

## Disturbi intestinali e della vescica

I disturbi intestinali e della vescica sono spesso sintomi collaterali della sclerosi multipla. Nel corso della malattia, ne soffre tra il 60% e l'80% di tutte le persone con SM. Tali disturbi comprendono minzione o defecazione incontrollata, ma anche stitichezza o difficoltà di svuotamento della vescica. Per molte persone si tratta di temi tabù, ma soltanto ciò che viene riconosciuto può essere anche curato adeguatamente.

---

### I punti più importanti in sintesi

- I disturbi intestinali e della vescica sono sintomi collaterali frequenti della SM.
  - Esistono diversi esami e possibilità di trattamento.
  - In caso di disturbi è bene rivolgersi a uno specialista.
- 

Le funzioni intestinali e della vescica sono controllate dal sistema nervoso centrale. Affinché entrambi gli organi funzionino normalmente, è necessaria una complessa interazione di diversi impulsi nervosi. Alcuni impulsi possono essere parzialmente controllati, altri avvengono auto-

nomamente. Il motivo più frequente alla base di un disturbo della vescica è un'infezione. Nelle persone con sclerosi multipla (SM) è spesso un segno del fatto che la vescica non funziona correttamente e sono necessari ulteriori accertamenti. Anche la difficoltà di svuotamento intestinale può avere diverse cause che devono essere approfondite. Se possono essere escluse le cause che non hanno nulla a che fare con la SM, si tratta probabilmente di una cosiddetta conseguenza neurogena diretta della sclerosi multipla, innescata da focolai infiammatori o dalla demielinizzazione (perdita della guaina delle fibre nervose). I disturbi intestinali e della vescica possono manifestarsi separatamente o in concomitanza e compromettere anche la sessualità.

### Vergogna e inibizione

Le persone con SM vivono l'incontinenza, ovvero la perdita del controllo nella minzione o nella defecazione, in maniera molto individuale e hanno reazioni differenti. Frustrazione, vergogna, inibizione, disgusto o rabbia accompagnano non di rado l'incontinenza. Una persona con SM racconta: «Mi sento sporca e non posso godere della vicinanza fisica di mio marito, che fraintende e si ritrae con rabbia». Anche i familiari sono automaticamente coinvolti in presenza di tali disturbi. Per paura di non poter controllare l'escrezione, alcune persone con SM evitano determinati ambiti della vita sociale: «Non voglio più accettare inviti,



perché mi vergogno di dover andare così spesso in bagno». «Per paura di farmela addosso, non partecipo più agli eventi sportivi dei miei figli». Sono tutte reazioni di persone colpite dalla SM. Tali limitazioni aumentano lo stress personale e riducono la qualità della vita.

## **Sostegno medico**

Prendete sul serio voi stessi e le vostre emozioni e parlatene. Potete chiedere al vostro partner di sostenervi nel colloquio con il vostro medico di fiducia, il quale svolgerà poi alcuni esami standard. Dopodiché può essere opportuno rivolgersi a un neurologo specializzato in SM, che conosce i molteplici aspetti della problematica e, se necessario, vi manderà da un urologo (medico specializzato nella cura degli organi di formazione ed espulsione dell'urina e degli organi riproduttivi maschili).

## **Tipi di disturbi intestinali e della vescica**

I disturbi neurogeni della vescica, causati dunque dal sistema nervoso, possono insorgere da soli o in concomitanza. I tipi di disturbi più frequenti sono i seguenti:

- Urgenza urinaria: si percepisce una chiara urgenza urinaria, senza che la vescica sia davvero piena.
- Incontinenza da urgenza: nonostante il riempimento solo parziale, la vescica scatena un impulso così forte che la muscolatura del pavimento pelvico non riesce più a resistere e viene espulsa dell'urina.
- Incontinenza da stress: quando si cammina, si starnutisce o si sollevano oggetti pesanti fuoriesce dell'urina.
- Ritenzione urinaria: la muscolatura del pavimento pelvico è talmente contratta che la forza della muscolatura vescicale non è sufficiente a svuotare la vescica.
- Urina residua: la forza della muscolatura vescicale è sufficiente per far uscire l'urina, ma la vescica non si svuota completamente.

