

Benefici delle acque termali nelle malattie dell'apparato digerente

Premessa

In quest'appuntamento settimanale con la salute continuerò a parlare delle acque termali e il loro utilizzo nelle malattie dell'apparato digerente. Le acque termali sono veri e propri farmaci naturali, anche se ufficialmente sono considerate adiuvanti ai trattamenti terapeutici tradizionali, al pari dei farmaci, possono avere effetti collaterali se utilizzati erroneamente. Da diversi anni il loro impiego in campo clinico è stato sottoposto a studi sperimentali e controlli per assicurare la qualità, la sicurezza e l'efficacia terapeutica. Dato le differenti modalità d'azione farmacologica e le diverse indicazioni terapeutiche, la loro prescrizione deve essere affidata al medico specialista in medicina termale. In quest'articolo saranno esaminati le acque termali e loro effetti farmacologici con particolare riferimento alle acque bicarbonate solfate e clorure sodiche (salse) e solfuree e le loro indicazioni in campo gastroenterologico.

Quale la dimensione del problema?

Le malattie digestive interessano diversi organi che compongono l'apparato digerente e includono un ampio spettro di malattie e disordini funzionali del tubo digerente, fegato, vie biliari, pancreas, con eziologia diversa, incluse, infezioni acute e croniche, cancro, reazioni avverse a farmaci e tossine, allergie e intolleranze alimentari e, in diversi casi, cause non note. I dati epidemiologici del ministero della salute, ci indicano che il 10-15% della popolazione viene visitato dal medico di medicina generale per malattie digestive, un ricovero su dodici circa negli ospedali italiani è dovuto a malattie digestive, inoltre è necessario rilevare che il 40% della popolazione generale dei paesi occidentali soffre dei cosiddetti disturbi funzionali, come la dispepsia e la sindrome dell'intestino irritabile (IBS), responsabile della stipsi, gonfiore addominale, digestione difficoltosa, dolori diffusi dell'apparato digerente, diarrea intermittente. Questi disturbi funzionali inducono un'importante diminuzione della qualità di vita e hanno implicazioni sociali ed economiche molto rilevanti per i costi della diagnosi di esclusione di patologia organica, della perdita di giornate lavorative e delle prescrizioni farmacologiche. I disturbi funzionali sono inoltre causa dell'elevata inappropriata nella richiesta e nell'esecuzione di metodiche diagnostiche, specie. Nell'anziano il tasso di ricovero per malattie digestive è dell'11,4% nella classe di età tra i 65-74 anni, si evince facilmente che le malattie digestive sono caratterizzate da un elevato tasso di cronicità. Ne consegue che nell'ambito delle malattie digestive si può stimare un impatto per il Servizio Sanitario Nazionale assai elevato.

Quali acque termali sono utilizzate per le cure delle malattie dell'apparato digerente?

Le acque maggiormente utilizzate sono:

- ✓ Acque bicarbonate:
 - a) Alcaline
 - b) Alcaline terrose

c) Solfato calcico

- ✓ Acque clorurate sodiche (e salso-solfato-alcaline)
- ✓ Acque solfate
- ✓ Acque solfate -bicarbonate
- ✓ Acque solfuree con modesto grado solfidrometrico

La metodica di somministrazione usuale è per bibita (cura idroponica) in alcuni casi possono essere somministrate attraverso fanghi o per via rettale. Dall'introduzione di tali acque, in maniera diversa, in rapporto alla composizione, modalità di somministrazione, capacità di risposta individuale, stato di salute del soggetto, sono influenzati tutti i meccanismi digestivi, secrezione gastrica, pancreaticata, attività enzimatica, assorbimento intestinale e motilità del tubo digerente.



Quali sono gli effetti di queste acque termali sull'apparato digerente?

Gli effetti sono:

- ✓ Regolazione della secrezione gastrica e duodenale
- ✓ Impulso sull'assorbimento dei nutrienti
- ✓ Azione antispastica
- ✓ Stimolo allo svuotamento gastrico
- ✓ Effetto sulla produzione e secrezione della bile (effetto colagogo)
- ✓ Stimolo alla contrattilità del duodeno e del colon

Quali sono le malattie dell'apparato digerente che giovano delle cure termali?

- ✓ Malattie dello stomaco (gastropatie e turbe della secrezione gastrica) Distinte in:

- forme ipotoniche ipocinetiche primarie, caratterizzate da digestione lenta e laboriosa, peso allo stomaco.
 - Forme ipertoniche ipercinetiche primarie caratterizzate da dolore tipo crampiformi che si manifesta 2-3 ore dopo i pasti, in soggetti in cui sono frequenti fenomeni d'ipersecrezione acida.
 - Gastropatie secondarie a disfunzione del fegato e delle vie biliari
- ✓ Malattie dell'intestino
- Disordini funzionali del colon (sindrome del colon irritabile)
 - Infiammazioni acute e croniche (Coliti)
 - Diarrea
 - Stipsi

Come si accede alle cure?

Regola, evitare il fai da te, come si è detto in precedenza, le acque termali sono considerate alla stregua dei farmaci convenzionali. Prima di iniziare qualsiasi trattamento, è necessario consultare uno specialista in medicina termale per una corretta diagnosi e una precisa indicazione al tipo di mezzo termale da utilizzare. Molte cure termali rientrano nei cosiddetti Livelli essenziali di assistenza (**LEA**) cioè le prestazioni e i servizi che il Servizio sanitario nazionale (SSN) sono tenuti a fornire a tutti i cittadini, gratuitamente o dietro pagamento di una quota di partecipazione (ticket). Le malattie gastroenterologiche con oneri a carico del Servizio sanitario nazionale sono: dispepsia (disturbi della digestione) di origine gastroenterica e biliare, sindrome dell'intestino irritabile nella varietà con stipsi.



