

Sclerosi multipla e Alzheimer: come affrontare l'estate

LINK: <http://www.senzaeta.it/quotidiano-della-salute/sclerosi-multipla-e-alzheimer-come-affrontare-lestate>



Il caldo estivo rappresenta una nota dolente per la maggior parte delle persone, ma in particolare per coloro che sono affetti da una patologia neurologica come Sclerosi Multipla e Alzheimer. L'aumento della temperatura, infatti, può influire - spesso negativamente - sui sintomi e sulle manifestazioni cliniche di queste due patologie, molto sensibili alle variazioni climatiche. Nella Sclerosi Multipla, ad esempio, malattia autoimmune che colpisce il sistema nervoso centrale ed è responsabile dei disturbi della motilità, dei sistemi sensoriali, della sensibilità di alcune parti del corpo o delle funzioni sfinteriche, l'aumento della temperatura aggrava i sintomi già esistenti o facilita la comparsa di nuovi disturbi. "D'estate le persone affette da Sclerosi Multipla - afferma il Prof. Gianluigi Mancardi, Presidente della **SIN** e Direttore Clinica Neurologica Università di Genova - hanno maggiori difficoltà a camminare, possono lamentare disturbi visivi e molto spesso accusano una fatica maggiore. Il consiglio è quello di climatizzare bene la casa e di trascorrere, se possibile, le vacanze in montagna. Anche l'assunzione di bevande fredde o di granite è fortemente raccomandata; un abbassamento della temperatura corporea può essere, infatti, molto utile. Non bisogna dimenticare, comunque, che si tratta di problemi transitori, legati al caldo, che non interferiscono con il decorso generale della malattia". Anche nelle persone molto anziane, soprattutto se affette da malattia di Alzheimer, possono insorgere problematiche legate alle alte temperature estive. "In questi casi - sottolinea il Prof. Mancardi - la percezione delle variazioni di temperatura e la termoregolazione corporea sono alterate; le persone con queste patologie possono non rendersi conto del calore e, di conseguenza, non mettere in atto le normali contromisure, come indossare abiti più leggeri o aumentare l'assunzione di liquidi per compensare la disidratazione dovuta al caldo. Questo può causare un aumentato rischio di complicanze infettive o di squilibri metabolici che, seppur lievi, in situazioni cliniche già compromesse possono avere conseguenze negative". Il caldo, inoltre, aumenta la sensazione di stanchezza che, unita all'assunzione di farmaci, accentua alcuni sintomi della malattia stessa. Nell'anziano, in questi periodi estivi, sono più frequenti gli stati confusionali e il peggioramento dell'orientamento così come delle funzioni cognitive. Bisogna dunque prestare attenzione a quei piccoli accorgimenti che servono ad aiutare il paziente ad alleviare il decorso della sua malattia durante l'estate: rinfrescare gli ambienti in cui soggiorna, garantire un'adeguata idratazione, bilanciare la dieta variandola sia nella scelta degli alimenti che nelle modalità di cottura.