

2 OSTEOPRO MANUAL SUMMIT



*Academy of Exercise
Health And Therapy*

VENUE: NEW DELHI
INDIA

26th NOVEMBER
2023



ITALY

Dr. Marta Stancari

BsC

Manual and IASTM Therapist,
Fascial Floss Instructor,
and Animal Osteopath in F.



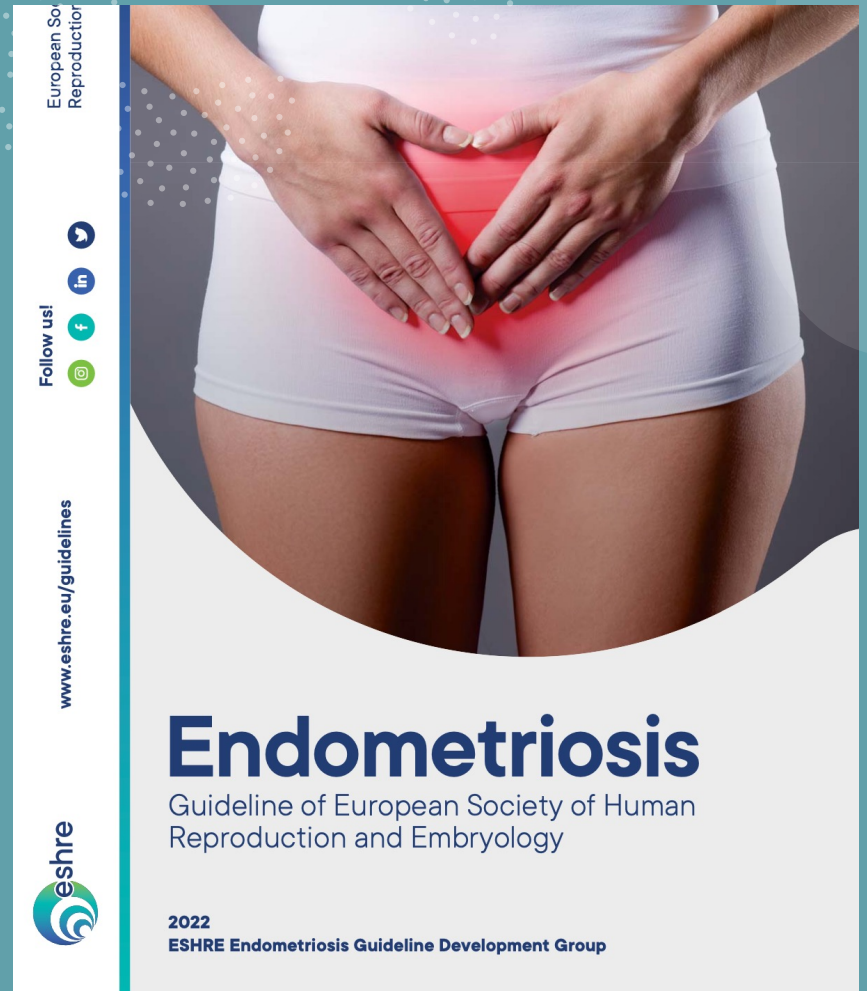
TRATTAMENTO MANUALE DELL'ENDOMETRIOSI

COSA E' L'ENDOMETRIOSI

- DEFINIZIONE (linee guida ESHRE 2022)

<https://www.eshre.eu/Guideline/Endometriosis>

- Malattia infiammatoria cronica eterogenea (ormonale, immunologica, sistemica)



European Society of Human Reproduction and Embryology

Follow us!

www.eshre.eu/guidelines

eshre

Endometriosis

Guideline of European Society of Human Reproduction and Embryology

2022
ESHRE Endometriosis Guideline Development Group


Chi ne è colpito

247 milioni le donne e le adolescenti nel mondo (tra il 4 e il 14% della popolazione femminile generale)

In Italia 10–15% delle donne in età riproduttiva – **3 milioni**

In India sono circa **42 milioni** di donne





QUAL'E' IL PROBLEMA
MAGGIORE
NELL'ENDOMETRIOSI E
NELLA SUA CURA

Dr. Marta Stancari – www.chinesiolar.com

RITARDO DIAGNOSTICO

La diagnosi precoce garantisce una minore distorsione anatomica della pelvi e delle strutture riproduttive.

