Cistite recidivante, come guarire

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

"Da tre mesi soffro di cistite recidivante causata da Klebsiella Pneumoniae e di dolore pelvico cronico. Ho assunto tre cicli di antibiotico e vari integratori, con scarsi risultati. Il problema maggiore è che non riesco a dormire bene a causa del dolore pelvico e mi sveglio due-tre volte ogni notte per urinare. Bere molta acqua mi aiuta, ma questo dolore cronico è davvero un incubo. Al momento sono seguita da un uroginecologo, ma sono tanto scoraggiata e temo di non guarire più…".
Assunta

Gentile Assunta, il dolore pelvico cronico riconosce diverse cause non necessariamente di origine ginecologica; tra i fattori scatenanti abbiamo infatti l'endometriosi (patologia ginecologica benigna tipica dell'età fertile), la sindrome del colon irritabile, la sindrome della vescica dolorosa, la vulvodinia, il vaginismo, la nevralgia del nervo pudendo.
E' definito come "dolore nei quadranti addominali inferiori presente da almeno 6 mesi, continuo o intermittente, non esclusivamente associato a mestruazioni, rapporti sessuali, gravidanza o processi neoplastici"; ha una prevalenza del 17-24% nella popolazione femminile adulta. Si ritiene dovuto a una combinazione di condizioni algogene pelviche viscerali, neuropatiche e muscoloscheletriche.
Vista la sua complessità eziopatologica e diagnostica, sarebbe necessario avere maggiori informazioni anamnestiche, oltre a valutare in sede di visita l'eventuale presenza di quadri ginecologici morbosi come il vaginismo e la vestibolite vulvare/vulvodinia provocata. E' stato infatti dimostrato come il 60% delle donne affette da cistiti ricorrenti, in assenza di patologie urologiche complicate, soffra anche di vestibolite vulvare.
Al fine di risolvere il problema delle cistiti ricorrenti è necessario seguire un completo schema terapeutico che preveda:
- la regolarizzazione dell'intestino;
- il rilassamento del muscolo elevatore dell'ano contratto, con fisioterapia e/o biofeedback di rilassamento;
- l'ottimizzazione del pH vaginale;
- l'utilizzo di integratori a base di mirtillo rosso, destro mannosio e probiotici, per migliorare l'ecosistema intestinale e proteggere la parete interna della vescica (urotelio) dagli attacchi dei batteri.
Il suo quadro potrebbe richiedere inoltre l'utilizzo di farmaci specifici per il controllo del dolore neuropatico, da definirsi in sede di visita specialistica. Per maggiori informazioni la rimandiamo ai

numerosi articoli presenti su questo sito (veda, per esempio, i link qui sotto riportati). Un cordiale saluto.