



Per il colon irritabile
la scelta del
farmaco dipende
da quale disturbo
è prevalente

Gli Otc per il colon irritabile

Si tratta di una patologia cronica, di natura non infiammatoria, caratterizzata da dolori addominali che migliorano dopo l'evacuazione di feci o di gas, gonfiore addominale, irregolarità intestinale (stipsi, diarrea o alternanza stipsi/diarrea) e modificazione della consistenza delle feci.: Non sono presenti alterazioni organiche o biochimiche, si può definire piuttosto una sindrome funzionale, e sembra che l'ansia e lo stress, oltre a cattive abi-

tudini alimentari, abbiano il loro peso. Le più colpite sembrano essere le donne, di tutte le età. La diagnosi va posta escludendo una malattia organica, in base all'anamnesi del paziente, alla sintomatologia e agli esami clinici. La terapia dipende dalla sintomatologia che predomina e sarà a base di lassativi qualora la stipsi sia il sintomo prevalente, di antidiarroici e reidratanti se il maggior fastidio è la diarrea; nel caso di dolore potranno

di Elisa Brambilla
Farmacista e giornalista

essere utili dei rilassanti della muscolatura liscia. In genere il dolore non è localizzato, ma interessa tutto l'addome. Per controllare l'ansia associata alla sindrome dell'intestino irritabile vengono a volte prescritte delle benzodiazepine, anche se molti autori preferiscono l'utilizzo di antidepressivi, che hanno evidenziato risultati positivi. Molto importante curare l'alimentazione, poiché una dieta adeguata è ciò che permette di tenere sotto controllo la sindrome nel tempo.

Lassativi

Un farmaco può essere denominato lassativo quando promuove una regolare evacuazione intestinale o purgante se determina uno svuotamento intestinale, per esempio nel caso di esami endoscopici. Sono farmaci utili soprattutto nei casi in cui vi sia una controindicazione allo sforzo, come per esempio in caso di malattie cardiache o di pericolo di sanguinamento di emorroidi. Tuttavia, la pubblicità e il classico fai da te di coloro che ritengono di essere in grado di autoprescrivere i farmaci fanno sì che i lassativi siano tra i farmaci più venduti, se non addirittura oggetto di abuso. Molto spesso il farmacista, che conosce le abitudini dei suoi clienti, suggerisce loro di aumentare l'introduzione di fibre e liquidi nella dieta e un aumento dell'esercizio fisico, ma rimane frequentemente inascoltato. Nei bambini la stipsi è un disturbo molto frequente, ma altrettanto difficile da valutare, in quanto non esiste un numero preciso di evacuazioni quotidiane o settimanali. Escluse eventuali, rare, cause organiche, normalmente la stipsi funzionale nel bambino piccolo viene affrontata con un cambiamento delle abitudini alimentari e comportamentali. Nei bimbi più grandicelli in genere il pediatra prescrive lassativi emollienti, osmotici come lattulosio e PEG (polietilenglicole).

Lassativi formanti massa: possono legare acqua e ioni nel lume del colon, ammorbidendo le feci e aumentando la massa fecale, stimolando così la peristalsi intestinale. La loro azione non è immediata e nei primi giorni di trattamento può comparire gonfiore addominale, che però scompare nel tempo, ma di cui il paziente va avvertito. La crusca integrale, assunta con yogurt, brodo o succo di frutta, funziona molto bene ma è scarsamente appetibile, mentre quella macinata più finemente si può assumere anche con alimenti come pane, pasta e biscotti integrali. Utilizzando questi lassativi è fondamentale un buon apporto di acqua per evitare un'ostruzione intestinale. I preparati di psillio, l'ispagula e la sterculia possono essere utilizzate nei pazienti che non tollerano la crusca. Gli effetti collaterali sono pochi, borborigmi e flatulenza, raramente reazioni allergiche, soprattutto con l'uso delle gomme vegetali, occlusione intestinale se non si pone attenzione alla concomitante assunzione di liquidi o in presenza di preesistenti patologie gastrointestinali.

Lassativi salini e osmotici

I lassativi salini, somministrati a dosi purgative piene, provocano un'evacuazione completa, semiliquida o acquosa, nel giro di tre ore mentre, a dosi più basse, hanno effetto lassativo in sei-otto ore. I sali di magnesio, come idrossido di Mg e Mg solfato (o sale amaro) e di sodio sono particolarmente indicati quando si richiede una rapida pulizia dell'intestino. Da ricordare inoltre che i sali di sodio (solfato, bicarbonato, cloruro) possono essere controindicati nei pazienti ipertesi, con malattia cardiaca congestizia o con problemi renali. I clismi a base di fosfati e sodio citrato vengono spesso usati per lo svuotamento intestinale prima di endoscopie, radiografie o interventi chirurgici. Tra i las-

sativi osmotici è da ricordare il disaccaride lattulosio, non assorbibile a livello gastroenterico, che oltre all'effetto lassativo previene la proliferazione della flora produttrice di ammonio, per cui viene utilizzato anche nel trattamento dell'encefalopatia epatica. Anche il macrogol (PEG) agisce con meccanismo osmotico, inibendo il riassorbimento di acqua e sodio da parte del piccolo intestino, consentendo il passaggio nel colon di un volume di liquido tale da determinare un progressivo aumento del contenuto idrico fecale.

Lassativi di contatto: aumentano la motilità intestinale, ma possono causare crampi intestinali. Tra di essi ricordiamo il bisacodile (derivato del difenilmetano) e la senna (del gruppo degli antrachinonici). L'abuso di questi farmaci può provocare un'eccessiva perdita di acqua ed elettroliti (ipokaliemia). Ci sono molte preparazioni erboristiche a base di senna, cassia, rabarbaro, aloe e frangula, è bene valutarne la standardizzazione prima di consigliarne l'utilizzo. L'olio di ricino, conosciuto fin dall'antichità, ha un sapore estremamente sgradevole e un effetto purgativo troppo drastico per essere utilizzato nella stipsi comune.

