

TERAPIA RIABILITATIVA DELLA STIPSI

La riabilitazione ano-rettale si propone di migliorare le funzioni fisiologiche del complesso perineale, per un'ottimale qualità di vita del paziente. A tal proposito, si rileva necessario ottenere un buon ripristino della sensibilità e della contrattilità dello sfintere esterno e del muscolo pubo-rettale. Nel contempo è utile stimolare la compliance ampollare e la corretta sinergia addomino-perineale. Presupposto fondamentale per un approccio riabilitativo mirato, è la valutazione clinica del singolo caso, attraverso indagini strumentali specifiche che consentono di selezionare i pazienti. In quest'ottica il paziente viene preventivamente istruito dal medico, in sede di visita, al cosiddetto "toilet training", comprendente una serie di misure igienico-dietetiche e comportamentali volte alla regolarizzazione dell'alvo.

Un'adeguata dieta consente di normalizzare la consistenza fecale, introducendo, se necessario, eventuali "ammorbidenti", in modo da correggere la velocità del transito colico. Inoltre, sono fornite precise indicazioni relative alle norme comportamentali da adottare. Il paziente viene istruito a liberare l'ultimo tratto dell'intestino ad orari prefissati e precisi.

Il protocollo riabilitativo vero e proprio consta di una serie di fasi a carattere sequenziale, che facilitano la presa di coscienza di questa regione corporea. L'acquisizione della fase successiva non può avvenire senza l'apprendimento della fase precedente. Ad ogni seduta la sequenza viene ripresa dall'inizio, aggiungendo nuovi passaggi. Prima di iniziare il trattamento, vengono fornite al paziente spiegazioni di anatomia e fisiologia anale e pelvica, illustrando le modalità e le finalità della rieducazione. Il paziente deve comprendere la primarietà del suo ruolo nel raggiungimento dell'obiettivo terapeutico. Va quindi sottolineata l'importanza di una quotidiana, continua ripetizione degli esercizi, per conquistare un corretto coordinamento muscolare, favorendone l'automatizzazione.

Il Programma sequenziale riabilitativo prevede:

- presa di coscienza,
- miglioramento della sensibilità e della compliance degli organi cavi pelvici,
- l'eliminazione di eventuali sinergie muscolari agoniste e/o antagoniste,
- il miglioramento del tono e della forza contrattile della muscolatura perineale,
- il miglioramento della capacità di rilassare la muscolatura perineale e sfinteriale durante la defecazione,
- l'ottimizzazione degli automatismi addomino-perineali.

Le tecniche utilizzate prevedono:

- Biofeedback,
- Stimolazione elettrica funzionale,
- Chinesiterapia,
- Stimolazioni volumetriche endoluminali.

Concludendo, il fine di questo trattamento è quello di rinforzare la muscolatura del pavimento pelvico, in modo da ripristinare il fisiologico meccanismo della defecazione.