

## **Dal dolore alla guarigione, il mio cammino verso una nuova vita**

Le vostre lettere alla nostra redazione

Ho 47 anni e sono fisioterapista. Tutto cominciò nel 2002 con un episodio di cistite. Avevo già sofferto in passato sia di emorroidi sia di cistiti, che però si risolvevano in pochi giorni. Questa volta, no. Non riuscivo ad avere alcun beneficio, con le solite cure. Associato al dolore provocato dalle emorroidi, avevo il bruciore della cistite. Su consiglio del mio medico, feci un'urinocoltura: era positiva, avevo un'infezione da Escherichia Coli. Iniziai una cura antibiotica e in parallelo mi sottoposi a un intervento di emorroidectomia.

Da quel momento in poi la mia vita si trasformò in un calvario. A episodi dapprima saltuari di cistiti, ne seguirono molti altri fino ad avere – negli ultimi due anni – la quotidiana sensazione di un impellente bisogno di urinare, accompagnato spesso a spasmo, un senso di svuotamento incompleto della vescica, dolore e pressione perineale. Anche l'area vaginale fu ben presto coinvolta da questo dolore, soprattutto quando mio marito tentava di avere un rapporto, tanto da limitare e infine interrompere ogni attività sessuale.

Sulle prime pensai che tutto ciò fosse dovuto all'intervento alle emorroidi. Forse non tutto era andato bene come avrebbe dovuto. Consultai diversi specialisti, ma la risposta era sempre la stessa: mi facevano fare tanti esami (Tac, cistoscopie, urinocolture), per poi concludere che era tutto a posto e che la cistite doveva essere combattuta solo con antibiotici mirati.

La prolungata assunzione di antibiotici, però, mi aveva provocato una brutta candidosi, bruciori vulvari e problemi intestinali, il tutto associato a una sensazione di malessere e stanchezza generale. Su consiglio di altri specialisti provai svariate terapie omeopatiche e cambiai persino stile di vita, anche se le mie abitudini erano già abbastanza equilibrate: facevo sport, non fumavo, non bevevo, avevo un'alimentazione corretta. Nessun successo ad avere alcun giovamento, però: anzi, più passavano i giorni, più peggioravo.

Ogni quindici giorni facevo l'urinocoltura, che rimaneva sempre positiva per l'Escherichia Coli. Facevo cure antibiotiche fortissime. Pur avendo una terribile paura delle punture, ero arrivata a farne due al giorno e mi ero rassegnata a convivere con quest'altra frustrante realtà.

Poi, un giorno, all'ennesima visita specialistica, un ginecologo mi disse: «Rassegnati... ormai sei una vecchietta!». Io vecchietta?! Ho 47 anni e, francamente, ne dimostro dieci in meno! Beh, forse in quel periodo ero veramente vecchia, o almeno così mi sentivo, soprattutto con il mio adorato marito che pazientemente mi aiutava a combattere questa lotta senza via d'uscita. Però quella battuta infelice risvegliò in me la voglia di cercare nuove strade, nuove soluzioni... di non darmi assolutamente per vinta.

Così un giorno feci l'ennesima ricerca su Internet... doveva esserci uno specialista in grado di curarmi davvero! Lessi l'articolo di una dottoressa di Milano, che mi colpì per la precisione con cui descriveva gli stessi sintomi che avevo io e l'attenzione che dimostrava per il dolore e la sofferenza delle persone. Forse era quella la soluzione! Presi l'appuntamento e aspettai qualche settimana. Giunto il giorno della visita, la dottoressa confermò tutte le mie impressioni: era

davvero molto preparata, e soprattutto umana. La diagnosi mi colse di sorpresa, perché nessuno mi aveva mai parlato di questa malattia: vestibolite vulvare, da cui dipendeva in via secondaria – per l'infiammazione dovuta ai tentativi di penetrazione – la cistite di cui soffrivo da così tanto tempo.

Cominciai una cura mirata, consistente anche in una serie di esercizi per i muscoli perineali, e seguii alla lettera tutti i consigli della dottoressa, soprattutto dal punto di vista alimentare e del vestiario.

Scomparsa la vestibolite, la dottoressa mi spiegò che, dato l'elevato pH vaginale (indice di carenza di estrogeni), era opportuna l'aggiunta di minime quantità di estrogeni in vagina. La premenopausa facilita infatti questi problemi di carenza estrogenica a livello dei tessuti genitali e vescicali. L'obiettivo era doppio, mi spiegò: ridare normalità all'ecosistema vaginale (l'insieme dei microrganismi che proteggono la vagina e, indirettamente, la vescica dalle invasioni di germi come la dannata Escherichia Coli) e aiutare la vescica a difendersi meglio dalle infezioni. Così è stato.

E finalmente ricominciai a vivere. Ora sono passati sei mesi: non ho più la cistite, e anche dal punto di vista sessuale le cose stanno decisamente migliorando. In questi mesi ho rifatto due volte l'urinocoltura, non perché avessi ancora i sintomi della cistite, ma per toccare con mano che fossi davvero guarita, che non stessi sognando... Ed è vero: il risultato, finalmente, è negativo.

Non ringrazierò mai abbastanza questa dottoressa che, con la sua preparazione e la sua umanità, mi ha davvero ridonato benessere e serenità. E a tutte le donne che soffrono del mio stesso disturbo, dico: non arrendetevi, cercate, cercate fino a quando non trovate lo specialista giusto per voi, perché la cura esiste ed è davvero efficace. E dopo sarà come rivivere.

Alessia H.