



Starbene | Salute

## LE NUOVE ARMI CONTRO L'INCONTINENZA

Aspetta a prendere farmaci. Se non riesci a trattenere lo stimolo, puoi dire addio alle piccole (e imbarazzanti) perdite grazie a soluzioni alternative. Funzionano perché hanno un'azione molto localizzata

di Rossella Briganti

**S**e fai parte di quel 17% di donne in menopausa che si ritrovano a fare i conti con piccole perdite involontarie, ogni volta che ridono, starnutiscono o sollevano una valigia, probabilmente ti prescriveranno uno dei farmaci antimuscarinici, indicati per combattere la "sindrome da vescica iperattiva". Sappi, però, che non sono mutuabili e che vanno presi tutti i giorni, con il rischio di sovraccaricare fegato e reni (specie se assumi già altri farmaci) e di incorrere in poco simpatici effetti collaterali: sonnolenza, mal di testa, secchezza della bocca, nausea e stipsi. Prima di diventare schiava della tua pillola quotidiana, quindi, prova a vagliare altri metodi minimamente mirati a rinforzare in modo naturale i muscoli del perineo che danno sostegno all'uretra (il canale che trasporta l'urina) e alla vescica. Ecco i più efficaci.

### 1 RAGGIUNGI IL "BERSAGLIO" CON LA TERAPIA TRANSDERMICA

Farmateb (farmaforesi trans epidermal barrier) è un metodo innovativo per diffondere i principi attivi alla profondità necessaria (fino a 12 cm) direttamente nella zona interessata: l'apparato genito-urinario. «Così si aumenta l'efficacia

delle sostanze veicolate, che agiscono in modo localizzato dove serve, senza interessare altri organi o tessuti come avviene con una terapia sistemica per bocca», premette il dottor Fabrizio Locatelli, specialista in uroginecologia a Mirandola (Modena). «In caso di prolasso iniziale della parete anteriore della vagina che, scivolando in avanti, "trascina" con sé l'uretra e la vescica, si esegue una specie di "iniezione virtuale" senza aghi ma ad opera di due piccoli manipoli a rullo: uno endovaginale e l'altro esterno, per lavorare nell'area uretrale. Entrambi emettono microcorrenti diverse per frequenza, ampiezza, forma e impulso, che consentono di superare la barriera epidermica e trasportare gli attivi in profondità». Che cosa si veicola, sotto forma di un gel molto fluido? Sostanze rigeneranti come il collagene e l'acido ialuronico, vascolarizzanti come il ginkgo biloba, il ginseng e il picnogenolo, aminoacidi ramificati (beta alanina) che ristrutturano i tessuti, la polidatina derivata dalla pianta della Sophora Japonica (un antiossidante 50 volte più potente del resveratrolo) e la capsicina del peperoncino che ha un'azione antinfiammatoria e tonificante. «In caso di incontinenza grave, per alterazione funzionale del muscolo dello sfintere uretrale, si possono diffondere anche gli antimuscarinici». Si consiglia un ciclo di 6 sedute (50 € l'una).

### Un problema molto sentito

Come vivono gli italiani con lo spauracchio dell'incontinenza urinaria? È la domanda di fondo che anima la

ricerca condotta da Doxa-Tena su un campione di 574 persone (303 donne e 271 uomini) tra i 40 e i 65 anni, alcuni dei quali già alle prese con il problema. Per il 49% degli intervistati l'incontinenza è il

disturbo legato all'età che lo preoccupa di più. Ben il 29%, infatti, pensa che abbia un impatto fortemente negativo sulla propria qualità di vita, condizionandola nei rapporti interpersonali e nelle attività

quotidiane quali il lavoro, i viaggi, il sesso e lo sport. Alla domanda "che cosa desiderereste, al sorgere delle prime perdite?", l'84% ha risposto che vorrebbe ritrovare il controllo, sentirsi di nuovo

padrone del proprio corpo, mentre il 77% ambisce a non doversi più vergognare di fronte agli altri. Il 56% delle donne, infine, collega le perdite alla fine dell'intimità di coppia, per il disagio che comporta.



70



Starbene.it
Salute | Starbene

**Non passa? C'è il "pace-maker"**

Per l'"incontinenza da urgenza" grave, caratterizzata dall'impossibilità di trattenere lo stimolo impellente, se le comuni terapie (farmacologiche e non) non hanno successo, oggi si ricorre alla "neuromodulazione sacrale".

✓ «Consiste nell'applicare un piccolo pace-maker sottocute, in anestesia spinale, in grado di agire sulle radici sacrali», spiega il dottor Francesco Deltetto, ginecologo. «Rilasciando una sequenza programmata di impulsi elettrici, blocca gli stimoli nervosi inappropriati (quelli che fanno fare spesso pipì) riuscendo a regolare il meccanismo di "riempimento/svuotamento"».

✓ Il controllo della minzione è affidato a un piccolo telecomando a distanza, che il paziente porta sempre con sé.

**3 RASSODA IL PERINEO CON LA RADIOFREQUENZA QUADRIPOLARE**

Eva è il nome dell'apparecchio che utilizza un manipolo endovaginale per rassodare tessuti e muscoli perineali attraverso una nuovissima tecnologia: la radiofrequenza quadrupolare dinamica. «Il campo elettromagnetico creato dalle onde radio, emesse da 4 elettrodi che "dialogano" costantemente tra loro, consente quella cessione di calore necessaria a denaturare le vecchie fibre elastiche e a stimolare la sintesi di nuovo collagene, elastina e acido ialuronico, il miglior idratante naturale», spiega il dottor Francesco Deltetto, responsabile della ginecologia dell'Ospedale San Camillo di Trento. «La temperatura controllata (massimo 42°C) aumenta lo spessore delle pareti dell'uretra, che con la menopausa diventa sottile e anelastica. Tornando a essere "robusta", diviene più resistente allo stimolo della minzione». Non solo. Seduta dopo seduta (una ogni 15 giorni, per un ciclo di 4 applicazioni che costano 100 € l'una), si ricompattano anche le pareti vaginali, la zona peiuretrale e i muscoli del pavimento pelvico, che danno sostegno alla vescica. Un recente studio, condotto su 30 donne e pubblicato sulla rivista scientifica Minerva Ginecologica, dimostra che Eva migliora il trofismo di tutto l'apparato genito-urinario nell'87% dei casi, contrastando efficacemente il problema dell'incontinenza urinaria lieve e moderata. ●

**2 RINGIOVANISCI LA VESCICA CON LA TOSSINA BOTULINICA**

L'ipercontrattilità vescicale si cura efficacemente anche con microdosi di tossina botulinica. Il suo compito? Ridurre gli impulsi nervosi al detrusore, il muscolo interno alla vescica che, contraendosi, le consente di svuotarsi. «In menopausa la vescica diventa sclerotica, perdendo via via elasticità», spiega il professor Giuseppe

**Consulta gratis il nostro esperto**

DOTTOR FRANCESCO DELTETTO

Responsabile del reparto di ginecologia dell'Ospedale San Camillo di Trento

Tel. 02-70300159  
16 giugno  
ore 13-14

71