Come e quando si utilizzano le acque termali?

Come i farmaci, le acque termali hanno indicazioni specifiche in base alla patologia da trattare, la somministrazione avviene normalmente per bibita (cura idroponica). Le acque bicarbonati-calciche sono utili nelle gastropatie ipersecretive con ritardo dello svuotamento gastrico. La loro azione si manifesta grazie alla regolazione sulla secrezione di gastrina, un ormone prodotto dalle cellule gastriche che stimola la secrezione di acido cloridrico e la motilità intestinale. Inoltre grazie alla copiosa presenza di bicarbonato e calcio, queste acque riducono l'acidità dello stomaco. Trovano indicazione anche nella stipsi per il loro effetto sulla motilità intestinale. Funzionano solo se somministrate in piccole dosi (200 -250 ml) ogni 90 minuti nell'arco dell'intera giornata. Dose più elevate possono determinare effetti collaterali (come per esempio un aumento eccessivo dell'acidità gastrica dovuto all'aumento della gastrina). Nelle coliti acute infettive o da farmaci (antibiotici), quantità adeguate di acque bicarbonate alcalino -terrose (oltre 1 litro il giorno) hanno effetto benefico sulla carica batterica (modificazione del pH sfavorevole alla crescita batterica) azione antinfiammatoria sulla parete intestinale e sulla motilità (effetto antispastico). Nella diarrea acuta di qualsiasi origine (infettiva disturbi della motilità e dell'assorbimento), le acque bicarbonate calciche e medio minerali, hanno mostrato azioni specifiche su questi fenomeni. Nella colite croniche organiche con diarrea e malassorbimento per disordini epato-biliari, è indicato l'uso delle acque clorure sodiche ipotoniche (250-500 ml) assunte a digiuno a temperatura ambiente per cicli di 14-20 giorni. Le acque clorure sodiche solfate (salse) ipotoniche (concentrazione bassa di sali) trovano indicazioni nelle gastropatie iposecretive (gastropatie croniche atrofiche con disturbo della motilità gastrica) per il loro effetto stimolante sulla secrezione acida dello stomaco. Vanno assunte a digiuno in quantità di 500 ml a temperatura ambiente. Anche nei disturbi digestivi dei soggetti che hanno subito l'asportazione dello stomaco, il trattamento idroponico con acque salse sono utili. Il trattamento dei sintomi da reflusso gastroesofageo rappresenta un'ulteriore e importante indicazione. Per la loro azione sulla secrezione acida sono assolutamente controindicate nell'ulcera gastrica. Le stesse acque sollecitano la peristalsi (movimento intestinale) specie quando sono ipertoniche, cioè a forte concentrazione di sali, risultano efficaci nella stipsi cronica semplice e nella sindrome del colon

irritabile. Hanno un effetto lassativo che avviene in genere entro un'ora dall'assunzione. L'acqua carica di sali attira altri liquidi nell'intestino e accresce la massa fecale che si riduce di consistenza e con facilità viene espulsa. Grazie alla presenza di solfati sono attivati alcuni ormoni della digestione tra i quali in particolare la colecistochinina. A questo ormone sono dovuti l'aumento della motilità intestinale e della secrezione della bile. Lo stimolo del deflusso della bile verso il duodeno è dovuto alla contrazione della colecisti e al rilascio dello sfintere di Oddi (struttura muscolare allo sbocco delle vie biliari nel duodeno). Per questi motivi le acque cloruro-sodiche sono impiegate nei disturbi digestivi secondari alle patologie infiammatorie croniche delle vie biliari caratterizzati da sintomatologia dolorosa della cistifellea e dallo spasmo dello sfintere di Oddi, nelle crisi di motilità, nella sindrome post-colecistectomia (eliminazione chirurgica della colecisti) e nella calcolosi biliare. Le acque cloruro solfato ipotoniche hanno indicazioni nelle diarree infettive e nei disturbi di assorbimento, in particolare il cloruro e il solfato a livello intestinale risultano antimicrobici, antiputrefattivi e antifermentativi.

Quali sono le controindicazioni?

- ✓ L'ulcera gastrica, rappresenta una delle controindicazioni assolute per l'effetto sulla produzione di gastrina che aumenta la produzione di acido cloridrico e peggiora la lesione ulcerosa. Anche l'utilizzo delle acque a contenuto di ferro come del resto prodotti farmaceutici a base di ferro creano fenomeni d'intolleranza.
- ✓ Fenomeni d'intolleranza individuale
- ✓ Scarsa risposta clinica
- ✓ Calcoli ostruenti delle vie biliari
- ✓ Cardiopatie gravi con grave compromissione del muscolo cardiaco

Conclusioni.

Le malattie digestive sono molto frequenti nella popolazione generale e determinano un'importante diminuzione della qualità di vita e implicazioni sociali ed economiche estremamente rilevanti. Le cure termali rappresentano un valido trattamento terapeutico soprattutto nelle forme funzionali e resistenti alle terapie farmacologiche, inoltre si sono mostrate utili come trattamento adiuvante in tutte le malattie dell'apparato digerente.

