Candida e vestibolite vulvare: come vedere la luce in fondo al tunnel

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 ormai un anno soffro di candidosi recidivante. Ho fatto tutte le analisi possibili e immaginabili per escludere i vari fattori che possono contribuire al riproporsi di questo disturbo. Due ginecologi mi hanno risposto che «sono fatta così». Ora sono seguita da una infettivologa molto umana e gentile che mi ha consigliato anche un consulto dal gastroenterologo. Ho già fatto tre mesi di dieta senza lieviti, latticini, zuccheri, alcolici, legumi e glutine. Ancora oggi non mangio lieviti, non bevo alcolici, non mangio dolci se non in rare occasioni. Ma puntualmente ogni mese, dopo l'ovulazione, la candida torna. E anche durante l'ovulazione, ogni tanto, sento prurito e bruciore. Ho come la sensazione che non sia tutto qui quello che dovrei fare, altrimenti non avrei in continuazione questo problema. Il mio umore ne risente molto, perché non mi sento una donna normale. I rapporti con mio marito ormai sono quasi inesistenti perché ho il terrore di peggiorare la situazione. Ho bisogno di credere che prima o poi questo problema sparirà. Ho bisogno di smettere di pensare che qualsiasi cosa io mangi potrebbe farmi male. Ho bisogno di pensare a me stessa come a una donna. Perché non mi sento più così. Ho bisogno di credere che può esserci una luce in fondo a questo tunnel. E soprattutto ho bisogno di indicazioni su dove andare a cercare queste risposte. Chiedo scusa per lo sfogo, ma sono molto stanca e demoralizzata".
Giovanna

Gentile amica, dal suo racconto potrebbe trattarsi di vestibolite vulvare, un quadro infiammatorio cronico caratterizzato da bruciore e dolore in sede dell'introito vaginale, associato a ipercontrattura della muscolatura del pavimento pelvico. La risposta infiammatoria risulta generalmente diretta nei confronti della Candida presente a livello vaginale in forma cronica (i tamponi colturali sono quindi negativi). Oltre alle norme dietetiche che lei sta correttamente attuando va instaurata una terapia farmacologica completa. Vanno infatti assunti:
- farmaci antimicotici contro la Candida;
- antinfiammatori per bloccare la degranulazione dei mastociti, le cellule del sistema immunitario responsabili dell'infiammazione cronica dei tessuti;
- probiotici orali e vaginali, per riequilibrare la flora batterica e gli ecosistemi;
- farmaci di protezione vescicale, come il destro mannosio e l'estratto di mirtillo rosso, se emerge anche una vulnerabilità alle cistiti.
E' inoltre fondamentale ricorrere a sedute di riabilitazione del pavimento pelvico, per ridurre l'ipertono del muscolo elevatore dell'ano, se presente.

© 2017 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org

Per ulteriori informazioni le consigliamo di leggere le schede mediche e gli articoli pubblicati sul sito. Un cordiale saluto.

© 2017 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org