

Diverticolosi, un problema in crescita nel nostro Paese

Gastroenterologia. Molto rara nell'infanzia, si fa più frequente con l'età. Oltre il 50% della popolazione occidentale ne viene colpito sopra i 60 anni

I diverticoli del colon sono estroflessioni della mucosa intestinale a forma di piccola sacca che attraversano lo strato muscolare nel punto di minor resistenza. Questa la definizione di una malattia sempre più diffusa, di cui ci parla il dott. Sergio Signorelli, gastroenterologo in «Politerapica» a Seriate. I diverticoli si formano per un aumento della pressione all'interno del lume del colon prodotta dalla contrazione della muscolatura intestinale. Ciò avviene soprattutto nel sigma, la parte inferiore sinistra dell'addome.

Un problema in crescita

La diverticolosi è molto rara nell'infanzia e si fa più frequente con l'età. Oltre il 50% della popolazione occidentale presenta diverticoli sopra i 60 anni. La progressiva debolezza della parete colica spiegherebbe l'aumento dei diverticoli con l'età. In particolare, quando è associata ad una maggior pressione causata da rallentato transito intestinale dovuta a maggiore consistenza delle feci. I cibi raffinati e poveri di scorie favoriscono la comparsa di diverticoli. Infatti, sono più frequenti nelle popolazioni ad alto livello economico come quelle dell'Europa e degli Stati Uniti d'America. In Italia, recenti studi hanno dimostrato un incremento del 30% dei ricoveri ospedalieri per diverticolite, negli ultimi 15 anni.

Cause e diagnosi

I fattori di rischio della malattia sono: età (soprattutto dopo i 50 anni), cattive abitudini alimentari (diete a basso contenuto di fibre), obesità e sedentarietà, stipsi cronica, familiarità e predisposizione genetica. Molti di questi li potremmo controllare perché legati agli stili di vita.



Ortaggi e frutta senza buccia sono da preferire in caso di diverticolosi



Sergio Signorelli

Alla diagnosi si giunge attraverso una visita specialistica e alcuni esami strumentali cui il medico può decidere di sottoporre il paziente: colonscopia tradizionale e/o virtuale, Tac addome e/o ecografia addominale, Clisma opaco a doppio contrasto.

Quadri clinici

Diverticolosi semplice - Non ha sintomi e si scopre in modo occasionale. Per esempio, durante esami ecografici

o radiologici eseguiti per altri motivi. La diverticolosi non richiede specifiche prescrizioni terapeutiche, ma una corretta dieta con abbondante idratazione e ampio consumo di fibre vegetali indigeribili tali da generare almeno un'evacuazione al giorno.

Malattia diverticolare sintomatica non complicata

I sintomi possono essere gonfiore, dolore addominale, irregolarità dell'alvo, sintomi peraltro tipici anche del colon irritabile. Le opzioni terapeutiche prevedono l'utilizzo di antinfiammatori come la Mesalazina e antibiotici anche in combinazione fra loro. Per esempio, Rifaximina 400 mg, 2 volte al giorno più Mesalazina 800 mg, 2 volte al giorno. Utile anche l'impiego dei probiotici, batteri vivi che danno all'organismo maggiore resistenza all'infezione.

Malattia diverticolare con diverticolite acuta - E' caratterizzata da sintomi spiccatamente dolorosi con febbre, aumento del numero dei leucociti e possibili segni

di ostruzione intestinale. Spesso questi episodi sono seguiti da remissione completa ma tendono a recidivare nel tempo dando sempre maggiore sofferenza. Fra le complicanze della diverticolite acuta c'è l'emorragia diverticolare, prima causa di sanguinamento del tratto digestivo inferiore. In genere tende ad arrestarsi spontaneamente anche se le recidive emorragiche non sono rare. Tra le complicanze più temute ci sono stenosi del colon, fistole e sintomi di sofferenza urogenitale. I sintomi vescicali sono frequenti ed è buona norma in questi casi eseguire esami radiologici dell'intestino crasso per ricercare una sottostante malattia diverticolare. La terapia della diverticolite acuta nei casi più severi prevede ricovero ospedaliero, digiuno assoluto e terapia antibiotica ad ampio spettro.

L'importante sviluppo della ricerca scientifica sulla malattia diverticolare ha modificato in modo significativo il ruolo della chirurgia. Oggi la chirurgia elettiva è raccomandata in caso di perforazione intestinale, in pazienti con malattia diverticolare associata a complicazioni croniche, quali stenosi, fistole, ascessi, o a sintomi cronici ben riconducibili a malattia diverticolare.

La possiamo prevenire

Si può fare molto per prevenire la malattia diverticolare. Si possono consumare regolarmente verdure, ortaggi e frutta. Masticare a lungo il cibo e mangiare lentamente e di bere almeno un litro e mezzo di acqua al giorno a temperatura ambiente. Il movimento poi aiuta a mantenere i muscoli della parete addominale, migliorando la motilità colica e riducendo il ristagno delle feci nei diverticoli.