

LA PAGINA DELLA SALUTE

Reflusso gastroesofageo
E' questa la malattia
del terzo millennio

■ A pagina 6

Reflusso e acidità, la battaglia si vince a partire dalla tavola

L'alimentazione ha un ruolo fondamentale



di OTTAVIANO
TARANTINO*

IL REFLUSSO gastroesofageo è una patologia caratterizzata dal passaggio di materiale gastrico acido in esofago. Tale situazione, entro certi limiti del tutto fisiologica, può determinare un processo infiammatorio a carico della mucosa esofagea che nelle forme più gravi si caratterizza per la comparsa di lesioni molto ben visibili durante la gastroscopia. E' una delle patologie più frequenti del tratto gastrointestinale, definita anche 'malattia del terzo millennio', la cui incidenza sta progressivamente aumentando: nel mondo occidentale, colpisce tra il 10 e il 20 per cento della popolazione. La sua incidenza è maggiore nel sesso maschile sopra i 50 anni. Le cause del reflusso sono diverse. Solitamente si tratta di un cattivo funzionamento della valvola posta al passaggio tra esofago e stomaco, il cardias, che in condizioni normali si dovrebbe rilasciare solo al passaggio di alimenti ma che talvolta si rilascia in maniera inappropriata, consentendo il passaggio del contenuto gastrico in esofago. Dobbiamo anche considerare i fattori di rischio che possono favorire l'insorgenza della patologia, ai primi posti sicuramente obesità e sovrappeso, fumo di sigaretta e cattive abitudini alimentari, vedi consumo eccessivo di caffè e di cioccolata. Altri fattori importanti sono rappresentati dall'ernia jatale e da alcune terapie farmacologiche.

UN'ALTRA condizione predisponen-

te è la gravidanza, a causa dell'aumentata pressione addominale legata alla crescita del feto. Parlando di sintomi dobbiamo distinguere tra tipici e atipici. Tra i primi abbiamo la piroisi retrosternale, cioè il bruciore che risale verso la gola, bruciore che può rimanere localizzato in sede epigastrica. Tende a intensificarsi in posizione orizzontale e in molti casi 'sveglia' il paziente di notte. In alcuni casi possono essere presenti sintomi atipici come dolore toracico e disfagia, cioè la difficoltà a deglutire, ma anche sintomi atipici 'extraesofagei' come la raucedine, l'asma, la tosse cronica o manifestazioni del cavo orale. La patologia si può manifestare anche in età pediatrica.

BISOGNA tenere presente che il rigurgito alimentare è una condizione molto frequente nel lattante ed è causato da reflusso gastroesofageo, fisiologico nell'infanzia. Solitamente non richiede alcun accertamento diagnostico né alcuna terapia medica e può essere gestito attraverso informazione e rassicurazione ai genitori. Deve essere preso in considerazione quando è associato a frequenti rigurgiti a getto, vomito tinto di bile o sangue, difficoltà nell'alimentazione o nella crescita, rigurgito frequente che persiste dopo il primo anno di vita. La malattia da reflusso è una malattia cronica. E' fondamentale che vengano messi in atto i consigli e le indicazioni dello specialista al fine di ridurre al minimo le recidive. La cronicizzazione del reflusso, infatti, può portare a complicanze. I principali interventi da attuare riguardano la modifica

dello stile di vita e delle abitudini alimentari: è fondamentale la cessazione

del fumo di sigaretta e dell'uso degli alcolici. In presenza di sovrappeso o di obesità è necessario rivolgersi a un nutrizionista per una dieta che consenta di ritornare al peso forma. E' indicato inoltre evitare di fare pasti troppo abbondanti e non coricarsi prima di 2-3 ore dal pasto.

ANCHE l'alimentazione ha un ruolo fondamentale: va ridotta l'assunzione di caffè, tè, cioccolata, cibi ad elevato contenuto di grassi. Nelle forme più lievi, in genere, l'attuazione di queste indicazioni è sufficiente a risolvere la sintomatologia. Nei casi che non rispondono è necessario associare una terapia farmacologica. In presenza di sintomi tipici, la diagnosi è molto semplice e in assenza di sintomi di allarme non richiede alcun accertamento. In alcuni casi, nonostante la terapia, non è possibile tenere sotto controllo la sintomatologia. Talvolta, in casi di recidive molto frequenti o di necessità di terapie mediche di mantenimento è possibile ricorrere alla terapia chirurgica che consiste nella cosiddetta plastica antireflusso (funduplicatio laparoscopica), che ha lo scopo di ricostruire la funzionalità del cardias.

* **Responsabile struttura complessa Gastroenterologia di Empoli**





LA MALATTIA DEL MILLENNIO