

Le Malattie Respiratorie

I trattamenti termali per le vie respiratorie

Perché ricorrere alle cure termali?

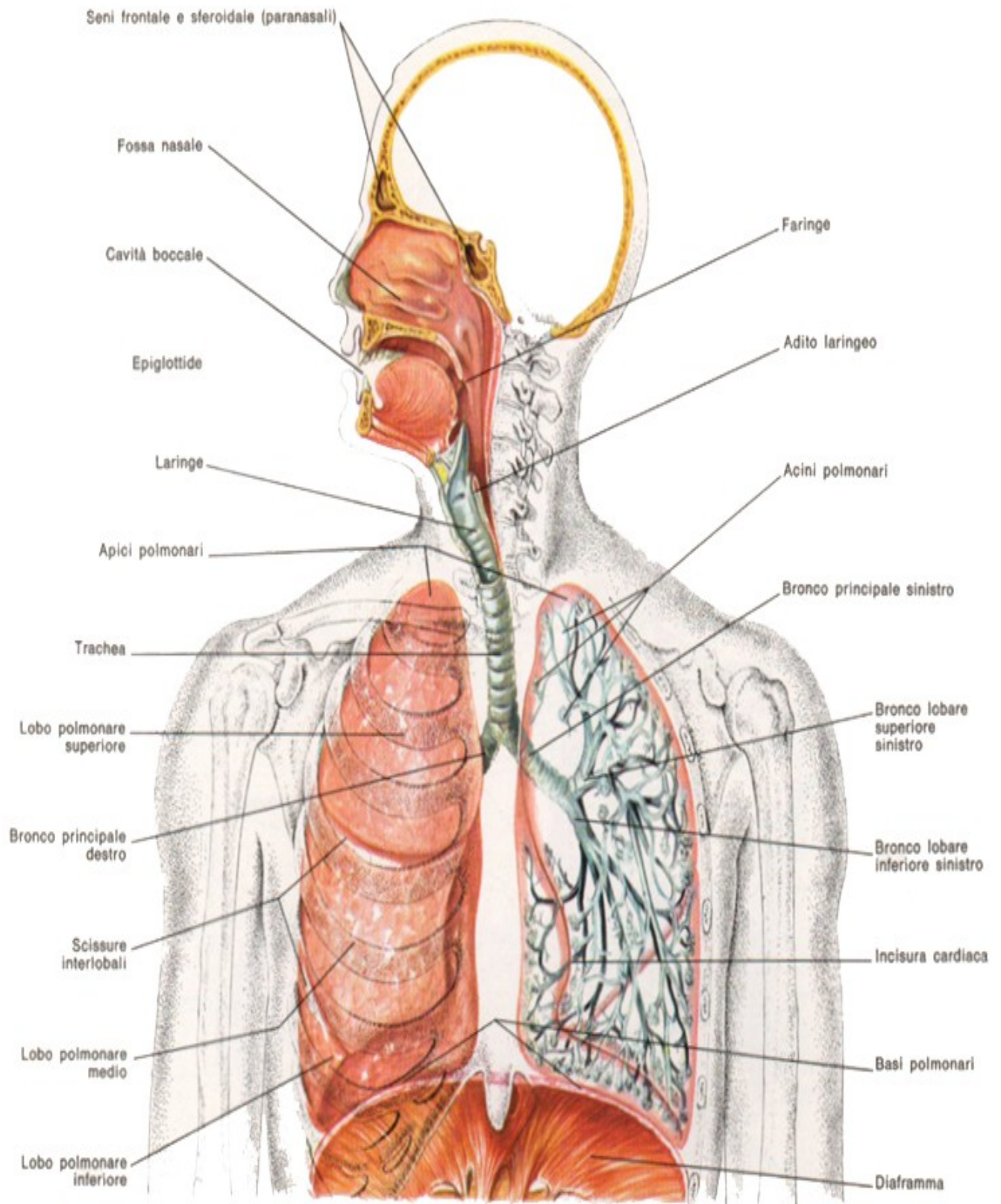
La risposta è semplice, le malattie respiratorie sono malattie molto invalidanti, spesso a decorso cronico, difficili da trattare sia per la mancata aderenza alla terapia da parte dei malati che per la tossicità e la scarsa risposta ai farmaci comunemente utilizzati. Le cure termali, in tutti i soggetti con malattie respiratorie, hanno scarsi e pochi effetti collaterali, i risultati clinici, hanno dimostrato una riduzione della frequenza e della gravità delle recidive, in alcuni casi la guarigione completa, il miglioramento della qualità della vita e della capacità lavorativa, la riduzione dei farmaci abitualmente assunti, una netta riduzione dell'ospedalizzazione.

