

In Italia due milioni di persone soffrono di questa patologia che provoca una grave inabilità a svolgere le comuni attività quotidiane. I 2/3 dei pazienti riferiscono di avere dolore ovunque, aggravato da umidità, ansia, stress, sovraccarico di fatica

# La fibromialgia va ko con ossigeno e ozono

Umberto Tirelli\*

Come suggerito anche a Lady Gaga, la famosa rock star americana che ora è diventata anche una grande attrice, l'ossigeno-ozonoterapia è la migliore terapia della fibromialgia, che è una condizione cronica di reumatismo extra-articolare non infiammatorio caratterizzata da dolorabilità diffusa, rigidità o dolore muscolare o articolare, e la presenza di dolore alla digitopressione di specifici punti anatomici chiamati tender points.

Tutti gli studi concordano nel dire che la fibromialgia sia maggiormente rappresentata nel sesso femminile, con un rapporto variabile fino a 8/1. La fibromialgia è caratterizzata da una severa inabilità nello svolgere le comuni attività quotidiane, oltre ad avere un impatto negativo sulla maggior parte degli aspetti legati alla qualità della vita. Circa 2/3 dei pazienti riferiscono di avere dolore ovunque ("dalla testa ai piedi"); questo sintomo in particolare è risultato utile nel differenziare la fibromialgia da altre condizioni. Il dolore può essere descritto dal malato con una combinazione di termini quali scottante, bruciante, vibrante, battente, martellante, profondo, tagliente. Frequentemente viene riferita la sensazione di "ammaccatura" o "corpo battuto" ovunque. Il dolore è spesso aggravato dall'umidità, dal freddo, dall'ansia, dallo stress, dal sovraccarico o dall'inattività, dal sonno disturbato e dal rumore.

## I SINTOMI

I sintomi prevalentemente lamentati dai pazienti affetti da fi-

bromialgia, oltre al dolore, sono la fatica, crampi e parestesie, disturbi del sonno e difficoltà cognitive, insieme a disturbi di tipo psichiatrico (ansia, depressione ed attacchi di panico), dispepsia e colon irritabile, vaginismo e dismenorrea. La fatica è piuttosto comune nella fibromialgia, soprattutto al mattino. I pazienti spesso si svegliano sentendosi già stanchi o più stanchi di quando sono andati a letto. La fatica, moderata o severa, è presente dal 75% al 90% dei pazienti. In Italia si calcola che vi siano circa 2 milioni di pazienti affetti da fibromialgia.

La Sindrome da Fatica Cronica (CFS) spesso è in sovrapposizione con la fibromialgia. A dispetto delle definizioni in apparenza contrastanti delle due sindromi, è stato stimato che il 20-70% dei pazienti con fibromialgia soddisfa anche i criteri per la CFS e, viceversa, il 35-70% dei pazienti con CFS presenta anche una fibromialgia concomitante. Rispetto ai pazienti affetti solo da fibromialgia, quelli che soddisfacevano i criteri per entrambe le sindromi erano sottoposti a un peggior decorso di malattia, una peggiore salute generale, maggior numero di sintomi diversi da quelli tipici della CFS ed un maggiore impatto sulla qualità della vita.

Quanto alla fatica, sebbene non sussistano differenze in termini quantitativi, solitamente il paziente con fibromialgia riferisce una fatica esclusivamente legata al dolore, evidenziabile mediante correlazione fra dolore e fatica in questi pazienti, non osservabile nei pazienti con CFS. Queste osservazioni ci portano inevitabilmente a mantenere la separazione fra le due sindromi,

ma non deve indurci a non considerare, fra di esse, la possibile concomitanza. Dal punto di vista clinico, la capacità di un medico di diagnosticare una sovrapposizione fra le sindromi in un determinato paziente potrebbe infatti aiutarlo nel considerare opzioni di trattamento alternative, con risultati più soddisfacenti. Alla luce della varietà dei segni e sintomi con cui si presenta viene talvolta indicata come sindrome fibromialgica.

## LE CURE

Non esiste ad oggi una cura per guarire dalla fibromialgia, ma i medici hanno a disposizione molteplici farmaci e opzioni terapeutiche per aiutare a controllare e gestire i sintomi, tra cui anche l'esercizio fisico, le tecniche di rilassamento e riduzione dello stress. La causa è tuttora sconosciuta, ma al momento le ipotesi più accreditate vertono su possibili alterazioni a livello dei neurotrasmettitori (soprattutto relativi al dolore), disequilibri ormonali che coinvolgono umore, appetito, sonno, comportamento, risposta a situazioni stressanti, alterazioni e disturbi del sonno, predisposizione genetica, stress. Non è quindi ancora stato chiarito il meccanismo esatto alla base della comparsa della condizione, ma è parere diffuso che possa essere il risultato dell'azione concomitante di diversi fattori. In molti pazienti è peraltro possibile individuare un evento scatenante, che può essere per esempio un infortunio, un'infezione virale, parto, intervento chirurgico, la rottura di una relazione affettiva, vivere una relazione violenta, morte di una persona cara, ma in altri pazienti non è possibile risalire ad alcuna situazione specifica. Una delle ultime teorie ipotizza

che una ridotta percezione del dolore sia causa di una maggiore sensibilità muscolare a ripetuti microtraumi; a questo punto malattie, traumi fisici, stress (per lavoro, lutti, familiare...), affaticamento, umidità e freddo, sindrome premestruale sono tutti fattori in grado di peggiorare il quadro clinico.

