



Prolasso pelvico, l'incontinenza può essere un sintomo

Il **prolasso pelvico** è un problema tipicamente femminile causato da vari fattori, come ad esempio uno o più parti naturali, la menopausa o semplicemente l'avanzare dell'età. L'**incontinenza può essere uno dei sintomi del prolasso pelvico**, ma prima di giungere ad una diagnosi – che deve essere comunque fatta da uno specialista, eventualmente con l'aiuto di alcuni esami specifici – ci sono altri elementi da tenere in considerazione.

Il prolasso pelvico è un problema tipicamente femminile causato da vari fattori, come ad esempio uno o più parti naturali, la menopausa o semplicemente l'avanzare dell'età. L'incontinenza può essere uno dei sintomi del prolasso pelvico, ma prima di giungere ad una diagnosi – che deve essere comunque fatta da uno specialista, eventualmente con l'aiuto di alcuni esami specifici – ci sono altri elementi da tenere in considerazione.

Si parla di prolasso quando la muscolatura del pavimento pelvico, che sostiene gli organi presenti nel bacino, diventa meno tonica e quindi uretra, vescica, utero e retto perdono la loro posizione abituale scendendo verso il basso. In questi casi si parla di **cistocele** (prolasso della vescica), **isterocele** (prolasso dell'utero) e **rettocele** (prolasso del retto).

Spesso il **prolasso della vescica si associa** ad una forma di incontinenza detta da sforzo, che consiste nella perdita involontaria di urina in determinate situazioni, cioè quando chi ne soffre fa uno sforzo fisico, solleva un peso, fa le scale oppure ride, tossisce e starnutisce. Questo può essere dovuto all'indebolimento dei legamenti che sostengono l'uretra e la vescica; nel caso di **incontinenza dovuta a prolasso** può essere necessario effettuare alcuni esami di approfondimento per individuare la terapia.

L'associazione di queste due problematiche – prolasso e incontinenza da sforzo - è abbastanza comune, soprattutto negli stadi iniziali del prolasso, mentre in una fase più avanzata in genere tende a ridursi a causa dell'ostruzione dell'uretra da parte del prolasso stesso. Negli stadi avanzati di prolasso, inoltre, può manifestarsi una forma di **incontinenza da urgenza**, che determina uno stimolo improvviso e difficile da gestire: questo può succedere a causa della distensione dei recettori da stiramento presenti sulla parete della vescica, che provoca l'iperattività del muscolo detrusore che circonda la vescica.

In alcuni casi, in presenza di un prolasso possono essere utili alcuni **esercizi di ginnastica pelvica** per rafforzare i muscoli del pavimento pelvico, mentre in altri, attentamente valutati da uno specialista, può essere necessario ricorrere ad un intervento chirurgico che prevede la collocazione di un supporto artificiale che impedisca la discesa di vescica e uretra e allevi così il sintomo dell'incontinenza urinaria.