

**Dott. Giario Conti**

Direttore responsabile  
del periodico "Europa Uomo"  
Direttore Reparto di Urologia  
Ospedale Sant'Anna, Como

**C**aro Dott. Giario Conti,  
ho solo 55 anni e da vivo da  
un anno senza prostata... "per  
fortuna nella sfortuna" sono  
stato operato con la tecnica  
"Nerve Sparing": è stato possibile  
conservare uno dei due fasci  
nervosi che servono all'erezione.  
La mia sessualità, tuttavia,  
non è tornata come prima  
poiché sono molto condizionato  
dall'assunzione quotidiana delle  
minime dosi dei farmaci per la  
disfunzione erettile (almeno i  
principali vengono passati dal  
Servizio Sanitario Nazionale), al  
punto che quando mia moglie  
me la ricorda mi sento un po'  
avvilito... e son più le volte  
che "non funziono"... pensa  
che rivolgermi ad un andrologo  
potrebbe aiutarmi? Che cosa  
pensa della terapia psicologica di  
coppia in questo caso?

Luca G., Parma



**Caro Luca**, la ringrazio per la sua domanda che fa emergere un problema senza dubbio molto diffuso anche se in molti casi inespresso e nascosto nelle pieghe di un retaggio culturale che ci blocca e ci condiziona, spesso costituito da tabù e da "cose di cui è meglio non parlare". Come ho avuto più volte modo di sottolineare anche in passato, la funzione sessuale non si limita solo ed esclusivamente alla funzionalità erettile: un'erezione valida è una condizione necessaria ma non sufficiente per poter parlare di una vita sessuale soddisfacente. Il rapporto sessuale in una coppia non dovrebbe essere l'unico atto d'amore, ma una componente di una realtà affettiva molto, ma molto più variegata e complessa, fatta di sguardi, di intese, di complicità,

di condivisione della vita e dei suoi obiettivi. I farmaci senza dubbio aiutano dal lato "fisico" ma non possono in alcun modo sostituirsi al mondo d'affetto e di sentimenti che cementa una coppia e che alimenta il desiderio di stare insieme, condividendo i numerosi e variegati aspetti della vita, anche quello dei rapporti intimi. Perché sentirsi "avvilito" quando sua moglie le ricorda di prendere la pillola? Si sentirebbe così se le ricordasse la pastiglia per la pressione o quella per il diabete? Certamente no! Perché considerare diversamente le due situazioni? Una malattia è un problema fisico e insieme psicologico, soprattutto quando ha un impatto sulla qualità della vita e sulle sue funzioni. Quando la malattia interessa la sfera





sessuale, l'impatto psicologico si amplifica a dismisura e diviene in genere prevalente rispetto a quello fisico. La soluzione del problema deve per forza di cose tener conto di entrambi gli aspetti. Il primo suggerimento è dunque quello di condividere tutto con la propria compagna, l'ansia, la paura, la delusione per le aspettative mancate, anche la necessità di ricorrere alle medicine, prendendole per quello che sono, un aiuto per il corpo. Non fatelo di nascosto, come se fosse un atto illecito o di cui vergognarsi, anzi, al contrario: fate in modo aperto e trasparente così da essere entrambi coinvolti. E poi, se le pillole possono essere un aiuto per il corpo, la terapia psicologica di coppia può essere un aiuto per l'anima e rivestire un ruolo fondamentale nell'approccio alla situazione; può aiutare a lasciar cadere preconcetti, pregiudizi, paure, vergogne immotivate; può suggerire modalità diverse e alternative di approccio, che non siano quelle vissute fino a prima dell'intervento. Dopo un evento di tale portata, la vita in qualche modo cambia, non può più essere quella di prima. Ma non è affatto detto che debba essere peggiore, anzi; la nuova situazione potrebbe essere l'occasione per aprirsi a un nuovo modo di intendere la vita e le sue possibilità. Senza dubbio è un ostacolo da superare ma, una volta lasciatolo alle spalle, l'orizzonte potrebbe essere addirittura più ampio e il cielo più azzurro. La condizione indispensabile, una vera e proprio "conditio sine qua non" è che sia la coppia a compiere il percorso. Considerando la prova non solo come un muro che ci ferma ma come un'occasione per raggiungere una più ampia consapevolezza. Come diceva Igor Stravinsky: "Chi mi toglie una prova, mi toglie una forza".

**E**gregio Professor Conti, ho 75 anni ed in seguito ad un intervento radicale nel 2014 (durante il quale mi hanno tolto alcuni linfonodi), mi ritrovo con un problema di cui non si parla mai... le gambe gonfie, i dolorosi linfedemi... al punto che talvolta non riesco a infilare le scarpe. Ha qualche consiglio su come sia possibile migliorare la mia situazione?

**Esposito S., Caserta**

**Caro Esposito** da Caserta, il linfedema è una situazione che può verificarsi in alcuni casi dopo una linfoadenectomia, cioè un'asportazione dei linfonodi da una regione del corpo. È abbastanza noto il rischio di tale patologia al braccio dopo asportazione di linfonodi ascellari per tumore al seno, però anche l'asportazione di linfonodi pelvici (all'interno cioè del bacino) può creare una situazione analoga agli arti inferiori. Le gambe appaiono gonfie, pesanti, indurite; a volte è presente dolore e difficoltà ai movimenti. Il trattamento dei linfedemi, soprattutto quelli che durano da parecchio tempo, non è semplice e richiede pazienza e molto spesso un approccio multidisciplinare. In genere si suggerisce il ricorso a manovre di linfo drenaggio, che può

essere eseguito manualmente da un fisioterapista esperto in queste tecniche, o con apposite apparecchiature riabilitative; sono come dei lunghi stivali gonfiabili che si calzano sulle gambe e nei quali viene introdotta dell'aria sotto pressione che forma come una specie di onda massaggiante che dai piedi si porta verso le cosce. Il trattamento può essere ripetuto anche più volte durante il giorno se il paziente si procura l'attrezzatura. Fondamentale resta poi l'esercizio fisico, che deve essere adeguato e calibrato su ogni singolo soggetto, per evitare di avere dei risultati insoddisfacenti se non addirittura peggiorativi; è sempre bene evitare il "fai da te" e rivolgersi a un esperto, un fisioterapista che tratti abitualmente questi problemi. Lo sport quindi può essere di aiuto se "guidato" da un esperto. Per i casi ribelli al trattamento fisioterapico e riabilitativo esistono anche soluzioni più aggressive, in genere chirurgiche, che dovrebbero essere valutate da medici dedicati a questa patologia. Un centro di riferimento in Italia si trova a Genova, all'Ospedale San Martino e può essere un punto di riferimento iniziale per intraprendere un percorso di cura che spesso è lungo e può richiedere impegno e costanza (come in generale tutti i percorsi riabilitativi) ma che può dare risultati di grande soddisfazione. ■

