

LA SALUTE **AntiAge**

Malattie autoimmuni del FEGATO: a cosa fare attenzione dopo i 40 anni

Sono patologie che colpiscono soprattutto le donne adulte.

Non intervenire per tempo può compromettere la funzionalità di quest'organo così prezioso. I segnali da non sottovalutare

CON LA CONSULENZA DEL DOTTOR MAURO VIGANÒ,
DIRIGENTE MEDICO PRESSO IL REPARTO EPATOLOGIA DELL'OSPEDALE SAN GIUSEPPE DI MILANO

Il fegato è una ghiandola resistente, operosa, che quando ha qualche problema difficilmente lo dà a vedere. Accade così anche quando diventa bersaglio del nostro sistema immunitario. «Il sistema immunitario - spiega il dottor Mauro Viganò, epatologo, - è fatto per aggredire patogeni esterni all'organismo tra cui virus, batteri e funghi. In alcune persone, però, indirizza la propria "aggressività" su organi, tessuti e cellule: è il caso anche delle patologie autoimmuni del fegato». Parliamo di colangite biliare primitiva, colangite sclerosante primitiva, epatite autoimmune e sindrome da "overlap".

L'intervento tempestivo è importante

Anche se non sono ancora state chiarite le cause, esistono delle situazioni che possono in qualche modo favorire l'insorgere delle patologie autoimmuni: di sicuro, la predisposizione genetica, la familiarità, le infezioni virali, l'utilizzo di certi medicinali, l'esposizione a inquinanti e a fattori ambientali possono essere una causa scatenante. Nel caso delle patologie autoimmuni del fegato c'è sicuramente una componente legata al sesso: infatti, tranne che per la colangite sclerosante primitiva, interessano in prevalenza le donne tra i 40 e i 70 anni.



«Queste - spiega il dottor Viganò - sono un gruppo di patologie causate da un'alterazione del sistema immunitario che individua e aggredisce le cellule del fegato e le cellule dei dotti biliari come se fossero elementi esterni all'organismo. Le cellule immunitarie attaccano e distruggono tali tessuti causando infiammazione e cicatrizzazione, con danni permanenti di diversa gravità. Nell'epatite autoimmune il bersaglio sono le cellule del fegato (gli epatociti), nella colangite biliare primitiva sono le cellule dei piccoli dotti biliari, nella colangite sclerosante primitiva vengono interessate le cellule dei grandi dotti. Nella sindrome da "overlap", invece, si possono trovare caratteristiche comuni alle altre patologie. Queste malattie possono essere inizialmente silenti, ma, visto che le loro conseguenze sono serie, tanto da portare a cirrosi e insufficienza epatica, è importante non sottovalutare i segnali che possono emergere anche da alterazioni negli esami generali del sangue che possono essere prescritti dal medico di famiglia per controllare la funzionalità epatica: se ci sono dei valori border line oppure anche solo appena fuori scala, è importante chiedere una valutazione all'epatologo perché possono rappresentare dei campanelli di allarme», raccomanda lo specialista.

I campanelli d'allarme

«Il nostro corpo - spiega il dottor Viganò - spesso prova a segnalarci che qualcosa al suo interno non va come dovrebbe. Lo stesso accade anche nel nostro caso, con manifestazioni di diverso genere, alcune più caratteristiche e facili da riconoscere, altre decisamente più generiche, che solo un medico può interpretare valutando la situazione nel suo insieme. Nella maggior parte dei casi non c'è da allarmarsi ma è bene conoscere alcuni dei possibili sintomi: ecco i più comuni.