RITARDO DIAGNOSTICO

- Dai 7 ai 12 anni (in Italia 11 anni)
- Principale responsabile dei danni provocati dalla malattia dovuta dalla scarsa consapevolezza della malattia da parte della popolazione generale e della classe medica in particolare



Quali sintomi può avere:

L'elevata presenza di seguenti sintomi:

- Presenza e/o peggioramento del ciclo e costanti dolori pelvici
- Dismenorrea
- Profonda dispareunia
- Dischezia ciclica
- Disuria ciclica
- Sintomi catameniali ciclici con proiezione sistemiche (es. polmoni, pelle, etc.)

Da considera sempre in quanto l'endometriosi è sotto-diagnosticata, infatti 6 donne su 10 non son identificate.

1. sintomi dolorosi legati al ciclo

2. dolore non responsivo ai fans

3. dismenorrea severa in adolescenza



ENDOMETRIOSI

Esistono 3 differenti fenotipi:

1. ENDOMETRIOSI SUPERFICIALE
2. ENDOMETRIOSI OVARICA
3. ENDOMETRIOSI PROFONDA O
INFILTRANTE



ENDOMETRIOSI SUPERFICIALE

- interessa soltanto il peritoneo, ovvero il rivestimento della cavità addominale.



ENDOMETRIOSI OVARICA

- E' la più diffusa
- Interessa le ovaie
- Può portare alla formazione di cisti endometrioidiche di dimensioni variabili tra i pochi millimetri e 10 centimetri