I dati epidemiologici dicono che le malattie respiratorie sono in aumento, il fenomeno a cosa è dovuto?

I dati forniti dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) stimano che attualmente centinaia di milioni di persone soffrono di malattie respiratorie croniche, circa 300 milioni per l'asma, 80 milioni con broncopatia cronico ostruttiva (BPCO) di grado moderato o grave, altri milioni soffrono le conseguenze di BPCO lievi, riniti allergiche e altre patologie respiratorie croniche. L'apparato respiratorio è composto di strutture costantemente in contatto diretto con l'ambiente esterno (l'aria inspirata) è potenzialmente vulnerabile agli attacchi di virus e batteri, ed è in costante contatto con sostanze potenzialmente allergizzanti, insieme ai cambiamenti climatici, l'abitudine al fumo, l'inquinamento atmosferico e l'esposizione professionale sui luoghi di lavoro, fattori genetici, le diete e le infezioni, sono responsabili dell'aumento di queste malattie nella popolazione generale.

Cosa s'intende per apparato respiratorio?

Per meglio comprendere alcune malattie è necessario dire che il sistema (o apparato) respiratorio parte dalle cavità nasali e arriva agli alveoli polmonari, strutture a forma di acini che garantiscono il passaggio dell'ossigeno nel sangue ed eliminare anidride carbonica, a ogni atto respiratorio. Il sistema respiratorio inizia proprio con il naso, seguito da faringe, laringe, trachea, che costituisce le vie aeree superiori, la trachea si divide in due grossi bronchi principali che a loro volta danno origine ai bronchioli e infine agli alveoli polmonari, parte funzionale dei polmoni, bronchi, bronchioli e polmoni, fanno parte delle vie aeree inferiori.



Quali sono le malattie che colpiscono l'apparato respiratorio e quali disturbi comportano?

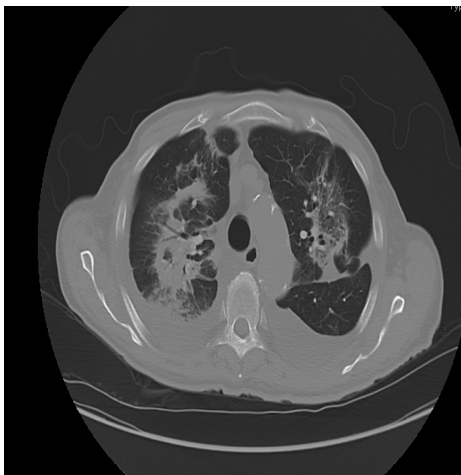
Le malattie respiratorie possono essere distinte in due categorie principali:

- ✓ Acute
- ✓ Croniche Ostruttive

Le forme acute che colpiscono il sistema respiratorio prendono il nome dalla parte colpita e sono in genere causate da infezioni virali e batteriche e sostanze allergizzanti. Esse sono: faringite, laringite, tracheite, rinite allergica, il raffreddore comune e l'influenza. Alcune forme acute, in generale, tendono a coinvolgere più organi in ordine, rino-faringe, trachea bronchi e polmoni, in conseguenza del fatto che, dall'esterno andando verso l'interno, ogni organo costituisce una sorta di "barriera di difesa", superata il quale la malattia può continuare nel suo attacco e coinvolgere le vie aeree inferiori. Si manifestano generalmente con tosse, febbre e dolori articolari diffusi, si risolvono in breve tempo.

Le Malattie respiratorie croniche ostruttive sono:

- ✓ Asma; l'asma è una malattia infiammatoria cronica delle vie aeree, associato a bronco costrizione. I sintomi sono tosse (secca o produttiva), fischi e sibili, dispnea (fame d'aria) e costrizione toracica. Generalmente è su base allergica e colpisce soprattutto i bambini. E' una malattia in continua crescita a causa dell'aumento degli inquinanti atmosferici (polveri sottili.)
- ✓ Broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO); la broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO) è una malattia caratterizzata da ostruzione non completamente reversibile, al flusso aereo, generalmente progressiva e associata a un'abnorme risposta infiammatoria del polmone dovuto all'inalazione di particelle di gas nocivi, primariamente quelle causate dal fumo di sigaretta. Nella maggior parte dei casi si manifesta con tosse cronica persistente e/o dispnea. Di seguito rappresentazione di TAC del polmone e Radiografia del Torace con quadro di polmonite in soggetto con BPCO



- ✓ Sindrome da apnee ostruttive del sonno (OSAS); la



sindrome da apnee ostruttive del sonno (OSAS) è caratterizzata da episodi ricorrenti d'interruzione del flusso aereo respiratorio durante il sonno determinata dal collasso delle vie aeree superiori a livello della faringe. I sintomi della patologia sono dati principalmente da episodi di sonnolenza diurna e russamento. Rappresenta un fattore di rischio per malattie cardiovascolari.