Chiunque può sviluppare la sindrome fibromialgica, ma di fatto si verifica 7 volte più frequentemente nelle donne che negli uomini. Compare in genere tra i 30 e i 50 anni, ma sono possibili casi a qualsiasi età (bambini e anziani compresi). Il principale sintomo della fibromialgia è il dolore, che si può concentrare in collo, spalle e braccia o coinvolgere tutto il corpo. La gravità del sintomo può variare in base a fattori quali stress, clima, sonno, livello di attività fisica, orario. Fino al 90% dei malati di fibromialgia accusa affaticabilità, stanchezza e difficoltà nel dormire: difficoltà a prendere sonno, frequenti risvegli e sensazione di non aver riposato sono sintomi molto comuni.

## LA DIAGNOSI

La diagnosi prevede la presenza di dolore diffuso e particolarmente rilevante in punti specifici (tender points), simmetrici su entrambi i lati del corpo: alla base del cranio, alla base del collo, in cima alla spalla, fra la clavicola e la spina dorsale, sulla cassa toracica, sul bordo esterno dell'avam-

braccio, nella parte superiore dell'anca, nella parte alta dei glutei, sul ginocchio. In caso di presenza di almeno 11 su 18 punti sensibili si parla con ragionevole sicurezza di fibromialgia, anche se in realtà essendo la dolorabilità variabile da un giorno all'altro, talvolta si arriva alla diagnosi anche in assenza di 11 punti verificati. Non esistono esami di laboratorio specifici, ma ne vengono di norma richiesti per escludere altri tipi di patologie in grado di provocare sintomi simili (come ad esempio l'ipotiroidismo). Per quanto riguarda i farmaci sono utilizzati paracetamolo (Tachipirina, Efferalgan, Acetamol), antinfiammatori, antidolorifici (ad esempio il tramadolo, nome commerciale Contramal); per migliorare la qualità del sonno si prescrivono spesso antidepressivi e miorelassanti (Flexiban, Lyseen, Muscoril); gabapentin (Neurontin) e pregabalin (Lyrica), ossia farmaci per il dolore neuropatico, danno risultati apprezzabili solo in una parte di pazienti.

## IL TRATTAMENTO

Tenendo in considerazione che i trattamenti a disposizione non sono quasi mai efficaci nella fibromialgia, presso la Clinica Tirelli Medical di Pordenone abbiamo valutato e trattato con ossigeno-ozonoterapia 65 pazienti affetti da fibromialgia. L'ozono è un gas instabile che deriva dall'ossigeno e che ha notevoli proprietà

antinfiammatorie, antidolorifiche ed energetiche e che si somministra a questi pazienti per via venosa. Per la valutazione del dolore abbiamo utilizzato la Numeric Rating Scale: una scala a punti in cui il paziente sceglie un valore che va da 0 (assenza di dolore) a 10 (massimo dolore). Per valutare l'entità della fatica, la scala che abbiamo utilizzato è la Fatigue Severity Scale. In base al risultato il medico esprime una valutazione. Dei 65 pazienti valutabili per risultati, abbiamo riscontrato un miglioramento sintomatologico (sia dolori che fatica) significativo (50%) in 45 pazienti (70%), con nessun paziente che abbia manifestato effetti collaterali al trattamento. Tali risultati, che saranno presto pubblicati da un rivista medica indicizzata, sono nettamente i migliori che si possono ottenere nella fibromialgia. Presso il Centro di fibromialgia e stanchezza cronica della Clinica Tirelli Medical continuiamo a trattare con successo con ozonoterapia i pazienti con fibromialgia, oltre che quelli con sindrome da fatica cronica, disturbi correlati ai tumori in trattamento e fuori trattamento, i pazienti con ernie discali, e con artrosi dove l'ozono si è dimostrato anche una terapia molto efficace.

*\*Primario Oncologo Emerito, Istituto Nazionale Tumori di Aviano; Direttore Centro Tumori, Stanchezza Cronica, Fibromialgia ed Ossigeno-Ozonoterapia, Clinica Tirelli Medical Group di Pordenone*



Il professor **Umberto Tirelli** con i suoi collaboratori

**LA MIGLIORE TERAPIA PER UNA CONDIZIONE CRONICA DI REUMATISMO CARATTERIZZATO DA INDOLENZIMENTO O RIGIDITÀ MUSCOLARE**

**A PORDENONE SU 65 PAZIENTI TRATTATI CON QUESTA TECNICA IL 70% HA OTTENUTO MIGLIORAMENTI SIGNIFICATIVI**