

I disturbi sessuali e urinari che minano la coppia

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

I disturbi di erezione e urinari, legati all'ingrossamento della prostata, sono frequenti nell'uomo e aumentano con l'età. Quanto pesano sulla vita di coppia? E perché, oggi, di problemi sessuali si riesce a parlare con il medico e con la partner, ma i disturbi urinari restano un tabù?

Innanzitutto, si parla di un disturbo intimo se si capisce che è curabile. Nel 1998 si è cominciato a parlare di disfunzione erettile (DE), perché il Viagra, e poi i suoi due cugini, il Cialis e il Levitra, hanno dato la risposta che l'uomo aspettava da millenni: ritrovare un'erezione adeguata dopo aver temuto di averla perduta per sempre. Oggi si parla di eiaculazione precoce, perché è disponibile il primo farmaco efficace per curarla, la dapoxetina. Tuttavia, anche i disturbi maschili del tratto urinario "inferiore" (Lower Urinary Tract Symptoms, LUTS) che interessano cioè vescica e prostata, sono curabili ma gli uomini tendono a parlarne poco, e solo quando il sintomo è diventato grave e invalidante. Che si tratti di un disturbo della fase di riempimento vescicale, con urgenza (difficoltà/incapacità di posticipare lo stimolo minzionale), frequenza urinaria, risvegli notturni per urinare (nicturia), o di un disturbo della fase di svuotamento vescicale (con difficoltà a iniziare la minzione), il problema del tabù non cambia. Nessun uomo ammette, nemmeno con il medico, di usare un fazzolettino sugli slip – o addirittura un assorbente mini – per evitare di trovarsi con l'imbarazzo di una macchia da perdita involontaria anche di poche gocce di urina a causa di un'urgenza minzionale. Eppure moltissimi ne fanno uso. Lo sanno bene gli urologi quando visitano i loro pazienti.

Esistono altri fattori frenanti più profondi, emotivi, che rendono ancora "indicibile" il problema urinario? Sì, due: perché da millenni il problema urinario è sentito come la prova di un invecchiamento biologico senza ritorno – ormai "ho la prostata" (ingrossata) – con contraccolpi depressivi potenti. E perché l'incontinenza mina l'autonomia fisica e sociale e la stessa percezione di dignità della persona. Non a caso il bambino viene considerato autonomo quando ha la continenza urinaria e fecale; e sull'altro versante della vita, l'incontinenza è la prima causa di istituzionalizzazione dell'anziano.

Un'indagine internazionale, per comprendere come la coesistenza delle due condizioni patologiche, DE e sintomi urinari, entrino nella vita quotidiana degli uomini e delle coppie, è stata condotta su 1509 persone (756 uomini tra i 40 e i 65 anni, 753 donne tra i 30 e i 65 anni) in otto Paesi tra cui l'Italia (UK, Germania, Francia, Spagna, Canada, Messico, Brasile). Ho presentato i dati più significativi venerdì 21 giugno, a Berlino, durante il Congresso congiunto della International Society for Sexual Medicine (ISSM) e della European Society of Sexual Medicine (ESSM), insieme al Professor Andrea Salonia, Urologo dell'Ospedale San Raffaele di Milano. Ecco i dati nazionali: il 72% degli uomini e l'81% delle donne italiane afferma che il binomio DE e sintomi urinari impedisce di vivere i piaceri della vita quotidiana; il 73% degli uomini e il 63% delle donne rivela che la loro vita sessuale ne risente negativamente. Lui si abbatte: nel 57% si sente "vecchio"; la coppia, lei soprattutto, litiga, più che in altri Paesi. L'imbarazzo a parlarne per l'uomo è molto forte: lo ammette il 75% degli intervistati, a conferma della forza del tabù comunicativo. L'uomo parla con meno imbarazzo col medico del DE piuttosto che del problema urinario. Quando si cerca aiuto, lo si fa per migliorare la vita sessuale in caso di

DE (64% dei casi), la vita quotidiana in caso di sintomi urinari (43%).

La buona notizia? Uno studio internazionale ha dimostrato che l'uso combinato di tadalafil 5 mg, farmaco che aiuta l'erezione ma anche i sintomi urinari, e finasteride, che riduce i sintomi da ingrossamento ("ipertrofia") della prostata, migliora in parallelo sia i sintomi urinari, sia le difficoltà di erezione, in modo significativo rispetto alla combinata finasteride più placebo. La risposta terapeutica c'è: basta parlarne con il proprio medico... superando l'ultimo tabù. Tanto prima, tanto meglio: per ridurre i sintomi urinari e sessuali, ma anche per riconquistare una migliore intimità di coppia.