

RIFLESSIONI .I. Parkidee 2009 It

(Paolo Settembre 2009)

Le cause della malattia di Parkinson

L'uomo vive in un vasto ambiente e fa parte integrante di questo ambiente.

Per ambiente si intende:

1. Il cosmo con le galassie inclusa la nostra.
2. Il sistema solare e la Terra.
3. I continenti e gli oceani.
4. La materia morta e la materia vivente.
5. Il regno minerale, il regno vegetale, il regno animale, l'uomo.
6. La popolazione, la società, i colleghi di lavoro e i compagni di divertimento, la famiglia.

In questo ambiente tutte le parti, uomo compreso, sono interdipendenti e si scambiano materia, energia, informazioni.

L'ambiente varia di continuo e l'uomo deve adattarsi a questi cambiamenti. Per mantenersi in vita l'uomo deve mantenere nel proprio corpo le condizioni ottimali per la vita delle cellule.

I cambiamenti dell'ambiente impongono all'uomo delle sollecitazioni (o fattori di stress) che lo obbligano ad adattarsi di continuo.

Una certa quantità di stress è necessaria alla vita per mantenere la buona salute (funzioni mai sollecitate perdono la loro efficacia).

Queste sollecitazioni possono essere fisiche, chimiche, biologiche o psicologiche.

C'è in permanenza un livello medio di sollecitazioni con delle punte di intensità in alcuni momenti.

Per difendersi l'uomo dispone di **capacità di adattamento** che correggono automaticamente l'effetto delle sollecitazioni esterne sulle condizioni interne del suo corpo. Questo adattamento automatico si produce con i meccanismi di **omeostasi**.

Per esempio il corpo mantiene la sua temperatura interna anche in presenza di forti variazioni della temperatura esterna.

Per difendersi dalle aggressioni di fattori biologici come microbi, virus, prioni.... insetti, l'uomo dispone in più del suo sistema immunitario.

Ma le capacità di adattamento e l'efficacia del sistema immunitario presentano **limiti**.

Se la somma delle sollecitazioni imposte dall'ambiente supera questi limiti in intensità e/o in tempo, il corpo può subire effetti negativi che si manifestano sottoforma di sintomi di una malattia.

All'inizio si tratta spesso di una **malattia benigna**, ma se l'effetto cumulativo delle sollecitazioni aumentano ancora o è più durevole, il corpo è soggetto a **malattie croniche**, eventualmente del tipo degenerativo. Si producono sul corpo effetti **irreversibili** che si traducono in una forma di **invecchiamento**.

Non esiste una relazione deterministica di causa ad effetto tra la natura dei fattori di stress e gli effetti fisiologici sul corpo. La stessa malattia può essere provocata da diversi tipi di sollecitazioni. Un determinato gruppo di fattori di stress può avere effetti differenti da una persona all'altra.

Nel caso della malattia di Parkinson i **fattori di stress psicologici** giocano un ruolo molto importante. Questa malattia può essere considerata come una malattia **psicosomatica**.

Nella maggior parte dei casi la malattia è dovuta a sollecitazioni di origine esterna e non a fattori genetici.

Le persone con la malattia di Parkinson sono spesso, per natura, vittime di una tendenza all'**ansia**, all'angoscia, alla depressione.

Diverse abitudini di vita, tipiche della vita moderna, contribuiscono ad indebolire le capacità di adattamento e l'efficacia del sistema immunitario.

1. Cattiva respirazione
2. Cattiva postura
3. Mancanza di esercizio fisico
4. Utilizzo esagerato dell'autovettura
5. Tendenza all'isolamento e alla vita sedentaria
6. Alimentazione non corretta o cibi contenenti tracce di prodotti chimici
7. Ambiente inquinato

Queste abitudini rallentano la circolazione venosa e la circolazione linfatica, diminuiscono i movimenti del liquido interstiziale e indeboliscono il sistema immunitario.

Inoltre perturbano i processi di eliminazione degli scarti e tossine attraverso il fegato, i reni e l'intestino crasso.

Gli scambi

L'evoluzione della malattia non dipende solo dalla natura e intensità dei fattori di stress imposti dall'ambiente.

La qualità degli scambi tra corpo e ambiente e tra le diverse parti del corpo è fondamentale. Gli scambi tra le cellule e il liquido interstiziale sono particolarmente importanti e possono essere perturbati da differenti fenomeni.

Tutte le cellule in qualsiasi parte del corpo devono poter prelevare nel liquido interstiziale l'ossigeno e tutte le sostanze di cui hanno bisogno per il loro metabolismo.

Nel senso opposto le cellule devono poter rigettare nel liquido interstiziale gli scarti del metabolismo e tutte le tossine di origine esterna o interna. Oltre ad una buona circolazione sanguigna, questa eliminazione necessita di una buona circolazione linfatica e anche di movimenti sufficienti del liquido interstiziale.

