Cistite: che cosa la scatena e come curarla

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

Si manifesta con un forte dolore 24-72 ore dopo il rapporto sessuale, con bruciore vescicale e uretrale, minzione frequente e dolorosa, talvolta perdite di sangue nelle urine ("ematuria"). E' la cistite post-coitale, un disturbo più frequente di quanto si pensi, spesso recidivante e che spinge molte donne a evitare l'intimità. I fattori che la provocano sono molteplici: è quindi indispensabile identificarli con esattezza, per rimuovere il problema alla radice. Rinunciando a quella sorta di "minimalismo terapeutico" che spinge a ricorrere solo agli antibiotici, a dosi sempre più potenti e per periodi sempre più lunghi, con il rischio di danneggiare gli ecosistemi intestinale e vaginale, e favorire così le infezioni da candida.

In questa intervista spieghiamo:

- che cos'è la cistite e i sintomi che la caratterizzano;
- i fattori che la favoriscono ("predisponenti"): carenza di estrogeni (con alterazione del pH e dell'ecosistema vaginale e maggiore vulnerabilità ai traumi meccanici), stipsi, eccessiva contrazione ("ipertono") del muscolo elevatore dell'ano;
- i fattori che la innescano ("precipitanti"): infezioni da germi, trauma da rapporto sessuale (cistite post-coitale), brusche variazioni di temperatura (cistite da freddo), danni chimici o fisici (chemio e radioterapia);
- i fattori che ostacolano la guarigione ("di mantenimento"): diagnosi incompleta e, quindi, terapia inadeguata;
- le cause per cui il rapporto sessuale può scatenare la cistite;
- il motivo per cui si assiste a una frequente comorbilità fra cistiti e sintomi sessuali come la secchezza vaginale e il dolore alla penetrazione ("dispareunia");
- quali esami medici bisogna fare, per la donna e anche per il partner, soprattutto se le cistiti sono comparse nei primi mesi di una nuova relazione in cui non si sia usato il profilattico;
- le soluzioni per eliminare il disturbo ed evitare le recidive: normalizzazione del pH e dell'ecosistema vaginale; ripristino del normale livello estrogenico in vagina; correzione della stipsi; rilassamento del muscolo elevatore dell'ano; assunzione di mirtillo rosso (ottimo per combattere alcuni tipi di germi); miglioramento della risposta sessuale; antibiotici mirati e a dose piena (solo nel caso di cistite infettiva); cura del partner, se portatore dell'infezione primaria.

Â© 2008 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org