Infezioni da Candida: come prevenire le recidive e vincere il dolore

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

Sintesi dell'intervista e punti chiave

L'infezione da Candida interessa moltissime donne e, non di rado, anche i loro partner. E' provocata da un fungo presente in piccole quantità in ciascuno di noi, e che normalmente non procura alcun danno. Ma se l'ecosistema intestinale o vaginale si altera, il germe diventa maggioritario, passa alla forma "attiva" e inizia a dare sintomi sempre più fastidiosi: bruciore, dolore e, in caso di rapporti sessuali, una dispareunia ingravescente.

Si tratta di un tipico disturbo multifattoriale: la predisposizione genetica condiziona la vulnerabilità a quantità anche minime di spore, ma poi a scatenare l'infezione possono essere l'alimentazione, l'abuso di antibiotici, lo stress, i rapporti non protetti e persino gli indumenti troppo aderenti. La dispareunia, inoltre, può aggravare la tensione muscolare, ridurre la lubrificazione vaginale ed esasperare ulteriormente l'infiammazione e il dolore. In positivo, l'infezione può essere debellata con una terapia che tenga conto delle diverse variabili in gioco, e adottando i giusti stili di vita.

Quali sono i principali fattori che scatenano la Candida? Perché l'ecosistema intestinale risulta coinvolto nell'infezione? Che cosa si deve fare per non ammalarsi, o almeno per evitare le recidive?

In questa intervista illustriamo:

- che cos'è un "ecosistema";
- le caratteristiche dell'ecosistema intestinale e cosa accade quando il suo equilibrio naturale viene alterato;
- come l'infezione da Candida siano una delle possibili conseguenze di questa alterazione;
- che cosa avviene, a livello morfologico e funzionale, quando la Candida passa dalla forma dormiente a quella attiva;
- per quale motivo gli antibiotici possono scatenare l'infezione;
- attraverso quali meccanismi lo stress aggrava la vulnerabilità alle infezioni, inclusa quella da Candida;
- gli altri fattori che possono attivare il fungo: abuso di dolci e cibi lievitati; pantaloni troppo attillati; contagio da partner infetto;
- come si imposta la terapia antimicotica (sempre su prescrizione medica);
- quando e perché conviene curare anche lui;
- alcuni consigli per prevenire le recidive: dieta appropriata; uso corretto degli antibiotici; abbigliamento comodo; rilassamento dei muscoli del pavimento pelvico; attività fisica quotidiana; eventuale aiuto psicoterapico.

Â© 2009 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org