Infezioni vaginali e paraplegia: alcuni suggerimenti di cura

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

"Ho 34 anni e vivo a Colonia, in Germania. Sono affetta da paraplegia a D3 e disbiosi. Devo praticare l'autocateterismo. Soffro spesso di infezioni vaginali recidivanti da candida e batteri. Gli antimicotici orali e locali fanno esplodere altri problemi, e non risolvono la questione. Ho bisogno di trovare un centro di cura che riesca a inserire il tutto nel contesto della paraplegia. Non vivo più, anche se ho fatto di tutto per sopravvivere. Ho due lauree e una vita attiva, ma anche questo handicap non superabile. Grazie".

Gentile signora, mi dispiace per la situazione molto complessa. L'autocateterismo può facilitare reinfezioni e le cure antibiotiche scatenano la candida. Non sono purtroppo a conoscenza di centri per pazienti paraplegiche che possano affrontare in modo articolato il problema delle infezioni vaginali e vescicali recidivanti, che certamente aggravano la sua già delicata situazione.
Suggerisco di:
- cercare di avere un intestino regolare, con fibre e probiotici;
- preferire una dieta senza glucosio e saccarosio, e con una minima quantità di cibi lievitati, per ridurre la proliferazione della candida, cercando anche di mantenere un peso corporeo ottimale. La sregolazione del metabolismo degli zuccheri, facilitata dall'immobilità, aggrava tutta la situazione, aumentando la vulnerabilità alle infezioni (che possono addirittura triplicare in caso di familiarità per diabete);
- utilizzare probiotici (lattobacilli), anche vaginali;
- ridurre la vulnerabilità alle infezioni da Escherichia coli mediante destro-mannosio, mirtillo rosso, propoli e acido ialuronico per via orale ed eventualmente endovescicale, se l'urologo di fiducia condivide l'indicazione. Questa seconda modalità di somministrazione aumenta i meccanismi di barriera fra l'urina e l'urotelio, ossia la mucosa che riveste la parte interna della vescica dove i germi dell'Escherichia Coli si annidano formando le temibili comunità batteriche intracellulari (intracellular bacterial communities, IBS), causa prima delle recidive di cistite;
- fare esaminare da una fisioterapista esperta di pavimento pelvico la sua situazione, per valutare l'opportunità di una terapia di rilassamento del muscolo medesimo.
Queste indicazioni possono ridurre la frequenza e la gravità delle infezioni, ma purtroppo non sono risolutive, indipendentemente dalla paraplegia.
Un caro saluto, e mille auguri di cuore.
Alessandra Graziottin