- ✓ Le bronchiectasie: sono dilatazioni croniche di uno o più bronchi dovute a infezioni croniche con distruzione delle strutture bronchiali. La presenza di tali dilatazioni rende il paziente suscettibile a infezioni croniche ricorrenti. I sintomi sono dati da tosse cronica ricorrente con espettorato abbondante e purulento determinato dalle infezioni, difficoltà

respiratoria. Talvolta può essere presente emottisi (emissione di sangue dalla bocca.)

- ✓ Rinite cronica; è caratterizzata da gonfiore e vasodilatazione della mucosa nasale, rinorrea purulenta (naso che cola) e ostruzione nasale e alcune volte emorragia, spesso la causa è infettiva.
- ✓ Rinite perenne; è la rinite non stagionale, che può essere di tipo allergico o non allergico, talora complicata da sinusite, polipi nasali. I sintomi variano nell'arco dell'anno. L'ostruzione nasale cronica è spesso considerevole.
- ✓ Sinusite cronica; è un'infiammazione dei seni paranasali, cavità collocate sopra la radice del naso nell'osso frontale del cranio, la causa è dovuta a infezioni virali, batteriche o da funghi o a reazioni allergiche. È caratterizzata da rigonfiamento della mucosa e ristagno di materiale muco-purulento condensato. La sinusite cronica difficilmente risponde alla terapia antibiotica. Si manifesta generalmente con mal di testa in sede frontale.

Quanto può essere utile la cura termale rispetto ai farmaci in queste malattie?

Gran parte delle malattie respiratorie hanno un andamento cronico e degenerativo e costringe all'uso a lungo termine di farmaci spesso non risolutivi e alcune volte tossici. L'intervento delle cure termali migliora il quadro clinico e rallenta l'evoluzione della malattia; in linea generale agiscono sia sul sintomo sia sul danno anatomico funzionale, quest'ultimo effetto è necessario a rallentare o ad arrestare la progressione della malattia. È opportuno ricordare che per alcune malattie respiratorie, la terapia termale può essere risolutiva, mentre nella maggior parte dei casi si può ottenere un miglioramento sintomatologico e funzionale, ma non la guarigione. In tutti i modi, vari studi hanno dimostrato che gli interventi con mezzi termali riducono il numero e l'uso di farmaci, migliorano il loro effetto, riducono le recidive e il numero dei ricoveri dei pazienti con malattie respiratorie croniche.

Il trattamento termale può essere associato alla terapia farmacologica?

Tutti i soggetti con malattie respiratorie acute o croniche con riacutizzazione che presentano un quadro clinico compromesso, devono essere sottoposti a terapia farmacologica con antibiotici e broncodilatatori, cortisonici e antistaminici a domicilio e se il caso ricoverarli in ospedale. Nei soggetti che presentano insufficienza respiratoria acuta e cronica infettiva o allergica di grado lieve, l'associazione con farmaci e i trattamenti termali, è possibile, anzi è consigliabile, prepara e migliora gli effetti della terapia termale, riduce l'uso dei farmaci e il tempo di guarigione. Previene la riacutizzazione, migliora la qualità della vita, riduce la mortalità.

Quali delle malattie respiratorie elencate trovano indicazioni alla terapia termale?

- ✓ Bronchite croniche semplici e con componente ostruttiva
- ✓ Bronco ectasie
- ✓ Riniti acute e croniche
- ✓ Faringite croniche
- ✓ Laringite croniche
- ✓ Sinusite
- ✓ asma bronchiale

Quali sono i mezzi termali utilizzati?

Principalmente sono utilizzate le acque e in particolar modo le acque solfuree e le salse bromo-iodiche. Trovano anche impiego le acque bicarbonate -calciche e le acque radioattive.

Dove e come sono somministrate?

I trattamenti termali vanno eseguiti nelle stazioni termali diffuse sul tutto il territorio nazionale.

Le metodiche utilizzate sono:

- ✓ Inalazione caldo –umida
- ✓ Nebulizzazione (individuale o collettivo)
- ✓ Aerosol
- ✓ Umane (inalazione di vapori caldi) individuale o collettivo
- ✓ Irrigazione nasale

L'inalazione calde umide, sono utilizzate principalmente per le vie respiratorie alte perché erogano particelle di acqua più grosse, aerosol e l'humage, in grado di penetrare in profondità, sono utilizzate per le basse vie aeree.

Quali sono i risultati più importanti di un trattamento termale sull'apparato respiratorio?

