

Info-SM

Informazioni Specialistiche della Società svizzera sclerosi multipla



Sintomi e trattamento

La sclerosi multipla (SM) è una malattia che colpisce il sistema nervoso centrale danneggiando la sostanza che riveste i nervi (mielina) e le fibre nervose. A seguito della perdita di mielina la conduzione degli impulsi nervosi viene rallentata, disturbata o interrotta dando origine ai vari sintomi. I disturbi dipendono dall'entità e dalla localizzazione delle lesioni.

Nella SM possono comparire tutti i tipi di deficit neurologici e sintomi sebbene solo una parte di questi sia correlata direttamente alle lesioni (placche) che si formano nelle aree d'infiammazione. Le zone del sistema nervoso centrale colpite più frequentemente dalla malattia sono il nervo ottico, il tronco encefalico, il cervelletto e il midollo spinale. Nelle altre aree dell'encefalo (cervello, altri nervi cranici) si formano raramente delle placche, motivo per il quale, determinati sintomi non insorgono con la stessa frequenza di altri.

I sintomi che si verificano a seguito di un'esacerbazione acuta sono spesso causati da una singola placca. Una recidiva successiva può generare gli stessi sintomi o altri disturbi qualora si siano formate nuove placche.

Non esiste una sintomatologia tipica della SM e la maggior parte delle persone con SM sperimenta più di un sin-

tomo nel corso della malattia. Molte persone hanno sintomi comuni (ovvero più frequenti), ma nessuno presenta tutti i tipi di sintomi. Nelle fasi di remissione generalmente non si riscontrano disturbi. Nelle fasi di riacutizzazione nonostante l'impiego di cortisonici per il trattamento delle recidive possono manifestarsi disturbi residui.

I sintomi possono variare durante la giornata forse anche a causa del cambiamento della temperatura corporea in seguito a calore o affaticamento. Un attacco è definito tale se «i disturbi si presentano sull'arco di diverse ore o giorni, durano per almeno 24 ore ed è trascorso almeno un mese dal precedente attacco».

I sintomi che ricorrono più frequentemente e hanno un importante influsso sulla qualità di vita sono:

per conviverci meglio

- Problemi di deambulazione
- Spasticità (rigidità muscolare)
- Depressione
- Debolezza e dolore
- Problemi vescicali e intestinali, disturbi sessuali
l'azione
- Fatigue

Per quanto concerne i sintomi «invisibili» (p.es. l'estrema fatica e i problemi di concentrazione) può essere difficile descriverli a chi, non essendo direttamente interessato dalla malattia, stenta a comprenderli. Gli effetti esercitati da tali sintomi sulla vita lavorativa e familiare sono spesso sottovalutati.

Sintomi secondari

Sono quei disturbi che non sono causati direttamente dalla demielinizzazione ma che insorgono come conseguenza dei sintomi primari della malattia. Rientrano tra questi i dolori derivanti p.es. dall'assunzione di posizioni anomale, le lesioni cutanee (piaghe da decubito) e l'irrigidimento degli arti (contrazioni) o l'osteoporosi (riduzione della massa ossea) in seguito a frequenti terapie con cortisonici. Il trattamento della SM se affidato a specialisti dovrebbe per lo più riuscire ad evitare i sintomi secondari.

Trattamento dei disturbi

Gli attacchi e di conseguenza i sintomi acuti sono trattati con cortisonici altodosati per alcuni giorni (in forma di infusione o pastiglie). Generalmente ciò riduce la durata della recidiva. In alcuni casi può essere utile prolungare di alcuni giorni la somministrazione. Il cortisone non influenza in alcun modo il decorso della malattia, ecco perché non è consigliabile un trattamento prolungato. Sintomi fastidiosi devono essere curati in modo adeguato. Una terapia mirata e coordinata che coinvolge specialisti di diversi ambiti (medicina, fisioterapia e ergoterapia, logopedia, neuropsicologia, consulenza psicologica) può migliorare in misura significativa la qualità di vita delle persone affette da SM.

Sintomi e loro trattamento dalla A alla Z

Qui di seguito illustriamo una serie di trattamenti. Vogliate tener presente che per alcuni dei farmaci è necessario rivolgersi alla propria cassa malati per informarsi sull'assunzione dei costi.

Disturbi vescicali e intestinali

Le disfunzioni della vescica più frequenti comprendono



incontinenza e ritenzione urinaria nonché problemi di coordinazione della muscolatura vescicale e dello sfintere uretrale. Esse determinano minzione frequente e/o imperiosa e perdite involontarie di urina (incontinenza urinaria) o infezioni delle vie urinarie dovute al ristagno delle urine (vescica che non si svuota adeguatamente e trattiene l'urina). Tra i disturbi intestinali troviamo l'emissione involontaria di feci (incontinenza intestinale) nonché costipazione che può essere associata a meteorismo. I disturbi vescicali e intestinali sono molto complessi e devono essere trattati da uno specialista (urologo per problemi alla vescica, gastroenterologo per problemi intestinali).