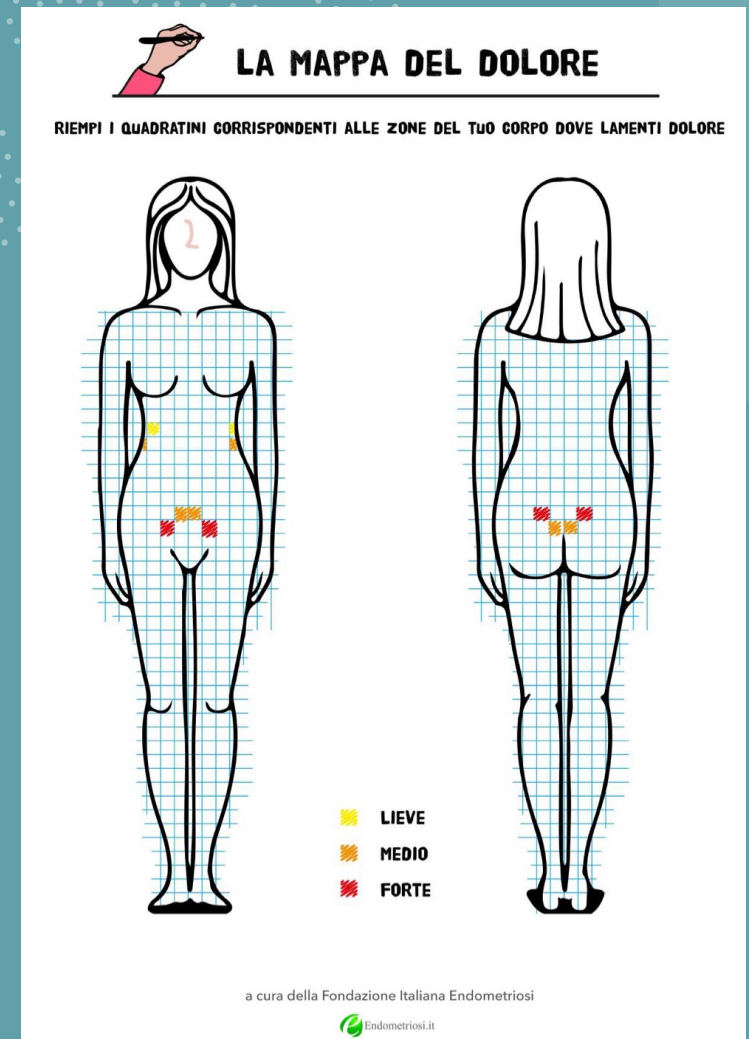


ENDOMETRIOSI PROFONDA O INFILTRANTE

- E' la forma più severa
- L'endometrio penetra nelle mucose colpite per oltre 5 millimetri
- Crea danni diretti e indiretti agli organi:
 - Retro perineo
 - Connettivo pelvico
 - Organi pelvici

DIAGNOSI

- VISITA GINECOLOGICA
- ANAMNESI ACCURATA
- ECOGRAFIA TRANSVAGINALE (ETV)



INCIDENZA DELLA MALATTIA

Sconosciuta

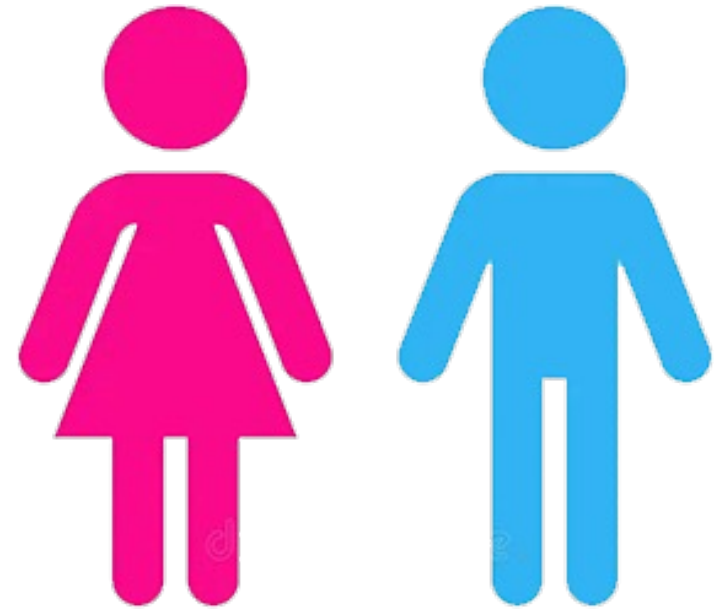
Stime:

- Popolazione generale: 12%
- Pazienti con sterilità: 30%
- Pazienti con D.P.C.: 45%

Milioni di donne nell'UE

- 150 milioni di donne nel mondo

ENDOMETRIOSI MASCHILE



Dr. Marta Stancari – www.chinesiolab.com

A photograph of a person's hands resting on their lower abdomen, symbolizing pain or discomfort. The image is dimly lit, with the hands and abdomen being the primary focus. The text is overlaid in white, bold, sans-serif font.

FORME TERAPEUTICHE PER L'ENDOMETRIOSI

Dr. Marta Stancari – www.chinesiolar.com

TERAPIA

- MEDICA: E/P E PROGESTINICI (empirica, basata sull'ascolto dei sintomi)
- CHIRURGICA (laparoscopia in mani esperte) solo in caso di mancata risposta alla terapia medica o in caso di rarissime gravi complicanze (occlusione intestinale – idroureteronefrosi)
- STILE DI VITA: TERAPIA – ALIMENTAZIONE – ATTIVITÀ FISICA – INTEGRATORI (Vit. D, Omega 3, Fermenti lattici...)