- ✓ Azione antiinfiammatoria e decongestionante
- ✓ Azione mucolitica
- ✓ Umidificazione delle mucose delle vie respiratorie
- ✓ Aumento delle difese immunitarie
- ✓ Azione di riparazione sulle mucose
- ✓ Azione battericida
- ✓ Prevenzione della riacutizzazione

I farmaci sono sostanze il cui meccanismo d'azione è conosciuto, per i mezzi termali è la stessa cosa?

Gli effetti biologici delle acque termali sono stati e sono oggetto di studi scientifici che ne hanno dimostrato l'efficacia terapeutica. Le acque solfuree sono acque che possiedono una quantità di acido solfidrico (H₂S), un gas formato da idrogeno e zolfo, presente in quantità superiore a 1 mg per litro che li conferisce il caratteristico odore di uova marce, sono tra le più studiate e le loro azioni biologiche sono tra le più conosciute. La loro azione biologica è dovuta alla presenza dell'acido solfidrico (H₂S), che a contatto con le mucose provoca un'intesa vasodilatazione dei vasi sanguigni con effetto benefico e rivitalizzante e rigenerante. Inoltre H₂S interviene nei legami chimici delle proteine che compongono il muco, determinandone la frammentazione e quindi la fluidificazione, facilitandone l'eliminazione (azione mucolitica). Il H₂S ha anche un'azione germicida e fungicida, sottrae ossigeno ai microorganismi, bloccando la loro moltiplicazione al pari degli antibiotici e degli antimicotici. Inoltre si è dimostrato che l'utilizzo delle acque solfuree aumentano le difese immunitarie perché facilita la produzione di anticorpi soprattutto gli anticorpi di superficie, le IgA, presenti sulla mucosa dell'apparato respiratorio, riducono e regolano la produzione delle sostanze che intervengono nei processi infiammatori (azione antinfiammatoria).

Le acque salso –bromo- iodiche sono in grado di agire sulla secrezione bronchiale sia per la loro tonicità (carica di sostanze) che per la composizione chimica. Impiegate in soluzione concentrate attirano acqua all'interno della secrezione favorendone lo scioglimento, attivano alcuni enzimi responsabili della rottura delle proteine del muco e ne facilitano l'eliminazione (azione mucolitica) Stimolano la rigenerazione della mucosa delle vie aeree e riducono la flora batterica.

D'interesse particolare sono gli studi sull'utilizzo delle acque bicarbonate -calciche e le acque radioattive sull'asma bronchiale. L'anidride carbonica liberata in piccole quantità dalle acque bicarbonate, utilizzate per inalazione, agisce da anestetico locale, risolvendo il broncospasmo sia nell'asma allergico sia nella bronchite croniche asmatiche. Le acque radioattive sono utilizzate con successo nell'asma bronchiale di tipo allergico grazie al loro effetto favorevole sulla risposta dell'adrenalina, nota sostanza ad attività broncodilatatrice.

Esistono periodi più adatti per sottoporsi alla terapia termale?

Poiché le malattie respiratorie si presentano e si riacutizzano nel periodo invernale, per la prevenzione è consigliabile la stagione autunnale.

I mezzi termali hanno effetti collaterali?

In corso di terapia termale possono verificarsi riacutizzazione dei sintomi con peggioramento della sintomatologia, non sono fenomeni molto frequenti e si verificano soprattutto a carico delle vie aeree superiori, se il quadro clinico tende a peggiorare nei trattamenti successivi, è necessario sospendere il trattamento. Possono inoltre verificarsi fenomeni d'intolleranza e la cosiddetta crisi termale, quest'ultima si manifesta con mal di gola, congestione nasale, secrezioni abbondanti, ecc., tutti segni di riaccensione dei processi infiammatori, in genere la sintomatologia tende a risolversi nell'arco di una giornata e non è necessario sospendere il trattamento.

Ci sono controindicazioni?

Le principali controindicazioni alla terapia termale sono costituite da malattie acute o croniche riacutizzate con grave insufficienza respiratoria.

Conclusioni

La medicina termale, al pari di altre specialità medica, si basa sull'evidenza scientifica, l'uso dei mezzi termali in Italia non è sufficientemente diffuso, è necessario sensibilizzare la popolazione e i sanitari all'utilizzo e alla prescrizione. La terapia termale è un efficiente e consolidato mezzo di cura e di prevenzione per molte malattie croniche, come quelle respiratorie, riduce drasticamente l'uso dei farmaci, previene le recidive, accorcia il tempo di guarigione, riduce gli effetti negativi sulla qualità della vita e sulla disabilità, riduce il numero dei ricoveri e la mortalità.