Cistite recidivante: la cura c'è e funziona

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

"Ho 42 anni e soffro di cistite cronica con picchi acuti dopo ogni rapporto sessuale con mio marito, che è stato il mio unico partner sin dall'adolescenza. Anche allora soffrivo sporadicamente di questo problema, ma poi la cosa è andata peggiorando sempre di più: nelle mie urine risulta perennemente l'escherichia coli (con cariche variabili), benché io vada di corpo regolarmente e beva un litro e mezzo di acqua al giorno. Sono anni che faccio cure di ogni tipo: antibiotici, che mi fanno stare molto male (nausea, diarrea, dolori gastrici) e ai quali ormai sono sempre più resistente, poi costosi integratori di ogni tipo, e persino ansiolitici per rilassare una presunta vescica iperattiva e la preoccupazione di dovermi assentare sempre più spesso dal lavoro. Dalla cistoscopia e dall'urodinamica risulto essere una donna sana, urologicamente. La mia alimentazione non era corretta, ho provato per circa sei mesi a fare anche una dieta appropriata, ma nulla è migliorato. Solo un antibiotico mi ha dato un po' di tregua, ma ormai sono resistente anche a quello. Perché l'infezione si acutizza solo dopo il rapporto sessuale, se invece in gravidanza ho avuto rapporti quasi quotidiani e in nove mesi non ho mai avuto la cistite? Sono scoraggiata e demoralizzata, vi chiedo aiuto".
Mariangela

Gentile amica, procediamo con ordine: se nelle sue urine "risulta perennemente l'escherichia coli", è impossibile affermare che lei sia "urologicamente sana". Un problema evidentemente c'è, anche se subdolo, ma per fortuna esistono anche cure appropriate. Partiamo dai suoi sintomi.
Si definisce cistite post coitale quella che insorge a distanza di 24-72 ore dal rapporto sessuale. Nell'80% dei casi il germe responsabile dell'infezione è l'escherichia coli, ma a volte si tratta di cistiti "abatteriche", ovvero con urinocoltura negativa pur in presenza di sintomi cistitici. Si tratta infatti di una condizione patologica scatenata dal rapporto sessuale, in particolar modo in presenza di inadeguata lubrificazione vaginale e ipertono della muscolatura del pavimento pelvico, che riducono l'efficacia del manicotto che circonda l'uretra e la protegge dal trauma meccanico della penetrazione. Un importante fattore predisponente della secchezza vaginale è l'alterazione del pH locale, provocata a sua volta da una carenza estrogenica: questo spiegherebbe perché in gravidanza, quando il livello degli estrogeni sistemici e locali è molto più elevato del normale, lei non abbia avuto problemi dopo i rapporti.
E' inoltre possibile che il germe abbia formato un biofilm patogeno intracellulare, una sorta di cittadella fortificata che lo rende resistente agli antibiotici e al sistema immunitario e che gli permette, periodicamente, di riattivarsi e riversarsi nella vescica: di qui le fasi di infezione conclamata e quelle, solo apparenti, di tregua. La formazione dei biofilm patogeni è purtroppo

© 2015 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org

favorita dall'assunzione di antibiotici, a cui lei è stata così a lungo sottoposta: la terapia antibiotica stimola infatti lo sviluppo di ceppi resistenti e crea disequilibri nella flora batterica intestinale (che a loro volta predispongono alle cistiti recidivanti attraverso un meccanismo di migrazione batterica noto come "traslocazione").
La terapia, multimodale, include:
- la normalizzazione del pH vaginale, qualora alterato;
- la regolarizzazione dell'intestino, e in particolare la cura della stipsi;
- il destro mannosio, una sostanza naturale di origine vegetale che agisce bloccando l'adesione dell'escherichia coli alle cellule dell'epitelio vescicale, facilitando la sua eliminazione con il flusso urinario;
- la lattoferrina, che modula e potenzia le difese immunitarie;
- la N-acetil-cisteina, che contribuisce a demolire la rete mucopolisaccaridica che, nel biofilm patogeno, protegge i germi dall'attacco del sistema immunitario e degli antibiotici;
- la morinda citrifolia, che ha proprietà antinfiammatorie e antibatteriche;
- sedute di riabilitazione del pavimento pelvico mirate al rilassamento della muscolatura perivaginale.
Come vede, il disturbo è complesso, ma la terapia c'è, e funziona: non si perda dunque di coraggio, e chieda al suo medico di fiducia di impostare una terapia finalmente risolutiva. Un cordiale saluto.

© 2015 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org