

Fisioterapia e Stoma

Generalmente si sa cosa significhi la riabilitazione fisioterapica dopo interventi chirurgici, ma la rieducazione perineale è spesso poco integrata o sconosciuta.

La fisioterapista specializzata, che si prende cura dei pazienti con disturbi e disfunzioni nella regione del basso bacino, è esperta nella gestione della postura, dando consigli individuali a dipendenza delle risorse di ogni singola persona. Con metodi e apparecchi moderni, tramite sonde vaginali o anali, si esegue una riabilitazione senso-motorica.

Il pavimento pelvico sostiene gli organi nel piccolo bacino, è in grado di attivarsi per garantire la continenza, di rilassarsi durante la minzione e durante la defecazione. Si contrae durante l'aumento della pressione addominale (tosse, starnuto) e si attiva o si rilassa durante l'attività sessuale.

Durante un percorso di fisioterapia il / la paziente impara le funzioni e l'uso corretto del pavimento pelvico, specialmente degli sfinteri. La loro funzione, nell'insieme della muscolatura portante del corpo, indipendentemente dalla presenza di uno stoma, non cambia anche se la nuova situazione coincide con la modifica di emissione dei gas, delle feci e del controllo della loro espulsione.

Accade che lo stomatizzato adulto si sente bruscamente riportato indietro nel tempo, cioè nella condizione di bambino. Capita che la persona provi sentimenti di vergogna e d'imbarazzo a causa della mancanza del controllo sfinterico. Questo può implicare la perdita di autostima e può inibire la sessualità, anche se la funzione sessuale non è compromessa.

La / il paziente generalmente ha bisogno d'istruzione e accompagnamento nella gestione della nuova situazione, caratterizzata da ansia, dalla paura che il movimento sia controproducente, da una cicatrice sulla pancia e da un'immagine diversa del proprio corpo.

In qualità di fisioterapista specializzata nella riabilitazione perineale sono consapevole che oltre al compito di valutazione dello stato generale per identificare eventuali alterazioni di funzioni muscolari e sfinterali, bisogna permettere ai pazienti di verbalizzare e confrontarsi con temi delicati ed intimi.

Per questi motivi ritengo che il processo riabilitativo debba iniziare ancora prima dell'intervento chirurgico, indifferentemente se lo stoma è temporaneo o permanente.

Se la / il paziente viene istruita/o nella fase preoperatoria e continuerà gli esercizi anche dopo la posa dello stoma, avrà maggiore percezione del proprio corpo, riprenderà più facilmente

confidenza nelle sue capacità motorie e sensoriali e acquisirà più autonomia. Questo significa una migliore qualità di vita per se stessi e le persone a loro vicini.

È auspicabile ripetere la fisioterapia dopo l'intervento per controllare lo stato della muscolatura del bacino e la corretta esecuzione degli esercizi. L'obiettivo è rassicurare la persona nel suo percorso, in modo che possa prendersi carico del proprio futuro – muovendosi!

Karin Gregorio-Müller

Fisioterapista dipl., specializzata in Uroginecologia

Via Famiglia Trevani 1

6600 Locarno

www.fisiomotion.ch

info@fisiomotion.ch