Anche le difficoltà di svuotamento intestinale possono avere cause di natura neurologica. Que-

sti disturbi, tuttavia, sono ancora poco studiati. I disturbi neurogeni più frequenti sono i seguenti:

- Defecazione involontaria: lo sfintere non riesce a resistere intenzionalmente alla pressione delle feci oppure la sensibilità non è sufficientemente elevata.
- Incontinenza fecale: se l'intestino è controllato in maniera iperattiva, le feci non si possono ispessire e lo sfintere non riesce a trattenerle.
- Stitichezza (costipazione): se il transito intestinale è troppo lento, le feci si ispessiscono. Rimangono troppo a lungo nell'intestino e lo ostruiscono.
- Meteorismo (flatulenza): a causa di una peristalsi lenta, si forma una quantità maggiore di gas che porta a un forte meteorismo.

## **Esame dei disturbi della vescica**

L'ideale è tenere un diario della vostra escrezione urinaria. Ciò consente di circoscrivere la tipologia di disturbo della vescica. Il vostro neurologo o il vostro medico di famiglia vi manderà da un urologo per gli esami appropriati. Gli accertamenti durano nel complesso circa tre ore. La valutazione delle funzioni della vescica e dello sfintere può avvenire in primo luogo con un colloquio approfondito, un esame fisico, un campione di urina e mediante ecografia. In caso di risultati poco chiari viene eseguito un esame urodinamico, con cui vengono raccolte misurazioni riguardanti la funzione della muscolatura vescicale e dello sfintere e la velocità di flusso dell'urina. Affinché l'urologo possa valutare al meglio la forma e l'aspetto degli organi dell'apparato urinario, si rendono eventualmente necessari un'ecografia e una radiografia. In questo modo lo specialista può stabilire se la causa dei disturbi risiede nel deposito di urina o nello svuotamento della vescica.

## **Esame dei disturbi intestinali**

Il procedimento nell'indagine dei disturbi intestinali è analogo a quello dei disturbi della vescica. Tenere un diario personale sulla frequenza di escrezione e sulla consistenza delle feci può

fornire indicazioni concrete. Durante il colloquio, il medico vi pone delle domande per effettuare l'anamnesi. Segue quindi l'esame clinico di addome, intestino e retto, con cui vengono verificate la sensibilità e la capacità di chiudersi dello sfintere. I campioni di feci e la colonscopia mostrano se la causa del disturbo può essere riconducibile ad altre patologie intestinali. Se così non è, seguono altri esami: viene misurato il tempo necessario alle feci per transitare nell'intestino. Anche la pressione della muscolatura intestinale e la forza di spinta del retto e dello sfintere possono fornire importanti informazioni per il trattamento adatto.

### **I sintomi della SM come causa?**

I sintomi tipici della SM possono essere causa di disturbi della vescica e dell'intestino. Di seguito sono riportati alcuni esempi in cui potreste riconoscerli:

- Dal momento che la vostra capacità di deambulazione è limitata, il tragitto fino al bagno dura troppo a lungo. Perdete precocemente alcune gocce di urina.
- Gli spasmi nella zona del bacino e delle gambe possono influire sulla contrazione della muscolatura vescicale: fuoriesce dell'urina in maniera improvvisa perché sono stati stimolati i muscoli della vescica.
- Nonostante lo sforzo, non riuscite più a fermare il flusso di urina e vi bagnate.
- State perlopiù seduti sulla sedia a rotelle. A causa del movimento limitato, si riduce anche la peristalsi. Le feci si ispessiscono e vi sentite a disagio.
- Quando spingete in bagno, manca il sostegno della muscolatura addominale; defecare è faticoso o a malapena possibile.

Anche i farmaci che vengono impiegati per il trattamento della depressione o degli spasmi possono causare stitichezza.

