come dicevo – è spesso sottovalutato, perché a torto considerato normale, inevitabile, quasi connaturato all'essere donna. Un altro tipico sintomo è proprio la dispareunia profonda, ossia quel dolore alla penetrazione completa che sua moglie avverte quando fate l'amore.

Da che cosa è provocata l'endometriosi?
Le cause sono tuttora poco chiare. Nessuna delle ipotesi eziologiche sinora formulate è del tutto soddisfacente. La conseguenza è che non abbiamo trattamenti terapeutici veramente risolutivi.

© 2016 - Prof. Alessandra Graziottin - www.alessandragraziottin.it

Si può tenere sotto controllo l'evoluzione della malattia per prevenire danni più ampi, per esempio sul fronte della fertilità, e agire sui sintomi per ridurli il più possibile.

Ma almeno il dolore può essere eliminato?
Sì, ma è importante che la diagnosi sia precoce, specialmente nelle giovani. Ecco perché è importante fare informazione su questa patologia, sia fra le donne che fra i medici!

Come si cura?
La cura integra terapie ormonali e antalgiche, e un sostegno psicologico e sessuologico. La chirurgia va limitata a casi ben precisi, e non è mai la strategia di prima scelta. Il trattamento medico è soprattutto sintomatico e prevede tre terapie principali:
- antinfiammatori non steroidei (FANS): arginano il dolore, ma con un effetto limitato;
- terapie ormonali (progestinici o estroprogestinici in continua): minimizzano la stimolazione dell'endometrio ectopico, pur mantenendo livelli di estrogeni ottimali per nutrire l'organismo;
- GnRH-analoghi: mettono a riposo l'ovaio, determinando la scomparsa reversibile delle mestruazioni e una condizione simile alla menopausa. Questa terapia può quindi essere applicata soltanto per tempi limitati. Talvolta i GnRH-analoghi vengono somministrati in associazione con il tibolone, un ormone che consente di attenuare i sintomi menopausali e di mantenere un buon trofismo degli organi e dei tessuti, pur non stimolando l'endometrio.
Va comunque tenuto presente che, fatta eccezione per i FANS, tutti i farmaci che abbiamo a disposizione inibiscono l'ovulazione e sono quindi proponibili solo alle donne che non cerchino un figlio. Per ulteriori informazioni vi rimando ai link sotto riportati.