

curo adoi

bonsaci ora

la scotta giusta

meglio saperlo

il successo a me

Testo di **Alessandro Pelizzari**

## Colon irritabile La sai l'ultima?

Pancia gonfia, crampi, periodi di corse alla toilette alternati alla stipsi ostinata... Se hai questi sintomi forse soffri della sindrome intestinale più diffusa fra le donne. Ti diamo due soluzioni: saperne di più subito e fare una visita gratis



**1** Quando una persona dice: "soffro di colon irritabile" si riferisce alla più diffusa e dolorosa delle coliti.

**FALSO** «Il dolore, tipico delle coliti, è solo una delle caratteristiche principali di quella che oggi è stata definita come *sindrome dell'intestino irritabile*», spiega Tino Casetti, direttore del dipartimento delle malattie digestive e metaboliche dell'Ospedale S. Maria delle Croci di Ravenna. «Per sindrome, infatti, si intende un problema dalle molte facce, che comprende sintomi che possono essere scatenati dallo stress, ma anche da un'alimentazione scorretta o da un movimento alterato del colon».

**2** Lo stress è fra le cause di molti disturbi: dunque la componente emotiva è spesso determinante.

**VERO** «Le emozioni stimolano il cervello a produrre dei mediatori

chimici che agiscono anche sull'intestino, inducendo una contrazione spastica (ecco allora il dolore) o stimolando un movimento di espulsione (che causa gli episodi di diarrea)», spiega Casetti. «Quindi stress e ansia in certe persone sono preponderanti nello scatenare gli attacchi (tanto che in vacanza queste pazienti stanno bene), ma sono spesso cofattori, si uniscono cioè ad altre cause, prima fra tutte un'alimentazione sbagliata e un'alterazione della flora intestinale, anch'esse da rivedere».

**3** La sindrome dell'intestino irritabile può causare sintomi molto diversi da persona a persona.

**VERO** «Il problema cambia "faccia" in ogni persona (colpisce il 20% della popolazione, soprattutto le donne)», conferma Casetti. «In certe pazienti dà dolore al fianco destro, tanto che viene

scambiato come "mal di fegato". In altri casi, episodi di diarrea si alternano a periodi di stipsi, ma le pazienti parlano anche di un senso di svuotamento incompleto o di evacuazione insufficiente. Il quadro dei sintomi può essere semplice o, nei casi meno fortunati, complicato da più disturbi».

**4** Gli esperti non hanno ancora scoperto le origini della sindrome, e non esistono esami specifici.

**VERO** «Colonscopia, raggi, ecografia, analisi: in effetti, a oggi, non abbiamo ancora un esame, validato scientificamente, che dia una diagnosi precisa di *sindrome dell'intestino irritabile*», sottolinea Casetti. «In chi soffre di questo problema, infatti, i test dicono che va tutto bene, che gli organi sono "sani". È la funzione intestinale che "zoppica": ecco perché la sindrome è classificata nella grande