### **Trattamento dei disturbi della vescica**

Se la causa del disturbo è chiara, vi sono diverse possibilità di trattamento. Alcuni interventi mo-

dificheranno il vostro stile di vita, mentre per altri dovrete assumere dei farmaci oppure utilizzare mezzi ausiliari. Spesso si rivela utile anche una combinazione di differenti misure.

Interventi infermeristici:

- Modifiche nell'assunzione di liquidi
- Prevenzione di infezioni della vescica
- Interventi di igiene e cura della pelle
- Training e stimolazione della vescica picchiandola con le dita
- Impiego di materiali per l'incontinenza e mezzi ausiliari (ad es. assorbenti, condom urinario, catetere)
- Autocateterismo

Interventi di fisioterapia:

- Training del pavimento pelvico

Interventi medici:

Questi disturbi vengono rispettivamente trattati con farmaci diversi:

- Disturbi della funzionalità di deposito della vescica
- Disturbi legati allo svuotamento della vescica
- Disturbi degli sfinteri vescicali

Ulteriori interventi medici:

- Dispositivi di stimolazione della vescica esterni
- Inserimento di cateteri differenti, ad esempio sovrapubici (Cystofix)

### **Trattamento dei disturbi intestinali**

Anche in caso di incontinenza intestinale o stitichezza è importante che il medico comprenda non soltanto le cause, ma anche voi come persone nella vostra interezza. I trattamenti necessari vanno pianificati insieme.

Interventi infermieristici:

- Modifiche nell'assunzione di cibi e liquidi
- Integrazione / riduzione di determinati prodotti alimentari

- Allenamento dell'intestino e del suo svuotamento regolare
- Stimolo della mobilità intestinale tramite l'aumento della mobilità complessiva, massaggi addominali
- Impiego di mezzi ausiliari per l'utilizzo del bagno
- Impiego di materiali per l'incontinenza e mezzi ausiliari (ad es. assorbenti, tamponi, clisteri)

#### Interventi di fisioterapia:

- Allenamento della camminata e della posizione eretta
- Massaggi addominali
- Rafforzamento della muscolatura del tronco e dell'addome (ginnastica posturale)

#### Interventi medici:

- Assunzione controllata di sostanze lassative
- Riduzione dell'attività intestinale

L'assicurazione di base copre i costi della consulenza e dell'insegnamento da parte di personale infermieristico con apposita formazione, a condizione che siano stati prescritti dal medico. Di norma, le casse malati si assumono anche i costi dei materiali per l'incontinenza.

### **Non aspettate a iniziare il trattamento!**

Se i disturbi intestinali e della vescica non vengono trattati possono causare gravi infezioni e danni ai reni. La stitichezza non trattata continua a peggiorare e rischia di causare un blocco intestinale. E se le feci transitano nell'intestino troppo rapidamente, possono insorgere carenze alimentari e dolorosi danni alla pelle.

I problemi con le escrezioni modificano il comportamento delle persone colpite, che spesso riducono la vita sociale o si isolano totalmente. Anche i familiari sono coinvolti: soffrono insieme alla persona con SM e la convivenza può diventare più difficile.

I problemi di escrezione rappresentano spesso un tabù. Le persone colpite e i loro familiari preferiscono non parlarne, nemmeno con un medico. Invece dovrebbero assolutamente cercare un sostegno. Può rivelarsi utile confrontarsi con uno specialista anche in maniera anonima. In un primo momento, per molte persone con SM è difficile accettare di utilizzare materiali per l'incontinenza. Alla fine però, questi restituiscono loro una parte della propria libertà che avevano perso.



Infoline SM

**091 922 61 10**

Lunedì – giovedì,  
ore 10.00 - 12.00 e 13.00 - 17.00  
(chiuso il mercoledì pomeriggio e venerdì)



**Società svizzera sclerosi multipla**

Via S. Gottardo 50 / 6900 Lugano - Massagno

Informazioni: [www.sclerosi-multipla.ch](http://www.sclerosi-multipla.ch) / 091 922 61 10

[info@sclerosi-multipla.ch](mailto:info@sclerosi-multipla.ch)



La Società SM non accetta alcun sostegno finanziario dall'industria farmaceutica. Grazie per la Vostra donazione!