Candida e vestibolite, il protocollo terapeutico da seguire

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica, H. San Raffaele Resnati, Milano
Dott.ssa Dania Gambini
Dipartimento di Ginecologia e Ostetricia, H. San Raffaele, Milano

"La mia storia è abbastanza complicata: endometriosi, fibromialgia (curata con un farmaco a base di amitriptilina), una sospetta sindrome di Behçet, da 6 mesi continue infezioni da candida e cinque cicli di antimicotici che mi hanno lasciato senza flora lattobacillare e con il pH alterato. Avverto un continuo bruciore alla zona vulvare accompagnato a rossore, bruciore a urinare, e a una sensazione di spilli che a volte irradia al lato sinistro dell'inguine, di pesantezza vulvare che peggiora stando seduta, di secchezza vaginale... Ho eliminato i jeans, gli indumenti stretti, sto usando solo assorbenti di cotone, ma il problema permane e mi sta rendendo la vita impossibile. Ho notato soprattutto che inizio ad avere bruciore alla fine delle mestruazioni e continuo così per 10-15 giorni: poi sto meglio, e poi ricomincio... Ho già cambiato due ginecologi e nessuno riesce a farmi stare bene. E' una sensazione strana che è iniziata con una specie di formicolio all'inguine e che non mi passa ormai da 6 mesi. I rapporti con mio marito sono diventati inesistenti (solo al pensiero mi viene male). Leggendo i sintomi della vestibolite vulvare mi sembra di riconoscermi: potrei averla? Aiutatemi, per favore, perché non so più dove sbattere la testa".
Chiara A.

Gentile Chiara, dai sintomi descritti sembra effettivamente trattarsi di vestibolite vulvare (nota anche vulvodinia provocata), da cui si può guarire nell'arco di alcuni mesi instaurando un protocollo di cura completo che vada ad agire su tutti i fattori responsabili della patologia.
Il farmaco a base di amitriptilina che sta assumendo per la fibromialgia, infatti, è un antidepressivo e quindi non basta a risolvere il quadro clinico che l'affligge. La terapia include:
- antimicotici contro la Candida;
- palmitoiletanolamide, una sostanza naturale ad azione antinfiammatoria, che riduce l'eccessiva degranulazione mastocitaria che alimenta la vestibolite;
- modulatori del dolore, specialmente nei casi di bruciore/dolore più severo e/o spontaneo;
- probiotici orali e vaginali per riequilibrare la flora batterica e gli ecosistemi alterati dalle infezioni e dai farmaci stessi;
- miorilassanti, esercizi di stretching e sedute di riabilitazione del pavimento pelvico per ridurre il tono dei muscoli perivaginali;
- una dieta priva di prodotti lievitati, zuccheri semplici e formaggi stagionati;
- il ricorso a un abbigliamento intimo in cotone o, meglio ancora, in fibroina di seta.
Qualche parola in più sulla Candida e sui suoi rapporti con la vestibolite vulvare. La forma recidivante di cui lei probabilmente soffre è caratterizzata da una risposta eccessiva, di tipo

immunoallergico (come succede per esempio, nelle riniti da fieno o nell'asma), a una quantità di antigeni della Candida che altrimenti non causerebbero alcun problema. Quando, tentando di avere un rapporto sessuale, si creano delle microabrasioni all'entrata della vagina a causa della contrazione difensiva del muscolo che la circonda (a sua volta provocata dal dolore e dalla secchezza), queste minuscole ferite favoriscono il contatto tra quantità anche minime di Candida e il sistema immunitario, scatenando una reazione infiammatoria progressivamente più rapida e grave. Alle indicazioni terapeutiche va quindi aggiunta l'astinenza dai rapporti completi fino a quando il problema non sia stato perfettamente risolto. Lei sottolinea già, con più che giustificato rammarico, che l'intimità con suo marito è ormai inesistente, a causa del dolore e del bruciore: prenda questa mancanza che tanto la fa soffrire come una componente indispensabile della cura e non cada nella tentazione di riprovare la penetrazione prima di essere guarita, perché l'effetto dell'attrito meccanico sui tessuti sofferenti è davvero molto negativo, e rischierebbe di vanificare in un attimo i progressi compiuti con tanta fatica.
Come accennavamo parlando delle terapie, per aiutare direttamente l'ecosistema vaginale a ritrovare il proprio equilibrio è indicato utilizzare i probiotici, e in particolare compresse di lattobacilli. Studi scientifici evidenziano che i lattobacilli del ceppo P 17630, inseriti in vagina, inibiscono la crescita e la moltiplicazione dei germi patogeni come la Candida. La terapia prevede una capsula inserita in vagina alla sera per 6 sere consecutive, poi una alla settimana per un mese. Come mantenimento dell'equilibrio dell'ecosistema vaginale, è indicato proseguire con 1-2 capsule in vagina alla settimana. Attenzione: nel caso dell'infiammazione vestibolare, è opportuno che il quadro sia nettamente migliorato prima di iniziare i probiotici vaginali, perché a volte la loro somministrazione può stimolare bruciore.
Per maggiori approfondimenti la rinviamo agli articoli qui sotto elencati.
Infine, non entriamo nel dettaglio delle altre patologie da lei elencate – endometriosi, fibromialgia, sindrome di Behçet – per le quali immaginiamo che lei sia già seguita con efficacia da specialisti competenti.
Un cordiale saluto, con l'augurio di tornare presto a stare bene!