

Coliti e sindrome del colon irritabile

Le coliti

Colite è un termine che fa pensare ad una infiammazione del colon. In realtà il termine è spesso usato in modo inappropriato.

Dal punto di vista patologico si possono identificare:

- Sindrome del colon irritabile, impropriamente detta colite spastica:
 - è la patologia più comune e meno grave;
 - è di natura **funzionale** e sempre benigna;
 - non ha una componente infiammatoria;
 - può essere affrontata con la fitoterapia.
- Coliti infettive:
 - provocate da agenti microbici: tifo, colera, salmonellosi ecc.;
 - il ruolo della fitoterapia è marginale.
- Morbo di Crohn e rettocolite ulcerosa.
 - patologie organiche molto serie di stretta competenza medica.

Il Colon irritabile

Si tratta di una sindrome (insieme di sintomi):

- dolori addominali ricorrenti, spesso post-prandiali, che scompaiono dopo la defecazione;
- stipsi, oppure
- diarrea

Si presenta in varie forme cliniche; la più frequente è quella con dolore e stipsi, detta anche “colite spastica”. Spesso si ha anche una forma mista, con dolore ed alternanza di diarrea e stipsi, e talvolta abbiamo anche diarrea cronica intermittente, spesso senza dolore (che in questo caso in genere non viene diagnosticata).

Le cause

È un disturbo funzionale con eziologia incerta, comunque tipicamente multifattoriale:

- è sempre presente un’alterata peristalsi, con comparsa di spasmi della muscolatura intestinale che determinano il dolore;
- vi è un’aumentata sensibilità dei recettori allo stiramento, probabilmente prima fonte del dolore;
- è probabile anche la diminuzione della soglia del dolore a livello del Sistema Nervoso Centrale;
- ha importanti implicazioni psicosomatiche.

È stato osservato che lo stress cronico peggiora la sintomatologia mentre sono assenti cause alimentari specifiche (contrariamente a quanto ritenuto da molti pazienti), con la sola eccezione di cibi ricchi di polisaccaridi digeribili che stimolino la formazione di gas intestinali.

I pazienti

- sono sempre ansiosi, spesso depressi;
- spesso sono adolescenti, ma talvolta anche in età pediatrica;
- è un po’ più frequente nelle donne.

La prognosi

Molti medici sostengono che:

“tra le malattie croniche, non ce n’è una così assolutamente benigna e così assolutamente fastidiosa come il colon irritabile”

Lo stato clinico non peggiora ma permane inalterato per lungo tempo. La patologia tende però ad attenuarsi lentamente con l’età, talvolta fino a scomparire. È stato anche detto che:

“oggettivamente, il colon irritabile è un problema molto più grave per il medico che lo deve trattare di quanto non lo sia per il paziente che ne soffre”.

La diagnosi

La sintomatologia è analoga a quella iniziale di gravi patologie dell'intestino (colite ulcerosa, carcinoma ecc.); quindi è importante una diagnosi differenziale per escludere tali gravi patologie organiche. Un elemento diagnostico è la durata: se il disturbo è presente da lungo tempo, è molto probabile che si tratti di colon irritabile.

Il trattamento

- psicologico:
 - convincere il paziente che non ha nulla di grave;
 - e che l'attenzione eccessiva al tubo digerente peggiora la sintomatologia.
- sintomatico:
 - ispagula cuticola, sia nelle fasi di stipsi sia in quelle di diarrea;
- causale:
 - ansiolitici, per la componente psicosomatica;
 - la fitoterapia propone l'utilizzazione dell'olio essenziale di menta.

La menta

La droga è costituita dalle foglie di *Mentha x piperita*, una Lamiacea di origine europea ma oggi coltivata in tutto il mondo. Il principio attivo è il mentolo, che costituisce circa il 50% dell'olio essenziale ottenuto dalle foglie per distillazione in corrente di vapore.

La farmacologia del mentolo

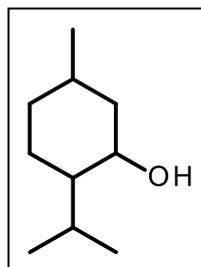
Il mentolo possiede due proprietà che possono intervenire nel colon irritabile:

- inibisce i recettori sensoriali e nocicettivi;
- ha una blanda attività spasmolitica.

In particolare l'inibizione dei recettori nocicettivi

collegati allo stiramento della muscolatura liscia nel corso della peristalsi può intervenire su una delle cause scatenanti il dolore. Anche la componente spasmolitica può giocare un ruolo, pur se secondario.

Ci sono però dei problemi cinetici: il mentolo somministrato per via orale viene assorbito facilmente e viene eliminato velocemente, quindi non raggiunge la parete dell'intestino crasso, dove dovrebbe agire. Per superare questo problema sono state messe a punto delle formulazioni che permettono al mentolo di raggiungere il colon ad una concentrazione sufficiente per esercitare la sua azione, ad esempio Colpermin® (non registrato in Italia, ma acquistabile on-line).



È utilizzato l'olio essenziale (200 mg) che viene disciolto in una massa grassa, solida alla temperatura corporea. Durante il transito nell'intestino il mentolo diffonde lentamente attraverso la superficie della massa grassa e quando questa giunge nel crasso è ancora presente una quantità di principio attivo sufficiente ad esercitare l'effetto. La massa viene racchiusa in una capsula gastroresistente per evitare che l'intensa azione meccanica dello stomaco spezzi la massa e la riduca in piccoli frammenti con un'ampia superficie esposta, attraverso la quale il mentolo diffonderebbe velocemente, prima di raggiungere il colon.

