

Rubriche

Salute

Fermate il mondo

Instabilità, scarso equilibrio? È colpa delle vertigini. Che si curano così

di Lorella Maggioni

Foto di F.Halard - A.Brusaferri

Senso di instabilità, pareti che "girano", poco equilibrio. Le vertigini sono un disturbo frequentissimo. Un quinto delle persone che si rivolgono a un medico lamenta problemi di questo tipo; e una persona su tre nel corso della vita ha provato almeno una volta tali sensazioni. Fino a pochi anni fa le uniche cure erano farmaci tranquillanti e ansiolitici. Oggi le vertigini si curano anche con la riabilitazione motoria: esercizi di rotazione della testa, movimenti a occhi chiusi, ginnastica. Le cause del disturbo? Malattie di diversa natura che colpiscono l'apparato vestibolare, cioè il labirinto dell'orecchio interno. "Il senso dell'equilibrio è dato dalle informazioni che il sistema visivo e quello vestibolare inviano al cervello", spiega Giorgio Guidetti, responsabile del Servizio di vestibologia del Policlinico dell'Università di Modena. "Quando i recettori dell'orecchio o dell'occhio vengono danneggiati, le informazioni giungono in modo distorto a scapito dell'equilibrio". I problemi del labirinto sono diffusi soprattutto fra gli anziani e possono avere origine infiammatoria, traumatica, virale: otiti non curate, disturbi di circolazione all'interno dell'orecchio, tensione dei muscoli mandibolari. "Ma le vertigini più ricorrenti sono quelle che si provano dopo un movimento brusco della testa, dovute alla formazione di piccoli calcoli che si muovono nel labirinto. Prima si interveniva chirurgicamente", dice Guidetti, "oggi si guarisce con la "manovra liberatoria": grazie a movimenti particolari della testa, guidati da una mano esperta, si portano i calcoli in posizione stabile". A colpire giovani e adulti, soprattutto donne, sono invece le vertigini visive (fastidio e instabilità se si fissano oggetti che ruotano o oscillano; nausea se si viaggia in macchina o in barca; sensibilità alla luce; mal di testa al cinema se si è vicini allo schermo), la cui causa è il sistema visivo. "Quando alcuni meccanismi dell'occhio non sono efficienti, le informazioni visive arrivano al cervello con una certa discrepanza rispetto a quelle vestibolari, causando problemi di instabilità", spiega Vittorio Roncagli, optometrista e psicologo di Cervia, che per primo ha introdotto in Italia un metodo per la cura di queste vertigini con esercizi oculari. Il disturbo diminuisce se ci si sdraia in posizione supina, chiudendo gli occhi. E una volta diagnosticato, con 10-12 sedute rieducative si possono alleviare o eliminare i sintomi.

Vite amare Si chiama glicogenosi ed è una malattia del metabolismo che colpisce un bambino su centomila. Il quale, per un errore del codice genetico, non riesce a metabolizzare gli zuccheri, indispensabili per la crescita e il funzionamento normale dell'organismo. I piccoli colpiti da questo disturbo non possono concedersi le golosità adorate dai bambini: caramelle, gelati, torte e cioccolato. Perfino la frutta, la marmellata e i formaggi sono vietati, perché gli zuccheri che contengono finiscono per accumularsi nel fegato, nella milza, nei reni e nei muscoli, compromettendo il loro normale funzionamento. E non è neanche sufficiente seguire una dieta drastica, perché i bimbi colpiti dalla glicogenosi devono essere nutriti ogni 3-4 ore anche durante la notte, altrimenti rischiano una crisi ipoglicemica che può provocare convulsioni e, nei casi più estremi, perfino il coma. È intuibile la preoccupazione che i genitori devono affrontare ogni giorno. Perciò è nata l'Associazione Italiana Glicogenosi, con il duplice scopo di promuovere la ricerca scientifica e fornire assistenza tecnica e psicologica ai bambini e alle famiglie. Chi volesse contribuire economicamente può farlo utilizzando il conto corrente postale n. 38188207, oppure mettendosi in contatto direttamente con l'Associazione: via Matteotti 14/E, 20090 Assago (MI), tel. 02/45703334. O.D'Alì