Affaticamento

Una stanchezza estrema e paralizzante che può essere presente sin dall'esordio della malattia costituisce spesso il disturbo più fastidioso e invalidante per le persone affette da SM. L'affaticamento (fatigue) non è correlato al grado di invalidità (EDSS). Come altri sintomi non visibili, la fatigue è difficile da descrivere e da comprendere. Le conseguenze di questo sintomo sulla vita lavorativa e familiare sono spesso sottovalutate. Le varie possibilità terapeutiche vengono inserite a seconda del caso individuale.

Misure

- Escludere altre cause
- Riconoscere l'affaticamento come un sintomo
- Informare pazienti, familiari e specialisti
- Strutturare la giornata e stabilire delle pause

- Allenamento fisico moderato e fisioterapia
- Evitare il calore
- Curare i disturbi del sonno
- Elaborare delle strategie psicologiche

Farmaci

- psicofarmaci ad effetto attivante
- sostanze neurostimolanti

Disturbi della sensibilità

Rientrano tra questi formicolii, perdita della sensibilità tattile, termica e dolorifica, bruciori o dolori (p.es. dolore facciale in caso di nevralgia del trigemino o dolori muscolari). Il trattamento di tali disturbi risulta generalmente alquanto difficile.

Disturbi cognitivi ed emotivi

Questi comprendono disturbi del pensiero, della percezione e dell'azione (p.es. disturbi cognitivi, depressioni). Tali disturbi possono manifestarsi sin dall'esordio della SM e dovrebbero essere assolutamente fatti presente dal paziente. Su questi argomenti offriamo diversi opuscoli informativi.

Disturbi della deglutizione

Sono cagionati da paralisi parziale della muscolatura interessata. Può essere utile una terapia riabilitativa con un logopedista. In casi rari si rende necessaria la nutrizione enterale mediante sonda.

Dolori

Nella SM i dolori sono molto frequenti. I classici analgesici ad azione periferica che agiscono sui recettori del dolore generalmente non sono molto efficaci. Le nevralgie (ovvero dolori acuti e lancinanti dovuti all'interessamento di un nervo o delle sue diramazioni, p.es. nevralgia del trigemino) rispondono ottimamente al trattamento con farmaci antiepilettici che agiscono sul sistema nervoso centrale con attività analgesica: p.es. la carbamazepina (Tegretol®) o il gabapentin (Neurontin®). Anche gli antidepressivi (p.e. Saroten®) grazie al loro effetto analgesico possono essere d'aiuto nel trattamento del dolore. Alcune volte vengono prescritti cannabinoidi o oppiacei. Altrettanto utile si è rivelata la crema o tintura a base di capsaicina per applicazioni locali sulle parti del corpo interessate.

Ricordate che: la rigidità muscolare (spasticità) e una postura anomala (p.es. nei disturbi della deambulazione) possono causare dei dolori muscolari secondari.

Debolezza

La debolezza o la mancanza di forza sono l'espressione di una trasmissione disturbata degli impulsi nervosi dal cervello al muscolo. I sintomi che ne risultano sono una paralisi parziale o totale della muscolatura interessata. Gli esercizi per rinforzare i muscoli non sono di alcuna utilità e potrebbero rivelarsi addirittura controproducenti. La debolezza si accompagna alla spasticità e all'affaticamento,

ecco perché i farmaci utilizzati per trattare tali disturbi potrebbero alleviare anche la debolezza.

Ricordate che: l'innalzamento della temperatura corporea di soli 0.5°C può aumentare notevolmente la debolezza. E perché ciò avvenga basta un semplice sforzo fisico. Pertanto gli esercizi di rinforzo muscolare devono essere pianificati con attenzione e preferibilmente essere seguiti da una persona qualificata.

Vertigini

In caso di vertigini acute con nausea possono dare sollievo i farmaci contro la nausea e il vomito (antiemetici). Per le vertigini croniche può essere indicata la ginnastica medica e l'ergoterapia. Il trattamento farmacologico non offre molte possibilità, ma si possono citare la sulpiride (Dogmatil®) e la carbamazepina (Tegretol®).

Disturbi della vista

Tra questi rientrano l'offuscamento della vista, la visione doppia (diplopia), l'infiammazione del nervo ottico (nevrinite ottica), il movimento ritmico e involontario dei bulbi oculari (nistagmo). Nonostante il trattamento con corticosteroidi possono continuare a sussistere dei deficit visivi che ostacolano soprattutto la visione al buio o che si manifestano come delle zone buie all'interno del campo visivo (scotomi). Per quanto concerne i fenomeni di visione doppia il cervello impara ad ignorare una delle due immagini. Può inoltre risultare utile l'impiego di occhiali con prismi. Per i disturbi visivi causati dal nistagmo possono essere utilizzati il clonazepam (Rivotril®) o il gabapentin (Neurontin®).