- **Prurito localizzato o generalizzato:** ciò accade perché il fegato non è in grado di ridurre i depositi di bile inducendo il corpo a cercare di espellerli tramite l'epidermide. A questo può aggiungersi secchezza della pelle, della bocca o delle zone intime.
- **Pigmentazione giallastra della pelle e della sclera dell'occhio:** si tratta di una condizione nota come ittero, che emerge già in situazioni serie.
- **Incremento di peso con accumulo di liquidi nell'addome** (ascite) e negli arti inferiori (edemi declivi).
- **Dolore addominale:** in alcuni casi un fegato "in difficoltà" provoca dolori addominali, specie nella zona delle costole. È possibile percepirli anche come un riflesso fino alla schiena e può contemporaneamente comparire del gonfiore addominale. Ovviamente si tratta di sintomi generici che vanno fatti valutare dal medico.
- **Stanchezza cronica, dolori diffusi e confusione mentale:** il fegato è l'organo dell'energia e sebbene siano sintomi che comuni a diverse malattie, quando sono dovute al fegato, sono decisamente più invalidanti.
- **Nausea e perdita dell'appetito:** sono da considerare se persistono per molto tempo.
- **Piccoli depositi di grasso sulla cute periorbitale e palpebrale** (xantelasmi) oppure su mani o piedi, gomiti e ginocchia (xantomi).
- **Urina molto scura:** a meno che non vi sia un serio stato di disidratazione o si assumano alcuni farmaci in grado di cambiare il colore dell'urina, questa non dovrebbe essere troppo scura o prendere sfumature aranciate o marroni. Anche in questo caso è meglio contattare un professionista per andare a fondo.
- **Comparsa di lividi:** se un livido dopo aver preso una botta è abbastanza normale, ciò lo è di meno se accade di frequente senza una causa apparente, senza l'assunzione di farmaci anticoagulanti o un trauma anche lieve. Infatti potrebbe trattarsi

Dalla diagnosi alla cura

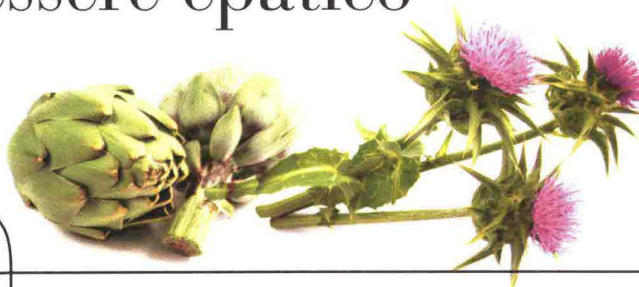
Un primo step per verificare la funzionalità del fegato sono esami comuni. Con un prelievo di sangue si controllano i livelli degli enzimi epatici per verificare la presenza di indici di sofferenza del tessuto epatico: transaminasi (cioè ALT, GPT, AST e GOT, gamma GT), bilirubina diretta e indiretta, fosfatasi alcalina. Poi, in base ai risultati, si procede alla ricerca degli autoanticorpi. Altri approfondimenti vengono eseguiti attraverso il fibroscan, un esame non invasivo che ha quasi del tutto sostituito la biopsia epatica e che valuta lo stato di steatosi e di "rigidità" epatica. Inoltre, si ricorre anche all'ecografia addominale ed eventualmente alla risonanza magnetica e alla TAC addominale. Dopo essere arrivati a una diagnosi, la terapia di riferimento differisce a seconda della patologia. L'epatite autoimmune viene trattata con immunosoppressori: i corticosteroidi servono a ridurre la reattività del sistema immunitario. Per la colangite sclerosante primitiva e per la colangite biliare primitiva la terapia d'elezione è l'acido ursodesossicolico (ursodiolo). In caso di risultati poco soddisfacenti, ora c'è un secondo farmaco che rallenta la progressione di queste forme, ossia l'acido obeticolico.

di un segnale di sofferenza epatica. Lividi e, nei casi più gravi, sanguinamento incontrollabile si verificano nei pazienti con malattie epatiche perché l'organo danneggiato non è in grado di produrre le sostanze necessarie alla coagulazione.

