

## LA CAMERA IPERBARICA ALLEVIA IL DOLORE E L'INFIAMMAZIONE NEI PAZIENTI CON FIBROMIALGIA



La **fibromialgia** (FM) è una malattia caratterizzata da dolore cronico e generalizzato. Non sono state ancora trovate prove mediche e scientifiche che possano spiegarlo. La sensazione di pressione in punti specifici assomiglia al dolore articolare, sebbene la FM sia una patologia reumatologica o dei tessuti molli. Tra il 2% e il 6% della popolazione (circa 6 milioni di persone nel mondo) soffre di FM ed è un problema di salute di grande prevalenza. L'85% dei pazienti sono donne tra i 20 ei 60 anni e molti di loro ancora non sanno di averlo. Il dolore cronico influenza la vita lavorativa, sociale e familiare di queste persone e può verificarsi da solo (Fibromialgia Primaria) o essere associato ad altre malattie (Fibromialgia concomitante).

### **Quali sono i suoi sintomi principali?**

Dolore permanente che peggiora con i cambiamenti meteorologici

Rigidità

Infiammazione nelle mani e nei piedi

Fatica

Disordini del sonno

Ansia e depressione

Mal di testa

Intestino irritabile

Secchezza nella bocca e negli occhi

**Come viene diagnosticata?** La particolarità e il più grande ostacolo della fibromialgia sono che non viene diagnosticato con esami di laboratorio, raggi X, esami del sangue o biopsie, come accade con altre malattie. Solo nel 1992 è stato riconosciuto dall'Organizzazione mondiale della sanità e finora non è una delle materie insegnate nelle facoltà di medicina. Di conseguenza, per identificarlo, viene effettuato un esame puramente clinico. L'American College of Rheumatology sostiene che per

parlare di FM deve esserci un dolore generalizzato di almeno tre mesi di durata e sensibilità in almeno 11 dei 18 punti sensoriali. Tuttavia, ci sono altri criteri diagnostici come la misurazione delle scale. L'indice del dolore diffuso (WPI) valuta la presenza di dolore in 18 aree del corpo. Ottieni 1 punto per ogni area e il risultato può essere da 0 a 18. D'altro canto, la scala di gravità dei sintomi (Symptom Severity) classifica i sintomi specifici in uno spettro da 0 a 3.

**Come viene trattata?** Finora non esiste un trattamento che cura la fibromialgia. Tuttavia, vi sono prove di risultati con trattamenti interdisciplinari. La diagnosi precoce può migliorare i sintomi. Tra le terapie convenzionali ci sono farmaci, programmi di esercizi aerobici, esercizi di potenziamento muscolare e stretching o flessibilità, tecniche di rilassamento per alleviare la tensione e l'ansia muscolare. In alcuni casi, si raccomanda un trattamento psicologico per far fronte al carico emotivo della malattia e ridurre i suoi effetti sulla vita sociale, familiare e lavorativa.

### **La camera iperbarica, un'alternativa terapeutica non invasiva**

Attualmente, l'ossigenoterapia iperbarica è una buona opzione per chi soffre di fibromialgia. Il paziente entra nella camera iperbarica e riceve, per circa un'ora, elevate concentrazioni di ossigeno a una pressione più elevata (1,45 atm) rispetto alla normale pressione atmosferica (1 atm). La cosa straordinaria è che si tratta di un trattamento sicuro e non invasivo. Tuttavia, deve essere indicato da un medico. È dimostrato che la terapia con camera iperbarica favorisce il recupero in tutti i processi che presentano infiammazione e dolore, poiché, avendo una maggiore disponibilità di ossigeno nel sangue, si ottiene un effetto antinfiammatorio. Allo stesso modo, non attacca altri processi dell'organismo, a causa del fatto che al paziente non viene fornito alcun farmaco.

#### **Tra i suoi benefici più importanti ci sono:**

Regola l'azione antinfiammatoria

Ripara i tessuti con la formazione di nuovi vasi sanguigni

Aumenta il flusso sanguigno a livello periferico e del sistema nervoso centrale

Riduce l'affaticamento muscolare

Studi in diversi centri di Medicina Iperbarica nel mondo hanno dimostrato la loro efficacia nel ridurre i diversi punti di dolore nei pazienti con fibromialgia. Con la camera iperbarica, può diminuire da 17,5 punti di dolore a 5 in alcuni casi con una risposta molto buona. L'effetto è ottenuto dalla prima sessione, ma diventa più evidente dalla sessione 15. Uno studio clinico condotto nel 2018 all'Università di Valencia, in Spagna, ha incluso 28 donne con fibromialgia e ha dimostrato che l'HBOT a 1,45 ATA ha ottenuto risultati migliori nel ridurre il dolore, l'affaticamento e la capacità di percorrere distanze maggiori nel percorso che il gruppo di pazienti che sono stati trattati con un esercizio a basso impatto. L'ossigeno iperbarico diminuisce l'infiammazione con un meccanismo diverso dall'effetto antinfiammatorio che si ottiene con l'esercizio, in modo che il trattamento con camera iperbarica possa essere un eccellente potenziatore di altri trattamenti nei pazienti con fibromialgia. In conclusione, si raccomanda di considerare il trattamento di ossigenazione iperbarica sia come trattamento primario che in modo complementare nella riduzione del dolore e dell'infiammazione per migliorare la qualità della vita nei pazienti con fibromialgia.

