

L'endometriosi è una patologia che in Italia colpisce più di 3 milioni di donne.

Consiste nella presenza dell'endometrio, mucosa che in condizioni di normalità riveste unicamente la cavità uterina, all'esterno dell'utero. I sintomi più evidenti sono caratterizzati da dolori intensi che si manifestano durante il periodo mestruale e premestruale e che possono dunque, quantomeno all'inizio, essere scambiati per dolori mestruali. Peggiorano con i rapporti sessuali e la stimolazione ormonale.

A essi si associano spesso dolori pelvici, stanchezza cronica, costipazione, gonfiore all'addome, dolore nell'espletare i propri bisogni fisiologici e, in alcuni casi, presenza di sangue nelle urine o nelle feci.

CHIROPRACTICA & ENDOMETRIOSI

La risposta potrebbe essere più facile di quanto pensiate

Durante il ciclo mestruale, l'endometrio si rompe lasciano fuoriuscire il sangue. Nei casi di endometriosi, tuttavia, la presenza esterna della mucosa, che per la sua alta capacità adesiva può trovarsi ad aderire a strutture extrauterine della zona pelvica, causa seri dolori e il ristagnamento del sangue stesso.

Le cause non sono ancora del tutto note. Una delle ipotesi più supportate è che le contrazioni uterine che avvengono durante la mestruazione, causino il passaggio di frammenti di endometrio dall'utero nelle tube e poi verso l'addome, col risultato di produrre stati altamente infiammatori, che possono portare anche all'infertilità.

L'età media delle donne colpite da endometriosi oscilla dai 25 ai 35 anni. Va detto comunque che il problema può colpire a qualsiasi età, dalla prima mestruazione sino alla menopausa. Un'altra causa che parrebbe concorrere all'endometriosi è da ricercare nel siste-

ma immunologico che ne permette l'impianto, il quale dovrebbe riconoscere come estranee le cellule dell'endometrio al di fuori dell'utero ed eliminarle. Quando ciò non avviene, alle cellule endometriali è consentito di sopravvivere e di moltiplicarsi, dando dunque vita a stati infiammatori cronici.

La diagnosi avviene spesso dopo un lungo periodo di indagine, con conseguente dispendio di energie da parte della donna, che può subirne ripercussioni anche dal punto di vista psicologico. Gli esami cui sottoporsi per diagnosticare l'endometriosi sono diversi e possono variare da paziente a paziente. Visite ginecologiche, esplorazioni rettali, diagnostica per immagini, ecografie pelviche transvaginali e specifici esami del sangue sono quelli più comuni e più utili a definire con precisione la diagnosi stessa.

La terapia oggi riconosciuta come più efficace e im-

La chiropratica. Ancor oggi vista da molti unicamente come un rimedio al mal di schiena, la chiropratica ha invece in sé la capacità di recare benefici molto più ampi, che coprono un campo di azione decisamente più vasto del comune dolore lombare o cervicale.

Joseph Luraschi DC
Citylife Chiropratica
Milano



nismo. A volte le cosiddette "sublussazioni" vertebrali possono creare delle alterazioni nella trasmissione di informazioni tra il cervello e la periferia. Il chiropratico possiede le capacità di individuare e correggere tali sublussazioni, ripristinando dunque le condizioni affinché l'intero organismo ritrovi la sua armonia.

Se manteniamo il sistema nervoso libero da ogni interferenza, gli diamo modo di comunicare meglio con tutte le parti del nostro corpo, inclusi gli organi riproduttivi. Ciò potrà produrre benefici misurabili anche in termini di riduzione del dolore, ivi compresi quello all'addome, quello da cefalea, quello da ciclo mestruale e quello causato dall'endometriosi. Il chiropratico lavora manualmente sulla colonna vertebrale e su tutte le strutture e i tessuti molli che proteggono la spina dorsale stessa. Così facendo, aggiustando le vertebre sublussate e quindi in sofferenza, è come se "riaccendessimo la luce" e dessimo modo all'intero nostro organismo di lavorare meglio, in ogni direzione e a qualsiasi livello.

Se siete alle prese con l'endometriosi, consultare il vostro chiropratico di fiducia potrebbe aiutarvi a migliorare le vostre condizioni di salute. Come dicevamo, l'endometriosi è una forma di infiammazione cronica, quindi una delle priorità è anche quella di abbassare i livelli di infiammazione generale nel corpo. Come fare? Mantenendoci il più idratati possibile, modificando la nostra dieta quotidiana, diminuendo drasticamente l'assunzione di tutto ciò che è infiammatorio come, per esempio, bevande e cibi altamente zuccherati, raffinati, alcolici, o come anche i latticini e i carboidrati.

Il chiropratico, oltre a lavorare manualmente sulla vostra struttura neuromuscoloscheletrica, saprà fornirvi nozioni semplici, di base, saprà inoltre indicarvi esercizi di respirazione e di stretching e, laddove necessario, avrà modo di indirizzarvi verso un nutrizionista che potrà seguirvi in maniera ancor più specifica dal punto di vista dell'alimentazione, nell'ottica di una collaborazione interprofessionale cui, da sempre, i Dottori in Chiropratica guardano con favore. L'insieme di tutti questi approcci potrà darvi una grande mano nell'alleviare, spesso anche drasticamente, i dolori dell'endometriosi.

mediata è l'asportazione chirurgica dell'endometrio in laparoscopia. Si ricorre comunemente anche ai progestinici, che vanno rapidamente a ridurre il dolore ma che, in talune circostanze, possono produrre alcuni effetti collaterali. Hanno inoltre un rapido effetto sulla riduzione dei dolori ma non migliorano lo stato della malattia. Interrotta l'assunzione, infatti, i sintomi si ripresentano.

La chiropratica. Ancor oggi vista da molti unicamente come un rimedio al mal di schiena, la chiropratica ha invece in sé la capacità di recare benefici molto più ampi, che coprono un campo di azione decisamente più vasto del comune dolore lombare o cervicale.

Il nostro cervello comunica con il resto del corpo attraverso il sistema nervoso. La funzione dei nervi è quella di ricevere e trasmettere stimoli dal cervello verso la periferia e viceversa, così che il cervello stesso possa coordinare tutte le funzioni del nostro orga-