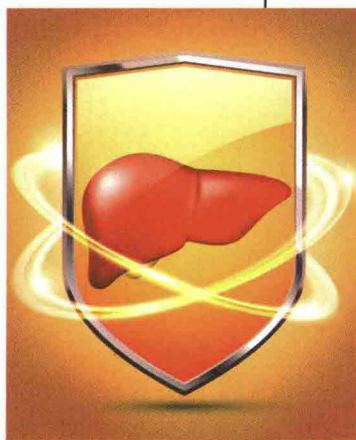


LA SALUTE **AntiAge**

Le piante che aiutano il benessere epatico



Purtroppo, fino a oggi, non esistono misure mediche o comportamentali in grado di prevenire del tutto il processo patologico responsabile delle malattie autoimmuni. Ma qualcosa si può fare. «Rimangono sempre di fondamentale importanza le raccomandazioni per uno stile di vita corretto con un'alimentazione equilibrata e regolare esercizio fisico - spiega il dottor Viganò -. Inoltre bisogna evitare di fumare e vanno limitate fortemente le bevande alcoliche, in particolare i superalcolici. Oltre alle terapie farmacologiche, indispensabili per evitare la progressione delle malattie epatiche autoimmuni, esistono dei classici rimedi fitoterapici che possono sostenere il lavoro del fegato, ma mai sostituire i farmaci». Tra questi, per esempio, il **cardo mariano** che, come il **tarassaco**, è tra i rimedi naturali che ne supportano le funzioni. In erboristeria il cardo mariano viene utilizzato per la preparazione di un concentrato fluido che sfrutta le proprietà delle sostanze contenute nei suoi frutti, come la silimarina. Anche l'**erba d'orzo** è considerata un vero e proprio toccasana per la depurazione del fegato. È ricca di clorofilla, dal potere disintossicante, antibatterico, immunostimolante e alcalinizzante. La radice di **bardana** viene utilizzata per la preparazione di decotti utili per la depurazione del fegato. Inoltre, è ipoglicemizzante e aiuta a tenere sotto controllo il colesterolo. Anche l'estratto di **carciofo** viene utilizzato per aiutare la depurazione del fegato, in particolare in caso di difficoltà digestive, ipercolesterolemia e "fegato grasso".



LA STORIA DI MARCELLA

"Quel consiglio ha cambiato tutto"

A volte gli articoli salvano le vite, quando si leggono ma anche quando si scrivono. «Sono una giornalista - racconta Marcella - e ho scoperto di avere la colangite biliare primitiva grazie a un'intervista che mi venne commissionata anni fa proprio per un giornale delle Edizioni Riza. L'argomento era la stanchezza data da problemi epatici. Tra i vari specialisti, mi misi in contatto con la professoressa Mariagrazia Rumi, responsabile dell'Unità Operativa di Epatologia dell'Ospedale **San Giuseppe** di Milano. Mi diede un'informazione che mi rimase impressa: "Se le transaminasi sono anche solo appena mosse, non dia retta ai medici di altre specialità, ma si faccia valutare da un epatologo". Era da anni che avevo i valori leggermente sopra la norma, ma nessuno ha mai dato peso a questo dato. Inoltre, nel tempo, avevo sviluppato delle malattie autoimmuni, tra cui la tiroidite, e, durante un controllo, furono isolati una sola volta gli autoanticorpi sp100: anche il quel caso, però, non venne data importanza alla cosa. Con gli anni erano emersi e via via si erano fatti più intensi alcuni dei sintomi che poi ho saputo essere tipici della mia malattia: stanchezza, prurito, secchezza oculare, aumento di peso e gambe gonfie più altri piccoli disturbi. All'ennesimo controllo, mi sono ricordata delle parole della dottoressa che avevo intervistato e mi sono convinta a richiedere una visita dall'epatologo. Conclusione: mi è stata diagnosticata una colangite biliare primitiva, per fortuna in una fase non preoccupante. Se non avessi avuto quel consiglio, probabilmente questa malattia sarebbe emersa molto più in là nel tempo, con conseguenze, forse, più serie. Se ci sono valori alterati, quindi, non trascurateli. Anche così ci si prende cura di sé!».