



Prolasso vescicale, quando la vescica perde la sua posizione anatomica

Il **prolasso vescicale**, o **cistocele**, è una patologia che si verifica quando la vescica si sposta dalla sua posizione anatomica a causa di un indebolimento della parete vaginale. Tra i sintomi principali ci sono disfunzioni vescicali e fastidio alla vagina dopo essere state per molto tempo in piedi.

Il prolasso vescicale è dovuto generalmente ad un indebolimento del pavimento pelvico, cioè dei muscoli posti nella zona pelvica che hanno il compito di sostenere uretra, vescica, intestino e utero: ciò comporta una discesa della vescica nella vagina. Il cistocele si può classificare in tre gradi, dal grado 1, più lieve, al grado 3, quando addirittura la vescica sporge dall'apertura vaginale.

Quali sono le cause del prolasso della vescica?

L'indebolimento del pavimento pelvico e delle pareti vaginali che porta al prolasso vescicale può avere diverse cause. Ad essere maggiormente a rischio di cistocele sono le donne che hanno partorito molti bambini, in quanto la muscolatura interessata potrebbe non riacquistare l'elasticità e la tonicità a causa dello sforzo intenso di uno o più travagli.

Un altro importante fattore di rischio è costituito dall'invecchiamento e dalla menopausa, che determina una diminuzione degli estrogeni, responsabili della salute dei muscoli vaginali. Anche la genetica gioca un ruolo importante: alcune donne, infatti, sono geneticamente più predisposte al cistocele.

Altre **cause del prolasso vescicale** sono sovrappeso e obesità, tosse cronica e bronchite, stitichezza e il sollevamento di oggetti pesanti in maniera errata, tutti fattori che sottopongono il pavimento pelvico a traumi e stiramenti che, a lungo andare, possono portare al cistocele.

Prolasso vescicale, i sintomi principali

I **sintomi del prolasso alla vescica** in genere non sono pericolosi per la salute ma possono essere fastidiosi e imbarazzanti per chi ne soffre, tanto da pregiudicare la qualità della vita. Tra i sintomi principali ci sono una sensazione di pressione nella zona pelvica e vaginale, specie dopo molte ore trascorse in piedi, l'impressione di non essere riuscite a svuotare completamente la vescica dopo la minzione, dolore quando si ride, si tossisce o durante i rapporti sessuali, [incontinenza urinaria](#) quando ci si sottopone ad un piccolo sforzo, ricorrenti infezioni vescicali e la fuoriuscita della vescica dall'apertura vaginale.

Cistocele, le possibili terapie

In caso di cistocele lo specialista a cui rivolgersi è il ginecologo, che esaminerà la storia clinica della paziente ed esaminerà il problema e la sua gravità. In caso di una forma molto lieve di prolasso della vescica spesso non è necessario nessun trattamento particolare, ma con l'aggravarsi del problema (o anche a titolo di prevenzione) [Lines Specialist](#) consiglia di eseguire gli [esercizi di Kegel](#) per rafforzare il pavimento pelvico: se eseguiti con molta costanza questi esercizi permettono di ottenere grandi benefici. Tuttavia il trattamento chirurgico, quando indicato, rappresenta sempre la prima scelta di trattamento.

Tra i **trattamenti non chirurgici per il cistocele** ci sono anche il pessario e le terapie a base di estrogeni. Il primo è un anello in gomma o in plastica che viene inserito nella vagina per sostenere la vescica; la terapia a base di estrogeni è invece spesso prescritta alle donne in menopausa per rinforzare la muscolatura pelvica, che risente del calo di questo ormone.