Cosa devi sapere dell'endometriosi

Dott.ssa Valentina Pontello
Specialista in Ginecologia e Ostetricia
www.medicinamaternofetale.it
(Firenze)

L'endometriosi è una patologia caratterizzata dalla presenza di endometrio (il rivestimento interno dell'utero) in sede anomala. Sembra infatti che dei frammenti di endometrio che refluiscono nell'addome attraverso le tube durante la mestruazione, possano impiantarsi a livello di ovaie e tube, ma anche a livello della vescica e dell'intestino, dando così origine a cisti e aderenze.

Ma quante sono le donne che soffrono di endometriosi?

Si tratta di una patologia molto diffusa, che colpisce circa il **10-15% delle donne** in età fertile. Il rilievo sociale dell'endometriosi è stato riconosciuto anche dalle istituzioni con campagne d'informazione del Ministero della Sanità e recentemente, è stata inserita nelle tabelle INPS e contribuisce al calcolo del punteggio d'invalidità. Purtroppo non è ancora prevista l'esenzione dal pagamento del ticket per le donne che devono sottoporsi alle ecografie e agli esami del sangue: accertamenti che vanno eseguiti frequentemente dalle pazienti che si trovano in questa condizione.

Quali sono i sintomi?

L'endometriosi può essere causa di dolore intenso durante il ciclo mestruale o il rapporto sessuale e in alcuni casi il dolore può diventare molto persistente.
Il 50% delle pazienti affette dalla malattia può avere difficoltà a concepire, ed è minore la probabilità di buon esito anche nel caso di fecondazione in vitro, rispetto a donne infertili per altre cause.
L'endometriosi può accompagnarsi ad altre patologie che causano a loro volta dolore come, ad esempio, il colon irritabile, la cistite interstiziale e la fibromialgia. E' stata inoltre descritta la possibile coesistenza dell'endometriosi con altre patologie del sistema immunitario.

Come si arriva ad una diagnosi certa?

La diagnosi può essere eseguita durante una comune visita ginecologica che preveda però una ecografia pelvica; tale esame può rivelare la presenza di cisti ovariche, utero ingrandito e noduli del setto rettovaginale (endometriosi infiltrante profonda).
Il prelievo ematico per il dosaggio del CA125 (marker di cisti ovariche) ha una scarsa sensibilità, che non supera il 30%. Questo vuol dire che, anche se l'esame ha esito negativo, non si può escludere la presenza della malattia, soprattutto se il quadro ecografico è altamente suggestivo.
La risonanza magnetica non aggiunge ulteriori informazioni, se la diagnosi è già stata fatta da un ecografista esperto. La conferma definitiva è comunque esclusivamente chirurgica: la video laparoscopia, infatti, ha un ruolo sia diagnostico che terapeutico.

Terapia chirurgica

La videolaparoscopia è una metodica che consiste nell'effettuare un'incisione nell'ombelico (attraverso cui passa una telecamera) e due o tre incisioni di circa un centimetro sull'addome, per il passaggio degli strumenti operatori. Questo modo di operare presenta numerosi vantaggi; i principali sono la minore invasività chirurgica e il minor tempo di degenza, oltre ad una più rapida ripresa fisica per la paziente. Dopo l'intervento chirurgico, spesso è necessario seguire una terapia ormonale.

Terapia ormonale

La terapia ormonale si basa sull'uso di farmaci che bloccano la crescita delle cellule endometriosiche.
Questa cura può avvalersi di diversi tipi di farmaci, tra cui la pillola contraccettiva, la terapia con solo progestinico, oppure la spirale medicata al progesterone. E' importante scegliere un farmaco con bassi effetti collaterali, in quanto la terapia deve essere eseguita per lunghi periodi ed è importante che sia tollerata dalla paziente.

Terapie complementari

Non sempre le terapie della medicina convenzionale riescono a controllare il dolore, che come abbiamo già detto accompagna spesso questa malattia, o a ripristinare una normale fertilità. Questi sono i principali motivi che spingono sempre più donne a cercare dei rimedi alternativi.
Nel 25% dei casi, infatti, le donne affette da endometriosi si rivolgono alle medicine complementari, cercando in esse l'assenza di effetti collaterali, il controllo del sintomo "dolore" e soprattutto un approccio olistico, con una presa in carico della persona nella sua interezza.
Le medicine complementari a cui le pazienti fanno più spesso ricorso sono l'Omeopatia, l'Agopuntura, la Fitoterapia e il massaggio. Tra queste l'Agopuntura in particolare riveste un ruolo importante nel controllo del dolore e nel possibile effetto a favore della fertilità spontanea o nella fecondazione assistita, mentre la Fitoterapia aiuta a ridurre la componente infiammatoria che accompagna l'endometriosi.

In ogni caso è fondamentale affidarsi a medici esperti in pratiche non convenzionali, senza ricorrere all'auto-prescrizione o al consiglio di conoscenti, come a volte succede.

L'endometriosi si può prevenire?

In merito alla prevenzione, la prima cosa da fare è sicuramente quella di rivolgersi al medico in caso di cicli mestruali o rapporti sessuali molto dolorosi. Una diagnosi precoce può in alcuni casi consentire di prendere provvedimenti prima di dover ricorrere all'intervento chirurgico. Anche in assenza di sintomi, è comunque utile che le donne in età fertile eseguano un controllo ginecologico almeno una volta l'anno. Ad ogni modo, il principale fattore protettivo è rappresentato dalla gravidanza: essa infatti riduce il rischio che l'endometriosi si presenti, è sintomo di fertilità e protegge la fertilità futura.

L'importanza dell'ascolto

Fino all'80% delle pazienti, affette da endometriosi, possono presentare uno o più sintomi di disagio psicologico correlati alla malattia e, in alcuni casi, i disturbi possono sfociare in una vera e propria patologia ansiosa o depressiva. E' importante quindi aiutare le donne che soffrono di endometriosi ad accettare se stesse e la malattia. Il supporto sociale pertanto è fondamentale; sia la famiglia, sia l'ambiente di lavoro devono mostrare attenzione a chi soffre di questa patologia senza minimizzarne il disagio, che ha radici profonde.

Testo raccolto da Marina Dall'Olio

Dove informarsi: on line e Associazioni

In Italia esistono alcune associazioni che si occupano di endometriosi, tra queste c'è l'APE, l'Associazione Progetto Endometriosi (www.apeonlus.com) che da alcuni anni organizza numerose iniziative in varie città.
Con la sua capillare presenza, l'APE offre un sostegno reale a chi soffre di endometriosi sia con l'organizzazione di gruppi di auto-mutuoaiuto sul territorio, sia mediante il forum online.
www.apeonlus.com

A.P.E.
ASSOCIAZIONE PROGETTO
ENDOMETRIOSI
ONLUS