

LA FATICA DI VIVERE

Quel mezzo milione d'italiani malati di stanchezza cronica

La sindrome (Cfs) colpisce soprattutto i giovani, impedendo di lavorare e studiare
Un test diagnostico potrà individuare le anomalie metaboliche che la scatenano

di **UMBERTO TIRELLI**



■ La stanchezza è uno dei sintomi che più frequentemente porta una persona a rivolgersi al proprio medico curante. Quando una stanchezza è severa e prolungata nel tempo, cioè una vera e propria spossatezza, può essere il segno principale della sindrome da fatica cronica, in sigla (inglese) Cfs.

Nel dicembre del 1994, un gruppo internazionale di studio sulla Cfs, del quale ho fatto parte, ha pubblicato sugli *Annals of Internal Medicine* una nuova definizione di caso che rimpiazzava la definizione pubblicata 6 anni prima da Gary P. Holmes e dai suoi collaboratori. Nella nuova definizione un caso di Cfs è definito dalla presenza delle seguenti condizioni: una fatica cronica persistente per almeno 6 mesi che non è alleviata dal riposo, si esacerba con piccoli sforzi e provoca una sostanziale riduzione dei livelli precedenti delle attività occupazionali, sociali o personali. Inoltre devono essere presenti 4 o più dei seguenti sintomi, presenti per almeno 6 mesi: disturbi della memoria e della concentrazione così severi da ridurre sostanzialmente i livelli precedenti delle attività occupazionali e personali; faringite; dolori delle ghiandole linfonodali cervicali e ascellari; dolori muscolari e delle articolazioni senza infiammazione o rigonfiamenti

Non ci sono farmaci che facciano guarire, ma lo stile di vita può far stare meglio

to delle stesse; cefalea di un tipo diverso da quella eventualmente presente in passato; un sonno non ristoratore; debolezza post esercizio fisico che perdura per almeno 24 ore. Ovviamente devono essere escluse tutte le condizioni mediche che possono giustificare i sintomi del paziente: ad esempio ipotiroidismo, epatite B o C cronica, tumori, depressione maggiore, schizofrenia, demenza, anoressia nervosa, abuso di sostanze alcoliche e obesità. All'inizio degli anni Novanta

descritti per la prima volta in Italia un numero consistente di pazienti con Cfs e riportai 205 pazienti sulla rivista scientifica nel 1993.

POCA INFORMAZIONE

Molto è stato fatto per la diffusione dell'informazione su questa patologia e senza dubbio oggi molte istituzioni e medici, più spesso che nel passato, sospettano o fanno diagnosi di questa patologia nell'ambito della loro attività medica. Peraltro, a livello normativo e a livello ufficiale, la patologia rimane ancora frequentemente un oggetto sconosciuto e i pazienti hanno ovviamente grandi difficoltà non solo nel fare riconoscere la propria patologia, ma nel farsi curare o accettare dai medici che vedono.

Recentemente, nell'ambito di un progetto strategico sulla medicina di genere del mi-

nistero della Salute, l'Agenas (Agenzia nazionale per i servizi sanitari regionali) ha presentato alcune linee guida sulla Cfs, messe a punto da diversi esperti, tra cui il sottoscritto. Su *Pnas* (una delle riviste di medicina più prestigiose) dell'agosto scorso, ricercatori dell'università della California hanno riportato i dati di uno studio sulla Cfs, che ha dimostrato che la malattia ha anomalie metaboliche peculiari che potrebbero portare presto a un test diagnostico. Nello stesso tempo ho individuato, attraverso un test genetico, delle anomalie di geni legati al metabolismo muscolare, energetico e immunologico.

CAUSE SCONOSCIUTE

Comunque la causa della Cfs rimane sconosciuta, ma potrebbe essere una risposta esagerata del sistema immunitario a virus, batteri o funghi, come fa pensare il fatto che la malattia spesso insorge dopo un'infezione. Inoltre, qualcosa di simile alla fatica cronica si registra anche in certi pazienti oncologici dopo la remissione del tumore, in particolare della mammella e dei linfomi.

La Cfs è stata riportata in tutto il mondo, compresa l'Europa, l'Australia, la Nuova Zelanda, il Canada, l'Islanda, il Giappone, la Russia e il Sudafrica. Infatti, ogni anno, il 12 maggio si celebra la giornata mondiale sulla Cfs per condividere sul piano sociale un pensiero di solidarietà verso gli ammalati che quotidianamente si devono confrontare con una malattia così fortemente debilitante. In base ai diversi studi condotti negli Stati Uniti, sia a

San Francisco che a Seattle e in diverse città americane, si stima che negli Stati Uniti vi siano circa 2 milioni di persone che hanno una patologia simile alla Cfs, pertanto si può calcolare che in Italia vi siano circa 500.000 casi di Cfs. La Cfs colpisce soprattutto i giovani e lascia spesso per molti anni una situazione così grave dal punto di vista fisico che impedisce di continuare a lavorare o studiare.

RAPPORTO CON I TUMORI

All'Istituto nazionale tumori di Aviano è stata compiuta una serie di studi, tra i quali la valutazione delle alterazioni immunologiche nei pazienti con Cfs, la valutazione delle alterazioni cerebrali con una sofisticata metodologia di diagnosi radiologica, la Pet, l'eventuale rapporto della Cfs con i tumori maligni, lo studio di nuovi farmaci, in particolare immunoglobuline ad alte dosi, magnesio, acetilcarnitina, antivirali come amantadina e acyclovir e immunomodulatori come timopentina. L'ultimo lavoro scientifico pubblicato nel 2013 riguarda i risultati di uno studio su 741 pazienti trattati con immunoglobuline e antivirali. Purtroppo per ora non vi è alcun farmaco in grado di guarire definitivamente la malattia, anche se spesso i pazienti possono trarre benefici da interventi farmacologici

I pazienti hanno grandi difficoltà nell'accettare il male e farsi curare

ci (antivirali, corticosteroidi, immunomodulatori, integratori) e da modifiche del

lo stile di vita, portando qualcuno alla guarigione e un discreto altro numero a miglioramenti significativi. Negli

ultimi tempi abbiamo impiegato in 75 casi di Cfs l'ossigeno ozonoterapia, ottenendo una riduzione significativa

della sintomatologia di affaticamento nell'80 per cento dei pazienti. L'ossigeno ozonoterapia sembra essere il trattamento più efficace.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



SPOSSATEZZA

Un affaticamento che persiste da sei mesi è fra i sintomi della sindrome da stanchezza cronica, diffusa in tutto il mondo

