

## ***La sindrome di Sjogren: è possibile limitare il disturbo genitale?***

***Marialuisa Framarino dei Malatesta***

*(professore di ginecologia e ostetricia -  
Dipartimento di ginecologia e ostetricia 1 - Facoltà di medicina e  
chirurgia dell'Università Sapienza di Roma)*

La malattia di Sjogren è una malattia autoimmune delle ghiandole esocrine che colpisce migliaia di persone nel mondo e in prevalenza le donne. Benché nella maggior parte dei casi l'interessamento rimane limitato alle ghiandole salivari e/o lacrimali, in alcuni pazienti vi può essere l'interessamento delle mucose nasali (epistassi, alterazione dell'olfatto); del tratto respiratorio superiore ed inferiore (secchezza tracheale, bronchiti); dell'apparato gastrointestinale (gastrite cronica atrofica) e dell'apparato genitale femminile (prurito e secchezza vulvo-vaginale).

### **Sintomi a carico dell'apparato genitale**

In circa il 40% delle pazienti affette dalla sindrome di Sjogren la mancata secrezione da parte delle ghiandole sudoripare e sebacee e delle ghiandole di lubrificazione vaginale, come la ghiandola del Bartolino, determina l'assenza di lubrificazione a livello sia della vulva che della vagina.

#### *Sintomi vulvari*

La secchezza vulvare determina clinicamente bruciore e prurito. A livello microscopico è presente un'alterazione dei lipidi cutanei e una perdita di acqua dello strato superficiale (circa il 25% del contenuto normale). La conseguenza è la compromissione della funzione barriera della cute, la maggior permeabilità nei confronti dei microrganismi e delle sostanze chimiche presenti nell'ambiente, la minor resistenza meccanica e l'aumento della reattività ad agenti esterni. In questa condizione esiste maggiore possibilità di infezioni locali quali follicoliti pilifere, ascessi delle ghiandole sebacee, eritemi da funghi.

#### *Sintomi vaginali*

La secchezza vaginale per la mancanza di lubrificazione naturale della vagina ha cause molteplici. Può essere scatenata da fattori emotivi come lo stress, da fattori fisiologici-ormonali come la menopausa, la gravidanza, il post-partum, l'allattamento, le condizioni di ipoestrogenismo relativo

(per esempio la terapia contraccettiva con pillole ultraleggere) e da disturbi vascolari associati a malattie sistemiche (cardiopatie, diabete) o da abitudini come il fumo).

La sindrome di Sjogren è causa indipendente di secchezza vaginale o può aggravare una condizione pre-esistente.

Anche per la vagina la naturale lubrificazione non solo permette lo svolgimento di una soddisfacente vita sessuale e motoria, **ma** aiuta anche a proteggere da infezioni fungine e batteriche.

### **Terapia**

Alcune norme **generali** nello stile di vita possono essere consigliate per ridurre l'intensità dei sintomi e/ o il loro peggioramento.

Per quanto riguarda l'alimentazione, si consiglia di evitare le diete drastiche e mantenere un alto apporto di liquidi. Occorre evitare, se possibile, i farmaci diuretici, gli anticolinergici ( usati in campo oculistico per dilatare la pupilla, in campo anestesilogico e in forma inalatoria nel trattamento della bronchite cronica) perché inibiscono le secrezioni e la sudorazione e la clonidina antiipertensivo che induce secchezza cutanea e mucosa.

### *Per la vulva*

Come comportamento generale è consigliabile fare docce o bagni caldi frequenti per umidificare la vulva. È importante usare detersivi leggeri e evitare ammorbidenti per lavare gli indumenti intimi. È necessario impiegare prodotti specifici con ingredienti a pH fisiologico o con un adeguato apporto lipidico in grado di ripristinare l'equilibrio idrolipidico alterato. Poiché la pelle della vulva è facilmente irritabile, le creme o gli oli utilizzati devono contenere ingredienti ipoallergenici in modo da essere ben tollerati e preferibilmente privi di profumo.

### *Per la vagina*

Sotto il profilo generale è consigliabile mantenere un'adeguata igiene intima con acqua tiepida e detersivi clinicamente testati. Non è consigliabile l'impiego di lavande vaginali o i saponi aggressivi perché determinano una detersione eccessiva. I pantaloni attillati andrebbero evitati perché non consentono la traspirazione cutanea.

La terapia locale consiste nell'impiego regolare di un idratante vaginale in forma di gel o di ovuli che aiuta a trattenere umidità. In questo modo i liquidi vengono attirati nei tessuti secchi. È opportuno che questi prodotti

idratanti contengano sostanze naturali che hanno un effetto emolliente e calmante come la Camomilla, la Malva, la Calendula, la Aloe. Per facilitare i rapporti sessuali possono essere impiegati i lubrificanti vaginali che dovrebbero essere usati solo a questo scopo poiché non umidificano. Infatti i lubrificanti a base oleosa intrappolano l'umidità, possono causare ferite e rendere difficoltoso il naturale processo di pulizia della vagina.

Per via orale può essere utile un complemento alimentare particolarmente ricco in acidi grassi essenziali omega 3, omega 6 e omega 7 oltre che di sostanze antiossidanti ( vitamina E, carotenoidi) . La loro assunzione può migliorare l'idratazione della pelle e delle mucose.

Se la secchezza vaginale è accentuata dalla carenza estrogenica menopausale, la terapia estrogenica vaginale migliora i sintomi poiché l'assorbimento è più veloce attraverso il tessuto vaginale atrofico assottigliato che attraverso un epitelio ben estrogenizzato. La terapia estrogenica locale è generalmente ben accolta, aiuta la vagina a riconquistare l'ottimale lubrificazione, normalizza l'epitelio uretrovescicale e l'ecosistema vaginale, riducendo il rischio di vaginiti ed è priva degli effetti collaterali della terapia sistemica. Talora si possono scegliere creme a base di proteine della soia che mimano l'attività degli estrogeni e ottengono un miglioramento della secchezza.

Occorre considerare che non necessariamente un prodotto “naturale” può essere sicuro ed appropriato; è indispensabile parlarne sempre con il medico curante per valutare l'opportunità di usare prodotti “naturali” per alleviare i sintomi.

## **Conclusioni**

I disturbi genitali secondari alla Sindrome di Sjogren possono alterare fortemente la qualità di vita femminile sia a livello fisico che psicologico poiché alterano la sessualità. Si tratta, quindi, di un tema affatto marginale nella medicina moderna che ha l'obiettivo di aggiungere qualità di vita agli anni.

Tuttavia l'osservazione di alcune norme comportamentali e l'impiego di sostanze locali adeguate può alleviare i sintomi e contribuire efficacemente a ridurre i disagi. E' importante trattare alcune patologie quali i disordini metabolici o vascolari e correggere il deficit ormonale menopausale poiché, spesso, tali condizioni se associate possono aggravare i disturbi secondari alla malattia di base.

Dio creò...le mille e una cosa che mi fanno donna ogni giorno  
e per le quali con orgoglio  
mi alzo ogni mattina  
e benedico il mio sesso

**Gioconda Belli** poetessa nicaraguense