

DOLORE, NO GRAZIE

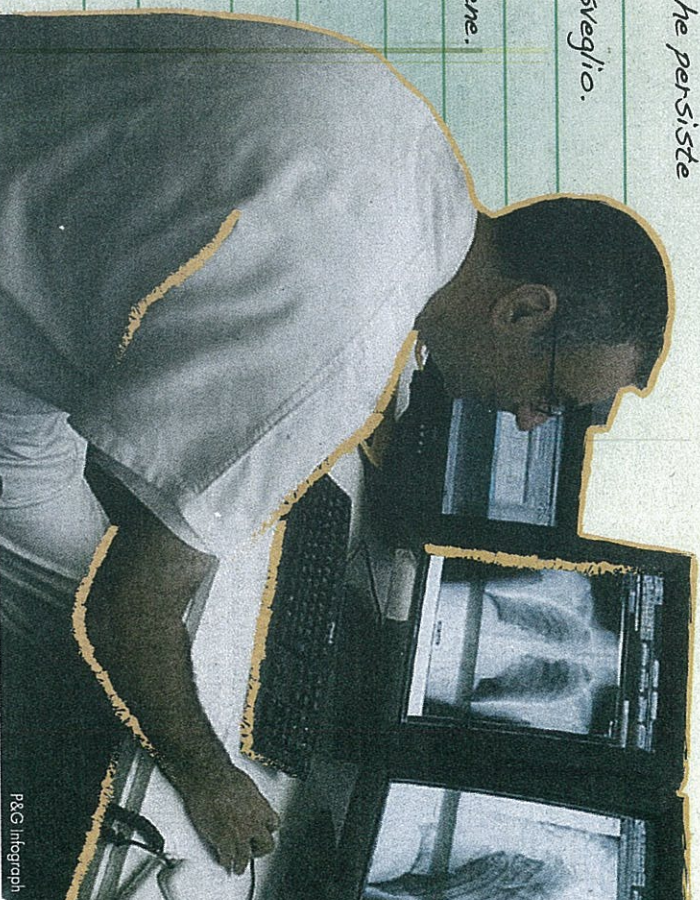
Reumatismi: elisir (quasi) miracolosi

Ma è fondamentale ai primi sintomi andare subito dallo specialista

IL DECALOGO

Sono i dieci sintomi più comuni delle malattie reumatiche. Riconoscerli e arrivare al più presto a una diagnosi è essenziale per limitare i danni e curare al meglio i malati. Con questi obiettivi, la Fondazione italiana per la ricerca sull'artrite (Firc) ha stilato il decalogo per la diagnosi precoce delle malattie reumatiche. **In presenza di uno o più di questi sintomi è bene rivolgersi al medico di famiglia che deciderà per un eventuale visita specialistica reumatologica**

- 1 **Dolore e gonfiore alle articolazioni delle mani e/o dei polsi che persiste da più di tre settimane.**
- 2 **Rigidità articolare che dura più di 1 ora al mattino, dopo il risveglio.**
- 3 **Gonfiore improvviso.**
- 4 **Nel girare: dolore di tipo sciatico fino al ginocchio che va e viene.**
- 5 **Sbiancamento delle dita delle mani all'esposizione al freddo.**
- 6 **Sensazione di secchezza o di sabbia negli occhi associata a secchezza della bocca.**
- 7 **Arrossamento al viso, su naso e guance o attorno agli occhi.**
- 8 **Nell'ultracinguante: improvvisa comparsa di dolore ad entrambe le spalle e alle anche.**
- 9 **Nella donna in post-menopausa dolore improvviso alla schiena.**
- 10 **Nei soggetti affetti da psoriasi comparsa di dolore alle articolazioni.**



P&G Integraph

di CRISTINA SCANU

— MILANO —

UN ITALIANO su 10, circa 5 milioni di persone, soffre di malattie reumatiche, seconda causa di invalidità nel nostro Paese. Come ci spiega Antonella Celano, presidente dell'Annar (Associazione nazionale malati reumatici) si tratta di malattie croniche, fortemente invalidanti, che colpiscono le articolazioni, i muscoli, i tessuti molli periartricolari come tendini, legamenti e così via. Ma oggi, la sintesi di nuove molecole, specificamente designate per la cura delle malattie reumatiche, come il metotrexato o la leflunomide e i nuovi farmaci biologici, hanno letteralmente rivoluzionato l'arsenale terapeutico per la cura delle

principali malattie reumatiche consentendo di disporre di cure sempre più mirate ed efficaci in grado di modificare significativamente la storia naturale delle diverse malattie.

Quali sono le malattie reumatiche più diffuse?