Lassativi emollienti: la paraffina liquida, assunta a digiuno per non interferire con l'assorbimento delle vitamine liposolubili, ammorbidisce le feci. È controindicata sotto i tre anni di età e, tra gli effetti indesiderati, ricordiamo sgocciolamento anale e polmonite lipoidea. Anche le supposte e i clismi di glicerolo possiedono azione emolliente. Usato in particolare per la preparazione ad esami radiologici intestinali è il docusato di sodio sotto forma di clisma.

Antidiarroici

Il farmaco più utilizzato nella diarrea degli adulti è la loperamide, oppiaceo

piperidinico, assorbito lentamente e in modo incompleto se assunto per via orale, ed escreto in buona parte con le feci. La sua azione è quella di ridurre la motilità intestinale. Nei bambini la loperamide è controindicata, si può tuttavia consigliare una preparazione liquida a base di algeldrato, caolino e pectine che restituisce un certo volume alle feci.

Reidratanti

Poiché durante la diarrea vi è un'eccessiva accelerazione della peristalsi intestinale che impedisce, nell'intestino crasso, il riassorbimento di liquidi, sali minerali e zuccheri, si rischia la disidratazione e la perdita di liquidi. Per questo è importante nei casi di diarrea il reintegro di liquidi ed elettroliti, soprattutto negli anziani, spesso non idratati nel modo corretto, perché avvertono meno il senso della sete, e nei bambini.

La carenza di sali minerali e di glucosio possono infatti provocare ipotensione, stanchezza, crampi muscolari e altri spiacevoli sintomi. Le soluzioni orali per la reidratazione dovranno avere bassa osmolarità, per prevenire la diarrea osmotica, contenere sostanze alcalinizzanti per contrastare l'acidosi e avere un gusto gradevole, soprattutto per i bambini.

Antigonfiore

Il dimeticone attivato (simeticone): agisce per contatto disperdendo la schiuma ed è una delle sostanze più utilizzate contro il meteorismo; risulta inoltre utile contro il singhiozzo quando causato da meteorismo gastrico funzionale. Anche il carbone vegetale favorisce l'assorbimento dell'aria in eccesso nel-

l'addome ed è inoltre utilizzato nelle intossicazioni da sostanze tossiche, poiché aiuta a ostacolare il loro assorbimento da parte delle pareti del tratto gastrointestinale.

Antimuscarinici

Gli anticolinergici riducono la motilità gastrointestinale e la secrezione acida dello stomaco e possono essere utilizzati nella sindrome del colon irritabile, sebbene non per lunghi periodi, a causa dei loro effetti collaterali, tra cui secchezza delle fauci, riduzione dell'accomodazione visiva e difficoltà della minzione.

Composti dell'ammonio quaternario: sono meno liposolubili rispetto all'atropina, per cui non attraversano che in minima misura la barriera ematoencefalica e non presentano gli effetti collaterali degli anticolinergici a carico del sistema nervoso centrale.

Propantelina: si può trovare associata a benzodiazepine nel controllo delle manifestazioni spastico-dolorose, con componente ansiosa, del tratto gastrointestinale.

Scopolamina butilbromuro (N-butilbromuro di joscina): si concentra in particolare nei tessuti del tratto gastrointestinale, del fegato e dei reni e viene assorbita solo parzialmente.

Amine terziarie: dicitoverina cloridrato (dicitoverina cloridrato) e atropina solfato: l'attività antimuscarinica della dicitoverina è molto meno marcata rispetto a quella dell'atropina e sembra avere un aspecifico effetto rilassante diretto sulla muscolatura liscia.

Antispastici

La mebeverina: agisce direttamente sulla muscolatura liscia inte-

stinale, dove risolve lo spasmo senza influenzare la normale motilità. Non ha importanti effetti indesiderati (rare reazioni allergiche) ed è controindicata, come tutti gli antispastici, in caso di ileo paralitico.

Probiotici

Dal greco "pro bios": a favore della vita, sono dei microrganismi viventi che esercitano un effetto benefico sulla salute dell'ospite rafforzando l'ecosistema intestinale. Essi devono essere in grado di attraversare indenni il tratto gastrointestinale e di raggiungere, vivi e vitali, l'intestino, rimanendo stabili a diversi valori di pH. Un microrganismo può essere considerato un probiotico quando possiede determinate caratteristiche: deve essere di origine umana e deve avere dimostrata sicurezza di impiego nell'uomo; deve essere stabile nel tempo; deve essere resistente alla liofilizzazione, in modo che il prodotto finale abbia la maggior percentuale possibile di microrganismi vivi. Oltre che nella sindrome del colon irritabile, i probiotici si utilizzano durante le terapie antibiotiche, nelle infezioni urinarie e ginecologiche, nella diarrea, nelle malattie infiammatorie croniche dell'intestino e nel dismicrobismo in generale. Tra di essi ricordiamo i Lactobacilli (*acidophilus*, *bulgaricus*, *lactis*, *ramnosus*, *casei*), *Streptococcus thermophilus*, *Bifidobacterium bifidum*. Insieme ai probiotici vengono spesso usati i prebiotici, ossia sostanze non digeribili, in genere carboidrati, che promuovono la crescita di una o più specie batteriche considerate utili per l'uomo: inulina, estratta per lo più dalla radice della cicoria, betaglucani, fructani e lactoferrina, di natura proteica. 