

Salute

INTESTINO IRRITABILE. UNO STUDIO AL BROTZU DI CAGLIARI

Eco e ipnosi contro il male

Ipnosi ed ecografia alleate per sconfiggere la Sindrome dell'intestino irritabile. È il risultato raggiunto da un'équipe dell'ospedale Brotzu di Cagliari, consacrato da uno studio condotto con rigorosi criteri scientifici, per la prima volta in Italia, in una struttura pubblica. Oggi, le persone sottoposte all'innovativo trattamento si sono affrancate, senza l'uso di farmaci, da una patologia di origine psicosomatica (l'intestino irritabile) e dalle sue devastanti conseguenze: dolore, gonfiore, disordine nelle abitudini intestinali, che sconvolgono la qualità della vita. Ora si procederà a una valutazione della durata dei risultati ottenuti. Ma già si pensa di estendere il metodo ad altre patologie.

La ricerca su gruppi di malati (dopo i risultati sui singoli) è nata dalla collaborazione fra Danilo Sirigu (gastroenterologo e radiologo ecografista), Nino Sole (psicoterapeuta, specialista in ipnosi clinica) e Francesco Oppia (gastroenterologo), che hanno messo a punto un protocollo di intervento. È bene tener conto che l'ipnosi clinica è una tecnica già utilizzata nelle migliori università del mondo, Italia compresa. Basti pensare a quanto ha ottenuto Enrico Faccio, di Padova, nel trattamento analgesico di un paziente con melanoma a una gamba.

«Personalmente - dice Sirigu - mi sono accostato a questa disciplina spinto dalla curiosità di capire come situazioni immateriali, ambientali, emozionali (i pensieri, la mente, gli stati d'animo) possano avere un impatto così concreto da modificare l'organismo di una persona». E tiene a precisare di non aver inventato niente di originale: «Esiste una branca scientifica, la Psiconeuroendocrinologia, che mette in relazione la sfera psichica con quella biologica, cioè il sistema nervoso centrale e periferico con l'immunitario e l'endocrino. Io ho pensato che l'ipnosi clinica poteva essere una porta privilegiata per accedere a questo rapporto».

Ma come può avvenire? Premessa: chi soffre di una malattia ben identificata a un organo come l'intestino, finisce per considerarlo un corpo estraneo, un nemico da odiare, causa di gravissimi problemi nella vita di tutti i giorni. Con l'ipnosi e l'ecografia si ripristina il rapporto. «Stando disteso su un lettino (due ore la settimana per quattro mesi) in stato di ipnosi vigile, il paziente prende consapevolezza del proprio organo, lo vede pulsare, sente il flusso del sangue. Al suo fianco, il medico si spoglia della figura auto-

La mente e i pensieri possono indurre modifiche nell'organismo

I medici accompagnano le persone nel vedere e accettare la parte malata

ritaria che lo ha sempre separato dal malato e gli dà un ruolo, la sensazione di essere parte integrante, anzi l'attore principale del suo processo di guarigione. Gli mette a disposizione solo la sua competenza per rispondere a una domanda di aiuto, ma, in pratica, è il paziente che cura se stesso, attingendo a proprie risorse, sviluppando, attraverso cascate emozionali positive provocate dall'ipnosi, una buona predisposizione nei confronti del proprio corpo».

Andando ancora più a fondo, si scopre che «dietro l'emozione, c'è una serie di neurotrasmettitori, messi a disposizione della persona, che cambiano la sua biologia. Specialmente del sistema immunitario». Non è stato facile far accettare tutto que-



Il racconto di un'ex malata
«Il corpo nemico pulsa di vita e ridiventa mio»

Quella che segue è la testimonianza di una paziente sottoposta a ipnosi clinica ed ecografia.

«**C'**è un luogo nel mio corpo, nel quale ho lasciato che il tempo, le ombre, la fatica si depositassero come un accumulo di macerie. I detriti di tutti i non detti, i rovi di tutto il non vissuto, l'amara malinconia del "non essere stata capace". È parte di me, è dentro di me, eppure straniero. Un nemico che mi perseguita con un malessere profondo, incessante.

Non avrei mai immaginato di poter imparare a stare in quel luogo, provare a pensarci in modo "altro" da un sintomo di chissà quale patologica disfunzione, provare a toccarlo con gli occhi, ogni volta che la sonda lo disvela. Non avrei mai pensato di trovare il coraggio di cercare i contorni, la forma, l'essenza di quel luogo di me così a lungo ammalato, il cuore pulsante della mia stanchezza. Eppure... Ecomi... l'ecografia proietta immagini che parlano, onde silenziose e tranquille che raccontano di un altro luogo, di un altro corpo, di altro rispetto al pensiero di me. E allora accade che quel luogo smetta di essere tale terra di esilio della mia sofferenza, per mostrarsi nella sua incredibile capacità di rasserenarsi e rasserenarmi. Lento fluire ritmico, costante.

Nulla stride, non importa riconoscere in quel movimento gli organi, a lungo immaginati diversi, gravati da qualcosa di inimmaginabile. Non importa. Per gli occhi, il cuore e la mente è sufficiente vedere quell'immagine che respira. La vuoi vedere. La imprimi nella tua mente come faresti con un'istantanea del tuo viso, rubata a tua insaputa. E perciò vera, naturale, non in posa, non ritratta. Ciò che vedi, è il quadro di te. E allora, quel benessere intenso, vivo, reale può anche farmi compagnia, fino ad oggi». (l. s.)

Lucio Salis
 RIPRODUZIONE RISERVATA

Un test con dieci pazienti, guariti senza farmaci

Un protocollo per le malattie autoimmuni



Èdurato 4 mesi lo studio per valutare l'efficacia terapeutica dell'ipnosi clinica, associata all'ecografia, nel trattamento della Sindrome dell'intestino irritabile.

È stato selezionato un gruppo di 10 pazienti (9 donne e un uomo di età compresa fra i 22 e i 56 anni) affetti dalla malattia, che sono stati poi sottoposti a due ore di seduta settimanale di ipnositerapia associata alla visualizzazione ecografica degli organi addominali. L'efficacia della cura è stata confrontata con due gruppi di controllo: uno

trattato solo con ipnosi terapia senza ecografia; l'altro con terapia farmacologica.

I parametri esaminati sono stati: dolore, gonfiore, abitudini intestinali e qualità della vita, nonché la differente percezione del dolore. Dopo 4 mesi, è emerso un reale miglioramento nei soggetti trattati con ipnositerapia rispetto alle terapie alternative, specialmente a quella farmacologica. In concreto, l'ipnosi-ecografia si è dimostrata utile riguardo a tutti i parametri presi in esame. I progressi più sensibili sono stati regi-

strati riguardo al dolore.

Pur tenendo conto della limitatezza del campione, gli autori dello studio (Danilo Sirigu, Nino Sole, Francesco Oppia e Monica Musio) sono convinti che abbia buone prospettive di applicazione anche ad altre patologie. E hanno così elaborato un protocollo da applicare alla malattia autoimmuni (morbo di Crohn, Diabete ecc.) e al trattamento del rigetto nei trapiantati, dove si manifesta il problema psicologico creato dalla presenza dell'organo estraneo. (l. s.)

RIPRODUZIONE RISERVATA