

FIBROMIALGIA

Dolore che può essere localizzato (specie a collo, spalle, schiena, gambe) o diffuso dappertutto, maggiore stanchezza e faticabilità, un cattivo riposo, l'impossibilità di un uso normale della muscolatura la quale è sempre meno utilizzata, è sempre più fragile e dolorosa con conseguente limitazione anche dell'autonomia: tutti questi sintomi ed altri ancora caratterizzano la fibromialgia, una patologia di cui soffrono molte persone. Il fenomeno è oggetto di particolare attenzione al Centro Medico Olympus di Ravenna, che ha affidato al Dr. Evole Testa, fisiatra, il compito di curare e di coordinare un gruppo di specialisti per dare una risposta completa a chi soffre di questo disturbo. Allo specialista abbiamo rivolto alcune domande

CHE TIPO DI MALATTIA È?

Il termine fibromialgia deriva da "fibro" che indica i tessuti fibrosi (quali tendini e legamenti) e "mialgia" che significa dolore muscolare.

Si tratta quindi di una malattia che è stata inquadrata come malattia reumatica in quanto i sintomi si localizzano soprattutto a livello dei tessuti muscolari. Le più recenti ricerche hanno portato ad individuare la causa della patologia nel cattivo funzionamento delle vie nervose che regolano il dolore.

La tensione muscolare si riflette a livello dei tendini (che sono strutture fibrose tramite le quali i muscoli si inseriscono alle ossa) che diventano dolenti in particolare nei loro punti di inserzione; questi punti dolenti tendinei e muscolari, sono percepibili durante la visita medica con la semplice palpazione.

QUALI SONO LE PRINCIPALI CARATTERISTICHE?

Le due caratteristiche principali della fibromialgia sono la iperalgesia e la allodinia.

Per iperalgesia si intende la percezione di dolore molto intenso in risposta a stimoli dolorosi lievi; per allodinia si intende la percezione di dolore in risposta a stimoli che normalmente non sono dolorosi.

Sia l'iperalgia che la allodinia possono verificarsi transitoriamente in soggetti non fibromiologici a seguito di eventi nocivi (es. eritema solare, ferita post-chirurgica) che rendono ipersensibile la zona cutanea colpita: nei fibromiologici iperalgesia ed allodinia sono diffuse e persistenti.

La fibromialgia è dunque determinata da un'anomala presenza per eccesso o per difetto di neurotrasmettitori e amine con coinvolgimento anche del sistema nervoso vegetativo che regola tutte le funzioni automatiche quali movimenti dell'intestino, del cuore e anche la quantità di sangue che deve arrivare ai vari tessuti, muscoli compresi.

La variabilità delle alterazioni è tale che si può parlare di vari tipi di fibromialgia: ne conseguono differenze anche dal punto di vista terapeutico.

Si può parlare di fibromialgia senza evidenza di cause e di fibromialgia secondaria o di accompagnamento a varie patologie quali la depressione, malattie della tiroide, malattie reumatiche vere e proprie quali l'artrite reumatoide.

La fibromialgia può essere accesa da eventi traumatici a livello fisico (incidenti, colpi di frusta, ecc.) o a livello psicologico (litigi sul lavoro, in famiglia, lutti)

QUALI SONO I PRINCIPALI SINTOMI?

Oltre ai due sintomi principali, dolore e stanchezza, molte altre manifestazioni cliniche possono far parte del quadro della fibromialgia: la varia associazione di tali multififormi sintomi può in parte spiegare le difficoltà nel diagnosticare tale malattia.

I sintomi più spesso riferiti dai pazienti sono: disturbi del sonno, mal di testa o dolore al volto, acufeni, disturbi della sensibilità, disturbi gastrointestinali, disturbi urinari, dismenorrea, alterazioni della temperatura corporea, altera-

zioni dell'equilibrio, tachicardia, disturbi cognitivi, crampi, allergie, ansia e depressione.

SI PUÒ CURARE?

Oggi si può affermare che la fibromialgia si può curare con successo. Grazie alla scoperta dei meccanismi alla base della fibromialgia possiamo oggi utilizzare farmaci in grado di correggere i deficit alla base della malattia (in particolare il deficit di serotonina, ecc.). Oltre ai nuovi farmaci disponiamo di alcuni trattamenti non farmacologici estremamente efficaci in grado di modificare l'iperattività neurovegetativa presente nella fibromialgia.

La terapia non farmacologica che negli ultimi anni ha però radicalmente cambiato l'approccio terapeutico e la prognosi della fibromialgia consiste in: kinesiterapia in acqua o a secco, terapia di rilassamento muscolare, training autogeno, terapia cognitivo-comportamentale, terapia di rilassamento basata su tecniche ericksoniane.

La terapia di rilassamento di tipo ericksoniano è preferibile per la rapidità dell'effetto terapeutico (entro la quinta seduta), per l'efficacia su tutti i parametri esaminati (numero di punti tender, disturbi del sonno, astenia, dolore globale) e per la durata dell'effetto almeno fino al sesto mese dal termine del trattamento.

CHE TIPO DI RISPOSTA SI TROVA AL CENTRO MEDICO OLYMPUS?

Presso il Centro Medico Olympus è stato avviato un progetto volto alla diagnosi e alla cura della fibromialgia. Il progetto multidisciplinare vede il coordinamento del fisiatra e la partecipazione di un gruppo di specialisti fra cui: reumatologi, psicoterapeuti, ortopedici, medici dello sport, cardiologi, fisioterapisti, gastroenterologi, dietologi.

Obiettivo comune è migliorare la qualità di vita di quanti soffrono di tale malattia e di avviare processi di verifica e di ricerca per contribuire all'individuazione di protocolli e percorsi terapeutici sempre più avanzati.



Palestra Centro Medico Olympus

PRESTAZIONI DEL CENTRO MEDICO POLISPECIALISTICO OLYMPUS

- **Ambulatori Specialistici:** Cardiologia, Otorinolaringoiatria, Oculistica, Med. Interna, Ortopedia, Chir. plastica, Medicina dello Sport, Ostetricia Ginecologia, Dermatologia, Endocrinologia, Gastroenterologia, Fisioterapia, Urologia, ecc.
- **Riabilitazione:** Vasca Idroterapia, Tecarterapia, Esame postura, Onde d'urto, Metodo Mezieres, Riabilitazione pelvica (per incontinenza e stipsi) ecc.
- **Diagnostica:** Risonanza Magnetica total body a magnete aperto, Ecografie, Ecocardioppler, Radiologia convenzionale, Mappatura dei nei in epiluminescenza, Gastrosopia, Colonscopia, Amniocentesi, Duo Test, Duo Pap, ecc.
- **Medicina non convenzionale:** Agopuntura, Omeopatia, Fitoterapia, Osteopatia

Il centro che si prende cura di te