La clinica

Uno dei primi esempi

Studio clinico randomizzato, a doppio cieco, contro placebo, su 110 pazienti.

Preparato: capsule gastroprotette da 200 mg O.E. (Colpermin) 3 volte al dì.

Risultato:

- Colpermin: miglioramento o scomparsa di tutti i sintomi considerati nell'80% dei pazienti.
- Placebo: miglioramento o scomparsa di tutti i sintomi considerati nel 35% dei pazienti.
- Effetti collaterali assenti in entrambi i gruppi.

Conclusione:

Colpermin was effective and well tolerated by patients with IBS symptoms.

It may be considered as a drug of choice in the treatment patients with IBS.

Liu et al. *J Gastroenterol*, 1997

Il campo pediatrico

Spesso il "mal di pancia" accusato dai bambini viene interpretato dai genitori come una scusa per evitare la scuola o altra situazione sgradevole. Talvolta però si tratta di dolori reali, magari scatenati da cause psicosomatiche, che rappresentano una forma iniziale di sindrome del colon irritabile.

Studio clinico randomizzato, a doppio cieco, contro placebo su 42 bambini.

Preparato: capsule gastroprotette di olio essenziale di menta, 3 al giorno.

Risultato:

Variazione della sintomatologia dopo 2 settimane

Trattamento	molto peggiorata	peggiorata	nessun effetto	migliorata	molto migliorata
Placebo	10%	19%	28%	43%	0%
Menta O.E.	0%	0%	29%	29%	42%

Si può vedere come la sintomatologia del 71% dei bambini trattati con l'essenza di menta sia complessivamente migliorata (e per quasi la metà sia *molto* migliorata) mentre non si è rilevato nessun peggioramento. Dei bambini trattati con il placebo, quasi un terzo è peggiorato ed altrettanti sono migliorati, a conferma del forte influsso dell'effetto placebo (positivo e negativo) in questa patologia.

Kline et al. *J Pediatr*, 2001

Una prima metanalisi

Metanalisi su 16 studi clinici con 651 pazienti. Si verifica l'efficacia delle capsule gastroprotette di O.E di menta da 200 mg.

La percentuale di risposte di "pieno successo" è del 58% per l'essenza di menta, mentre è del 29% per il placebo. I farmaci convenzionali usati in questa patologia, gli anticolinergici, non danno percentuali di miglioramento superiori e, a causa della minore incidenza di effetti collaterali, gli autori della metanalisi propongono la menta come il farmaco di prima scelta.

Conclusione:

Peppermint Oil may be the drug of first choice in IBS patients with non-serious constipation or diarrhea to alleviate symptoms and to improve quality of life.

Grigoleit HG, *Phytomedicine*, 2005

La valutazione oggi

Le conclusioni del 2005 sono state confermate da una metanalisi del 2019 che ha preso in esame 12 studi clinici su complessivamente oltre 800 pazienti. Gli autori chiudono la loro metanalisi con le seguenti parole:

Enteric-coated peppermint oil is a safe and effective therapy for the relief of abdominal pain and global symptoms in adults with IBS [Alammar et al, *BMC Complement Altern Med*, 2019].

L'unico effetto collaterale riportato è qualche caso di bruciore da reflusso gastroesofageo.

Dal 2019 Colpermin è registrato anche in Italia come medicinale: SOP se in confezioni da 30 capsule e con obbligo di ricetta ripetibile se in confezioni da 100 capsule.

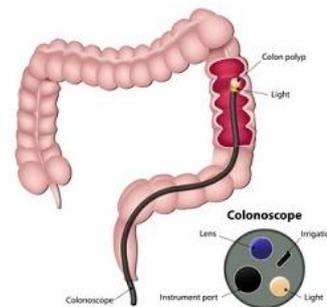
Una utilizzazione originale

Riportiamo di seguito riportata una utilizzazione poco nota dell'olio essenziale di menta che ha poco a che vedere con il colon irritabile, ma è legata all'azione spasmolitica del mentolo.

L'essenza di menta nella colonoscopia

La colonoscopia permette di valutare lo stato del colon, di individuare eventuali polipi precancerosi e di eliminarli. I colonoscopi moderni sono costituiti da un sottile tubo flessibile manovrabile dall'esterno che viene introdotto attraverso l'ano e guidato lungo tutto il colon; l'attrezzo contiene delle fibre ottiche che permettono di illuminare l'interno del colon e di trasferire l'immagine su di uno schermo. È dotato anche di un laccio in acciaio che permette di tagliare i polipi eventualmente presenti, e di un condotto che permette di irrorare l'interno del colon con eventuali farmaci.

Tuttavia l'inserimento del colonoscopio nel crasso provoca in molti soggetti sensibili un riflesso spastico che ostacola l'ingresso dello strumento, genera dolore e rende ancora più spiacevole l'esame. Tale riflesso può essere bloccato dall'effetto spasmolitico del mentolo. Si utilizza a tale scopo un'emulsione dell'olio essenziale, che viene introdotta attraverso il colonoscopio.



Studio clinico su 409 pazienti.

Due mL di olio essenziale di menta emulsionati in 200 mL di acqua, somministrati attraverso il colonoscopio.

Risultato:

Effetto spasmolitico nell'85 % dei trattati, a 20 sec dal trattamento, con durata per 20 minuti.

Conclusione:

Semplice e sicura alternativa al trattamento sistemico con bloccanti colinergici o con glucagone.

Asao et al. *Gastrointest. Endosc.* 2001

Studio clinico su 226 pazienti:

L'uso del mentolo durante la colonoscopia migliora la quota di individuazione di adenomi della mucosa intestinale (polipi).

Inoue et al, *Endoscopy*, 2014