Oltre al movimento il liquido interstiziale deve conservare una composizione chimica ben precisa.

Se queste due condizioni non sono soddisfatte, il liquido interstiziale rimane più o meno stagnante. In certe zone si producono localmente accumuli di tossine e/o una carenza di sostanze indispensabili alle cellule.

Poco a poco si manifesta un'intossicazione prima localmente poi, progressivamente, in tutto il corpo.

Evoluzione

Come per altre forme di invecchiamento, la malattia di Parkinson può avviarsi già durante l'infanzia. Essa progredisce lentamente durante parecchi anni, ma non si sa quanti, prima dell'apparizione dei sintomi caratteristici che ne permettono la diagnosi. Le cellule meno protette, i recettori periferici dei sistemi sensitivi e propriocettivo, sono le prime ad essere aggredite dalla malattia. Solo in seguito la malattia si trasmette al sistema nervoso centrale e al cervello lungo gli assoni dei neuroni corrispondenti.

Non esiste un test unico che permetta una diagnosi affidabile.

I sintomi non motori precedono spesso l'apparizione dei sintomi motori e possono degradare la qualità della vita dei pazienti più che i sintomi considerati più caratteristici (tremore, rigidità, lentezza).

I sintomi non motori possono essere utilizzati per orientare la diagnosi.

Per natura l'invecchiamento è irreversibile, dunque la malattia di Parkinson non è guaribile al 100%, ma è possibile rallentarne la progressione e così migliorare la qualità della vita del paziente.

Non c'è una relazione diretta tra cause ed effetti, tra la natura dei fattori di stress (sollecitazioni) ed il tipo di conseguenze fisiologiche sul corpo. La stessa malattia può essere provocata da diverse sollecitazioni.

Inconvenienti e limite della terapia farmacologia attuale.

La terapia attuale è basata sull'ipotesi che la malattia di Parkinson è causata da una mancanza di Dopamina e che è necessario compensare questa carenza con un apporto dall'esterno. Questa ipotesi è contraddetta da diverse osservazioni:

1. Parecchi sintomi caratteristici non sono praticamente influenzate dalla terapia e non dipendono dall'orario di assunzione dei farmaci (tremore bradicinesie freezing instabilità posturale)
2. Le discinesie sono senza esitazione da attribuire alla Levodopa.
3. I farmaci usualmente prescritti non sono efficaci per una certa percentuale dei malati.
4. All'inizio della malattia i movimenti automatici perturbati possono essere eseguiti con l'aiuto della volontà. Dunque non c'è una vera mancanza di Dopamina. Sembra dunque illogico iniziare subito una terapia con Levodopa.

Anche quando i farmaci presentano una certa efficacia, il loro effetto non è dovuto al compenso di Dopamina per una buona esecuzione dei movimenti ma a un effetto antidepressivo che attenua l'ansia, l'angoscia ed il rischio di depressione.

Presa in carico del paziente

E' auspicabile prendere in carico il nuovo paziente il più rapidamente possibile dopo la diagnosi della malattia di Parkinson. La presa in carico dovrebbe essere personalizzata e non seguire un percorso standard.

Si dovrebbe fare intervenire una squadra di specialisti che comprende almeno un neurologo, un medico generico, uno psicologo, uno psicoterapeuta, un fisioterapeuta.

Sulla base dell'anamnesi e di discussione con il paziente si dovrebbe tentare di identificare i fattori di stress che sono probabilmente i maggior responsabili della malattia. Questo deve permettere di orientare il malato nella direzione di cambiamenti dello stile di vita in modo da rallentare l'evoluzione della malattia e di **migliorare la qualità della vita**.

Terapia personalizzata

Un programma terapeutico personalizzato completo dovrebbe comprendere:

1. L'informazione del malato sulla malattia, le terapie, i servizi sanitari, le associazioni di malati, i servizi sociali ecc...
2. Una terapia farmacologia "dolce" per limitare l'ansia e l'angoscia ed i rischi di depressione. (Si potrebbe di preferenza scegliere prodotti di fitoterapia già conosciuti da tempo e praticamente senza effetti collaterali)
3. Cure di disintossicazione per l'intestino crasso, il fegato, i reni.
4. Rieducazione della respirazione.

5. Correzione delle cattive posture(Ginnastica posturale)
6. Ginnastica propriocettiva
7. Programma di esercizio fisico adattato al paziente
8. Aiuto psicologico
9. Psicoterapia
10. Terapia occupazionale per rimanere attivo, corpo e mente
11. Terapie da praticare in gruppo, per divertire e favorire i contatti sociali. Ad esempio:
danza, Tai.chi, canto corale, marcia nordica

Una terapia farmacologia più elaborata non dovrebbe essere applicata subito dopo la diagnosi ma solo quando i sintomi sono ben evidenti e perturbano la qualità della vita del malato. I farmaci dovrebbero essere scelti progressivamente nell'ordine di apparizione dei sintomi più evidenti.