

FASHION & SALUTE

**La donna Sex & the City?
 Ha spesso mal di testa**

Mal di testa in agguato per chi sceglie lo stile Sex and the City: sesso, tacchi alti e frequenti messe in piega dal parrucchiere, punti fermi per le protagoniste della serie tv, sono infatti tra le cause in grado di innescare attacchi di cefalea. Disturbi più frequenti proprio nelle donne quarantenni. A indicare i nemici di chi soffre di emicrania la classifica dei fattori scatenanti, messa a punto da un ampio studio italiano che pone in cima alla lista lo stress, ma ci sono anche gli odori, soprattutto i profumi femminili e di cibo come aglio, cipolle o noce moscata. La ricerca è stata presentata in anteprima al Congresso nazionale della Società italiana per lo studio delle cefalee, a Riccione fino a domani. Secondo i dati raccolti, per quanto riguarda tacchi e messa in piega, le posture scorrette assunte camminando su un tacco 12 o stando piegate per farsi lavare i capelli dal parrucchiere possono provocare una contrazione eccessiva dei muscoli della testa e del collo, contribuendo a scatenare la cefalea. Il sesso, invece, può innescare crisi di mal di testa, sebbene accada più spesso agli uomini, soprattutto in caso di rapporti al di fuori di una relazione stabile. Anche le frequenti uscite nei locali notturni aumentano il rischio di cefalee, perché riducono le ore di riposo: il sonno insufficiente, assieme allo stress, è infatti uno dei fattori che più spesso scatenano il mal di testa. Lo studio, condotto su circa mille pazienti dal Centro Cefalee dell'università di Padova, ha indagato quanto e come 40 diversi fattori considerati scatenanti siano effettivamente coinvolti nell'avvio del disturbo. Indicazioni precise possono essere infatti di grande utilità per prevenire o curare meglio.



TERAPIA ANTI DOLORE

Elettrodi e botulino le nuove frontiere contro il mal di testa

di Patrizia Cupo

RIMINI. Botulino o elettrodi inseriti nel cervello per curare i mal di testa cronici. A Rimini, almeno venti persone l'anno, stanchi delle cefalee cosiddette "ribelli", si rivolgono all'Unità operativa di Terapia del dolore per una cura che possa "salvarli" dal male costante. Di norma, delle centinaia di casi di emicranie, l'80% sono mal di testa "banali", la maggior parte dei quali cefalee di natura mestruale che quindi colpiscono le donne. Il restante 20% costituisce invece i casi "difficili" nei quali i farmaci non fanno più effetto. Sono queste le situazioni in cui il paziente fa

riferimento alla terapia del dolore: nevralgie occipitali, cefalee dovute a contratture muscolari, o "ribelli", fino alla sindrome di Horner che, più frequentemente nell'uomo, dà dolori lancinanti. E i modi per azzerare il dolore lasciano a bocca aperta. «Alcune cefalee rispondono al botulino - spiega William Raffaelli, ex primario dell'Unità operativa di Terapia del dolore, ora presidente della fondazione Isal - perché dovute a contratture muscolari. Per le forme di cefalea ribelle al trattamento, invece, nel reparto riminese si impiantano elettrodi sotto la nuca, alla base del collo:

hanno il compito, con una stimolazione, di modificare la circolazione interna cerebrale. Di innesti simili, ne abbiamo già fatti un paio». Per non parlare delle nevralgie occipitali, che in media colpisce l'1% dei riminesi che, vinti dal mal di testa, optano per le terapie contro il dolore. «Spesso, in questo caso, assistiamo a diagnosi errate, ma la nevralgia occipitale è legata all'irritazione del nervo dovuta spesso a un'osteoartrite - spiega Raffaelli -, ossia alla chiusura del canalino osseo attraverso cui passa il nervo».

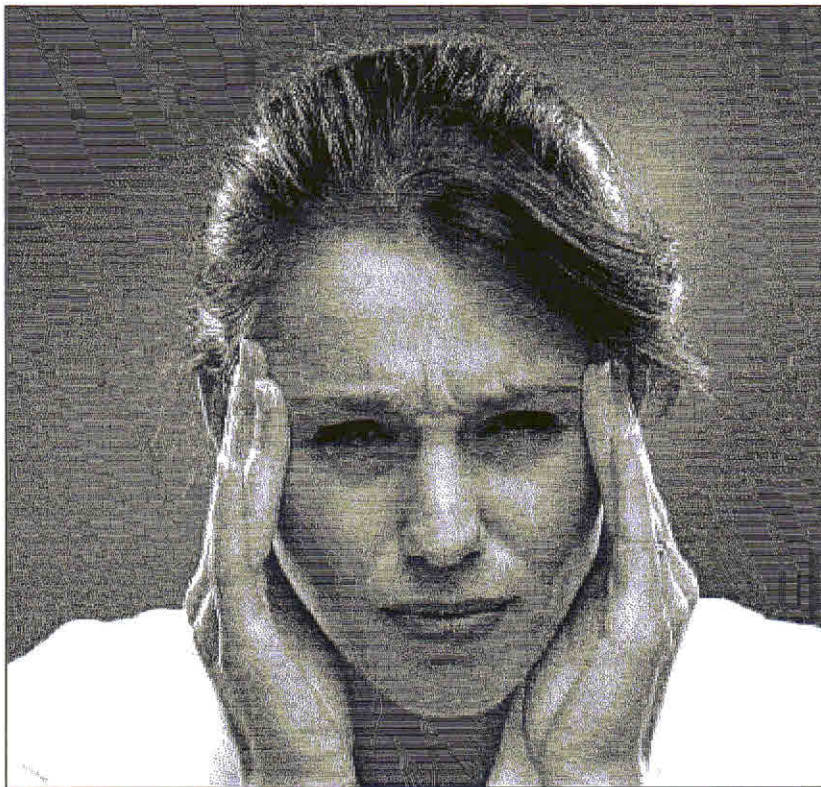
Cosa fare, allora, in questi casi? Devitalizzarlo, come si fa coi denti. «Basta bruciare il nervo, tutto qui. E' un mal di testa penoso il cui dolore peggiora se si appoggia il ca-

po alla poltrona, proprio perché si va a pigiare su quel nervo, ma spesso viene scambiato per una cefalea».

I volontari della Fondazione Isal per la ricerca sul dolore - che sta lanciando nuovi studi in territorio su cure contro il dolore cronico - saranno in piazza Tre Martiri, oggi, con uno stand informativo, in occasione della prima Giornata nazionale contro il dolore (dietro un contributo di 5 euro si potranno portare a casa le mele simbolo della campagna di sensibilizzazione). Di mal di testa s'è parlato anche a Riccione, lo scorso fine settimana, nel corso del congresso nazionale della Società italiana per lo studio delle cefalee (Sisc): secondo le ultime stime, almeno 12 milioni di italiani soffrono del dolore ricorrente, nel Riminese sono circa 65mila.

*Nevralgie occipitali,
Raffaelli (Isa): «Spesso
le diagnosi sono sbagliate»*

*12 milioni i sofferenti
stimati in Italia,
65mila nel Riminese*



Alcune
cefalee
rispondono
al botulino
che dunque
non è solo
antirughe