«Sono più di un centinaio e sono molto diverse tra loro sia per i sintomi che per i segni con cui si manifestano. Si suddividono in autoimmuni e non autoimmuni: le prime sono causate da un'anomalia del sistema immunitario che "impazzisce" e, non riconoscendo più i propri tessuti, li attacca, provocando l'infiammazione dei vasi sanguigni. Le seconde, di origine degenerativa o metabolica, sono invece caratterizzate da una sintomatologia dolorosa esclusivamente legata alle articolazioni

(mani, piedi, spalle, ginocchia, e colonna vertebrale). In Italia le più diffuse sono l'artrite reumatoide e le spondiloartriti».

Iniziamo a conoscerle meglio. Cos'è l'artrite reumatoide?

«È una patologia cronica altamente invalidante, una forma di artrite infiammatoria che interessa articolazioni e tessuti e che, se non viene diagnosticata in tempo, può causare danni irreversibili alle articolazioni».

Quali sono le cause?

«L'artrite reumatoide colpisce in prevalenza le donne, ed è più a rischio chi ha già altri casi in famiglia. Anche la regione di provenienza influisce: gli abitanti del Sud hanno maggiori possibilità di sviluppare questa malattia. Colpisce persone di ogni età, ma la fa-

scia più a rischio è quella compresa tra i 25 e i 55 anni».

Con quali sintomi si manifesta?

«Ogni paziente può avere un decorso clinico differente, ma in generale si tratta di una patologia caratterizzata da dolore, rigidità articolare e stanchezza, calo di peso, febbre e sintomi simili a quelli influenzali. È una malattia che può anche avere un decorso molto rapido con la comparsa di gonfiamenti e deformità e può colpire tutte le articolazioni del corpo, in particolare mani, piedi e polsi».

E veniamo alle spondiloartriti, i «dolori dei giovani». Di cosa si tratta?

«Sono malattie croniche di tipo infiammatorio che comportano alterazioni a carico sia delle articolazioni della colonna vertebrale che

di quelle periferiche. I più colpiti sono i giovani adulti di sesso maschile, di età compresa tra i 20 e i 40 anni, a causa del sollevamento ripetuto di carichi pesanti, posture non naturali, esposizione del corpo al freddo per lunghi periodi o pause di riposo insufficienti nei lavori fisicamente pesanti».

Quali sono i sintomi?

«In genere compaiono dolori ai glutei e alla regione lombare, una rigidità mattutina che prosegue per alcune ore dopo il risveglio, una riduzione della mobilità della colonna vertebrale, l'infiammazione dei punti in cui i tendini si uniscono alle ossa e quella delle articolazioni delle gambe».

Pagina a cura di MAURIZIO M. FOSSATI maurizio.fossati@lgiorno.net

La prevenzione: attività fisica moderata da giovani

QUALI SONO i principali ostacoli che incontrano i soggetti affetti da queste patologie? «In primo luogo - spiega il professor Gianfranco Ferraccioli, docente di reumatologia dell'Università Cattolica - le barriere architettoniche, ma non solo. C'è la difficoltà sapere dove andare a curarsi, di ottenere l'esenzione dai ticket, di dover "sopportare" liste d'attesa molto lunghe e di trovarsi di fronte a poche strutture specializzate

nella prevenzione.

Non dimentichiamo che il malato reumatico incontra difficoltà anche per le piccole azioni di tutti i giorni come aprire una bottiglia d'acqua, tagliare una fetta di pane, aprire un rubinetto, salire pochi gradini o prendere un autobus».

Ha senso parlare di prevenzione? «Solo per le forme non autoimmuni. Consiste nel "proteggere" le articolazioni sin da giovani: non trascurare l'attività fisica regolare ma

leggera, come nuoto, bicicletta o corsa, evitando pesi e sforzi eccessivi per preservare nel tempo ossa e articolazioni, evitando - o per lo meno ritardando nel tempo - la comparsa di alcune forme di malattie reumatiche».

E a livello di istituzioni?

«Innanzitutto è fondamentale la raccolta di dati che consente di pianificare interventi efficaci di prevenzione e cura. Poi occorre promuovere diagnosi e intervento

precoce (l'assistenza per questo tipo di malattie è carente e i centri per la diagnosi e la cura delle patologie reumatiche sono pochi), garantire un accesso più equo alle terapie, ripensare l'organizzazione del lavoro per i pazienti affetti da queste patologie, per evitare l'isolamento di chi ne è colpito. È importante a questo proposito offrire luoghi di lavoro adeguati e impieghi di qualità ai lavoratori affetti da tale malattia.

Cri.Sca.