

# Quando si altera la flora batterica I pericoli: cistiti, dermatiti, prostatite

**Come curarsi.** Il primo step terapeutico è rappresentato dalla cosiddetta dieta "Fodmap" Il gastroenterologo Cosentino: «Un intestino sano costituisce la base per un corpo sano»

Un'intolleranza non nota che dura da tempo può così andare a provocare un'infiammazione costante del colon che non riesce più ad assorbire in modo corretto alcune sostanze (alterata permeabilità). Queste sostanze, come batteri, funghi, virus e macromolecole, possono portare allo sviluppo di patologie extra digestive come cistite, prostatite, dermatiti o altro.

La sindrome da sovracrescita batterica intestinale (Small Intestinal Bacterial Overgrowth - Sibo) è, invece, una situazione caratterizzata da una crescita esagerata di batteri nell'intestino tenue (almeno 10 - 15 volte la norma) con una contemporanea modificazione dei ceppi della popolazione batterica che diventa molto simile a quella del colon. La diagnosi viene fatta con il Breath test al glucosio o lattulosio.

### Flora batterica alterata

Altra causa di gonfiore addominale può essere la disbiosi intestinale e cioè un alterato equilibrio della flora batterica che se non prontamente corretto può portare alla cronicizzazione del problema con gravi conseguenze. Tra le soluzioni alla problematica c'è la dieta Fodmap, pro-

posta da alcuni ricercatori australiani nel 2001. Fodmap è l'acronimo di Fermentabili Oligo-, Di- e Mono-saccaridi e Poliolli, serie di carboidrati a corta catena: lattosio, fruttani, fruttosio, galattani e polialcoli. I saccaridi includono fruttosio, lattosio, fruttano e galattano. I polialcoli sono sorbitolo, mannitolo, xilitolo e maltitolo. Secondo quanto evidenziato dai ricercatori questi carboidrati, contenuti in molti alimenti, possono essere poco assorbiti dal piccolo intestino e rapidamente fermentati dai batteri intestinali nell'ileo e nel colon prossimale. I sintomi sono dovuti alla distensione dell'intestino sia attraverso un alto volume di liquidi trattenuti dovuto al processo di osmosi, sia un aumento della produzione del gas. Il processo è responsabile di aumento del gas intestinale, meteorismo, distensione addominale o dolore addominale, alterata disfunzione della motilità che si manifesta con diarrea e stipsi. Limitando questi cibi, nel giro di otto settimane, si riducono i sintomi.

La dieta Fodmap rappresenta il primo step "terapeutico" per i pazienti mentre la terapia specifica sarà stabilita sulla base degli esami richiesti per individuare



Felice Cosentino, gastroenterologo della Casa di Cura La Madonna



Per alcuni pazienti può rivelarsi utile il ricorso all'idrocolontapia

le intolleranze alimentari e lo stato di salute del colon e della flora batterica intestinale.

Per alcuni pazienti è utile l'idrocolontapia, una procedura di lavaggio del colon. Al paziente sdraiato sul fianco sinistro, viene inserita una piccola cannula rettale a due vie per consentire all'acqua di fluire nell'intestino e di asportare il materiale fecale. L'operatore ef-

fetta delle irrigazioni a pressione calibrata e temperatura stabile e dei messaggi sulla parete addominale per decontrarre il colon. La procedura ha una durata indicativa di circa 30-40 minuti.

### La base di un corpo sano

L'idrocolontapia si rivela utile nel trattamento della stipsi, stimolando il tratto intestinale arrendere la sua regolare attività, come anche ha un ruolo importante in pazienti con diarrea cronica, colon irritabile, meteorismo, gonfiore addominale, alitosi, parassitosi intestinale, disbiosi intestinale, candidosi, diverticolosi. Come sottolinea lo stesso Cosentino: «Un intestino sano costituisce la base per un corpo sano». Un intestino non curato, infatti, può anche favorire alcune malattie croniche quali reumatismi, poliartrite, disturbi autoimmuni ed allergie. Ciò avviene perché l'intestino contiene la più estesa ramificazione del sistema immunitario, la cui funzionalità dipende da una barriera intestinale integra e dalla presenza di una flora intestinale adeguata (detto anche Microbiota).

F. Gul.