«La mia SM non è la tua SM»

Non esistono due persone con SM con gli stessi sintomi.

Disturbi della funzione sessuale

Ricordiamo tra questi l'impotenza, la perdita di libido e i disturbi della sensibilità nell'area genitale. L'interesse sessuale e la «prestazione sessuale» dipendono da diversi fattori fisici e psichici. Per il consulto e il trattamento delle disfunzioni sessuali è indispensabile rivolgersi ad uno specialista (urologo, psicologo, sessuologo). Articoli informativi sui disturbi della funzione sessuale e il modo in cui affrontarli sono disponibili presso la nostra associazione.

Spasticità (rigidità muscolare, spasmi)

Per essa s'intende un aumento del tono muscolare accompagnato da rigidità e spasmi. La spasticità può causare la tipica camminata incerta (atassia) dei pazienti affetti da SM.

Ricordate che: la spasticità può aiutare il corpo a svolgere le sue normali funzioni; p.es. la spasticità, rendendo le gambe più rigide ne permette l'uso aiutando così a

mantenere la postazione eretta o a camminare. Al momento di decidere l'approccio terapeutico bisogna tenere presente un possibile peggioramento dei disturbi della deambulazione a causa degli antispastici.

Misure

- Ginnastica motoria, fisioterapia
- Stecche per sostenere il muscolo e prevenirne l'accorciamento
- Equitazione terapeutica (Ippoterapia)

Farmaci

- Baclofene (p.e. Lioresal®), tizanidina (Sirdalud®), benzodiazepine (p.e. Valium®, Musaril®), dantrolene (Dantamocrin®), tolperisone (Mydocalm®)
- Gabapentin (Neurontin®): un antiepilettico
- Clonazepam (Rivotril®): forte effetto sedativo, per la notte
- Magnesio

In caso di spasticità grave il trattamento con la tossina botulinica (p.e. Botox®) può alleviare i sintomi. Mediante un'iniezione di tossina botulinica si induce una paralisi temporanea (di settimane o mesi) di un muscolo o di un gruppo di muscoli. A lungo termine può venire impiantata una pompa, per la somministrazione in caso di forte spasticità a gambe e tronco.

Per il miglioramento dei sintomi in casi di spasticità media o forte, che non rispondono a altre terapie, possono venir inseriti dei cannabinoidi (ad es. Sativex®). La riuscita di un trattamento con la canapa è diverso da persona a persona.

Disturbi della parola

Tra i possibili sintomi ricordiamo un rallentamento della parola, una parlata biascicante con pronuncia indistinta, un cambiamento del ritmo della parlata. Il linguaggio e la parola sono controllati da diverse aree del cervello e di conseguenza esistono anche tanti tipi di disturbi.

Per ulteriori informazioni la Società SM rimane volentieri a disposizione:

Infoline SM, 091 922 61 10
Lunedì-giovedì, ore 10-12 e 13-17
(chiuso il mercoledì pomeriggio)

Misure

- Terapia logopedica per rieducare i muscoli della lingua e della bocca
- Tecniche respiratorie
- Mezzi di comunicazione elettronici

Sensibilità al calore

Il calore rallenta la capacità di conduzione delle vie nervose (fenomeno di Uhthoff) e di conseguenza peggiora i sintomi esistenti o ne fa insorgere dei nuovi. Il fenomeno è reversibile ma a tal fine è necessario un abbassamento della temperatura corporea (p.es. tramite bagni freddi, abiti rinfrescanti).

Tremore

Il tremore si accompagna spesso ai disturbi dell'equilibrio e può essere difficile curarlo. Esistono diversi tipi di tremore, alcuni sono molto invalidanti altri solo fastidiosi. È importante formulare una diagnosi esatta.

Misure

- Esercizi di equilibrio e di coordinazione (ev. con un fisioterapista)
- Ausili meccanici: p.es. immobilizzazione dell'arto mediante stecca o pesi («Weighting»)
- Per forme di tremore molto gravi e resistenti alle terapie possono essere presi in considerazione interventi di microchirurgia al cervello (stimolazione talamica, talamotomia)

Farmaci

- Propranolol (Inderal®), clonazepam (Rivotril®), primidone (Mysolin®), topiramato (Topamax®)

Registro svizzero SM

Il Registro svizzero SM è una raccolta dati. Esso si prefigge di apportare una maggior conoscenza della SM e delle possibili terapie e di raccogliere dati sulla situazione delle persone con SM e le loro famiglie, con lo scopo di migliorare la loro qualità di vita. Ulteriori informazioni e iscrizioni a www.registro-sm.ch

Società svizzera sclerosi multipla

Via S. Gottardo 50 / 6900 Lugano - Massagno
Informazioni: www.sclerosi-multipla.ch / 091 922 61 10
info@sclerosi-multipla.ch

