

Come trattare bene l'intestino irritabile

Non solo stress: la sindrome Ibs si risolve curando l'alimentazione e il microbiota intestinale. Nuova formulazione del farmaco

La sindrome dell'intestino irritabile (Ibs) è un disturbo funzionale del tratto gastrointestinale caratterizzato da sintomi ricorrenti di dolore addominale e alterazione dello svuotamento intestinale in assenza di importanti infiammazioni o alterazioni strutturali o biochimiche. Esistono alcuni sottotipi che si accompagnano a modi diversi di evacuazione che sono: la forma di intestino irritabile accompagnata a diarrea, quella accompagnata a stipsi e spesso a gonfiori addominali, quella forma mista in cui vi è un'alternanza di stipsi e diarrea e infine una forma non classificata (prevalentemente dolorosa).

In un quadro che costituisce una vera sfida per il clinico, possono inoltre associarsi sia allergie sia intolleranze alimentari (fra cui le più note sono quella al glutine, al lattosio, al fruttosio e così via) e/o allergie a metalli, come ad esempio al Nichel. In certi casi, la semplice sostituzione di pentole ricche di Nichel o

un'alimentazione con cibi a scarsa presenza del metallo determinano un netto miglioramento della sintomatologia. In determinate situazioni, si deve creare una sorta di alleanza terapeutica con il medico, che deve essere disponibile nei confronti del paziente per rassicurarlo e consigliarlo. A volte è necessario eseguire la colonoscopia con biopsia per escludere malattie organiche e/o tranquillizzare il paziente.

Esiste poi un'ipersensibilità dell'intestino per cui il soggetto reagisce in maniera anomala al freddo, a emozioni, immagini o situazioni che, anche a livello non conscio, richiamano nella psiche eventi spiacevoli, in genere subiti nell'infanzia. Altre volte, è presente un'accentuazione del riflesso gastro-colico, quel normale riflesso di movimenti del colon che si attiva quando il cibo arriva nello stomaco, movimenti che nel soggetto con colon irritabile sono particolarmente accentuati, tanto che a volte fa faticosamente



Angelo Franzè, direttore della gastroenterologia ed endoscopia digestiva dell'Hospital Piccole Figlie di Parma

ca a raggiungere il bagno. Anche l'alimentazione partecipa allo scatenamento della sindrome, tanto che si è visto che soggetti con anticorpi IgG4 verso alcuni alimenti migliorano nettamente eliminando tali cibi. In pratica, si creano situazioni particolarmente spiacevoli per il paziente che tende a rinunciare

a una vita sociale e frequenta solo luoghi ove il bagno è facilmente reperibile. In passato, si è sempre pensato che il colon irritabile (una volta definita colite spastica) fosse un disordine motorio sempre e solo legato allo stress; spesso anche i medici si rifugiavano in questa diagnosi quando non riuscivano ad arriva-

re a una diagnosi precisa. Si è parlato di "secondo cervello", di stress psicosomatico, di distonia neurovegetativa. In effetti, pur giocando questi aspetti un ruolo di rilievo nel determinismo della sindrome, e pur non essendo ancora note le cause precise della sua comparsa, di recente si è dimostrato che non tutto è nella psiche; studi hanno evidenziato che, oltre all'alimentazione, un ruolo importante lo riveste il "microbiota" intestinale, tanto che molti pazienti sviluppano la sintomatologia dopo un episodio infettivo acuto che colpisce il tratto gastrointestinale (Ibs postinfettiva).

Anche la "pancia gonfia", disturbo frequentissimo soprattutto nelle donne, è spesso dovuto a una sovracrescita batterica nell'intestino tenue, tanto che notevoli benefici si ottengono con l'utilizzo di antibiotici. "Di recente, è stato dimostrato (New England Journal of Medicine) che una nuova formulazione di Rifaximina ad alto do-

saggio - spiega il professor Angelo Franzè, specialista in gastroenterologia e in scienza dell'alimentazione e docente di gastroenterologia e direttore della gastroenterologia ed endoscopia digestiva dell'Hospital Piccole Figlie di Parma - antibiotico già noto e a scarso assorbimento intestinale), migliori nettamente i sintomi da Ibs (forma senza stipsi) se utilizzato al dosaggio di 550 mg 3 volte al giorno per due settimane. Sono nuovi dosaggi più elevati rispetto a quelli usati in passato, e per periodi più prolungati, ma i ricercatori hanno notato che gli effetti collaterali sono sovrapponibili a quelli comparsi in soggetti trattati con il placebo".

Lesatto meccanismo di azione della rifaximina per il trattamento dell'intestino irritabile (variante diarroica) non è stato completamente chiarito: sicuramente interagisce con il microbiota intestinale riducendo l'infiammazione della mucosa e l'ipersensibilità viscerale.