

Rassegna Stampa

RISPONDE IL NEUROLOGO

Sono sempre stanca...

Egregio dottore, ho 60 anni e da qualche tempo mi sento spesso stanca, più di quanto sarebbe normale. È vero che trascorro giornate molto impegnative, tra lavoro e famiglia, ma questo calo di resistenza comincia a preoccuparmi. Ho sentito parlare di sindrome da stanchezza cronica. Come posso sapere se nel mio caso si tratta proprio di questo? Quali sintomi dovrei avere? E quali sarebbero i rimedi?

Federica C.

Gentile lettrice, la fatica è un sintomo di molti stati patologici differenti. Malattie cardiache, respiratorie, metaboliche (diabete), endocrinologiche (tiroidite), ematologiche (anemia), infettive, neurologiche (sclerosi multipla) possono avere esordio anche solo con una grave astenia. È quindi doveroso sottoporsi a un'accurata visita medica che contempli esami ematochimici di

base come l'emocromo, lo stato marziale, ovvero il dosaggio di ferro nel sangue, la funzionalità epatica, tiroidea, la glicemia ed eventualmente approfondimenti di secondo livello. Solo nell'ipotesi in cui tutti questi accertamenti diano esito negativo può essere presa in considerazione la "sindrome da fatica cronica". La Cfs (dall'acronimo inglese che indica la *Chronic Fatigue Syndrome*) è una condizione morbosa in cui la fatica (fisica e mentale) è il disturbo principale, spesso unico sintomo e insieme malattia. Può esordire dopo un evento infettivo, più spesso virale, ma può anche non essere preceduta da disturbi. Insieme alla fatica si associano ipersensibilità tattile, dolore, aspecifici disturbi sistemici. Rimane ancora da confermare l'eziologia di questa malattia, ma la maggior parte degli studi identificano in una disfunzione mitocondriale l'origine del disturbo. Il difetto energetico che ne consegue, insieme a una "intossicazione" da radicali liberi di azoto e ossigeno, spiegherebbe la maggior parte dei disturbi. Ecco perché l'uso di sostanze antiossidanti e di ottimizzatori energetici, come il Coenzima Q10 (a corretta posologia) possono spiegare il beneficio clinico.

Dottoressa Maira Gironi, Neurologa presso San Raffaele, Synlab-CAM Manza

I medici specialisti risponderanno alle vostre lettere. Indirizzatele alla rubrica Salute e Benessere, INTIMITÀ, Piazza Aspromonte 13, 20131 Milano o alla e-mail specialisti@quadratum.it. Le lettere ricevute sono sottoposte ai medici in versione integrale, anche se qui, per esigenze di spazio, possano subire riduzioni. Non si risponde in via privata.