CONTROLLARE LA MALATTIA E GARANTIRE UNA BUONA QUALITA' DELLA VITA



Dr. Marta Stancari – www.chinesiolar.com

ENDOMETRIOSI E L'ETA

ADOLESCENZA

- pianificazione familiare
- Controllo del dolore
- Qualità della vita
- prevenzione



ETA' ADULTA

- Fertilità
- Controllo del dolore
- Qualità della vita



TRA 40 E 50 ANNI

- Controllo del dolore
- Qualità della vita
- Prevenzione neoplastica



Cibi da evitare con l'endometriosi

Alcuni alimenti possono peggiorare il dolore dell'endometriosi aumentando l'infiammazione o i livelli di estrogeni. Limitare o evitare:

- **ALCOOL:** vino, birra, liquori possono peggiorare i sintomi dell'endometriosi
- **CAFFEINA:** limitare la caffeina quotidiana a 400 milligrammi o meno. (1 caffè = 100 mg)
- **ALIMENTI TRASFORMATI:** molti alimenti confezionati contengono ingredienti pro-infiammatori come zucchero aggiunto, grassi saturi.
- **BEVANDE ZUCCHERATE:** i succhi di frutta, le bibite e le bevande energetiche sono spesso ricche di zuccheri, il che peggiora l'infiammazione. (> 26 g di zucchero al giorno).



TRATTAMENTO MANUALE DELL'ENDOMETRIOSI

Dr. Marta Stancari – www.chinesiolar.com

IL TRATTAMENTO MANUALE E L'OSTEOPATIA NEL TRATTAMENTO DELL'ENDOMETRIOSI

Il primo passo nel trattamento manuale è:

→ Valutare una perdita di mobilità nell'organismo e di provvedere alla sua correzione.

La tecnica è chiamata tecnica dell'ascolto ed è divisa in due fasi:

- ASCOLTO GENERALE
- ASCOLTO LOCALE

ASCOLTO GENERALE

Ascolto per valutare l'eventuale origine di fissazione che può consistere in differenti attività di screening quali:

- Osservazione della cute, qualità, colore, temperatura
- Osservazione del Sistema Nervoso Autonomo (SNA)
- Palpazione dei visceri alla ricerca di aderenze e congestioni tissutali

ASCOLTO LOCALE

- nel caso dell'endometriosi la zona è il basso addome.
- Valutazione delle linee di tensione tissutale nell'area per individuare l'area da trattare

TRATTAMENTO OSTEOPATICO MANIPOLATIVO

In Osteopatia le tre zone da trattare saranno:

- Cranio per il sistema uro-genitale, che è sotto l'influenza diretta dell'asse ipotalamo ipofisario.
- Lo stretto toracico in considerazione per l'aspetto dello scarico linfatico
- La zona viscerale come zona maggiormente interessata

TRATTAMENTO OSTEOPATICO MANIPOLATIVO

Le tecniche più appropriate saranno scelte dall'operatore in base al livello di gravità (1-4), la situazione tessutale e altri fattori riscontrati in fase di anamnesi iniziale.



Dr. Marta Stancari – www.chinesioblab.com

A close-up photograph of a person's bare back, showing the spine and shoulder blades. Two hands are placed on the back, one on each side of the spine, suggesting a massage or physical therapy session. The person is wearing a white garment at the waist. The background is a plain, light-colored wall.

LA GINNASTICA IPOPRESSIVA

Dr. Marta Stancari – www.chinesiologlab.com

Ginnastica ipopressiva (AHT)

1. serie di esercizi di respirazione e postura

2. il metodo si basa sul rafforzamento della muscolatura riflessa attraverso una diminuzione della pressione addominale.

Nel metodo, il pavimento pelvico viene attivato attraverso il muscolo addominale trasverso, senza pressione sul bacino.

GRAZIE PER L'ATTENZIONE



www.chinesioloab.com – [studio.chinesioloab](https://www.instagram.com/studio.chinesioloab) (instagram)
www.osteopatia-altoadige.it – [osteopatia.altoadige](https://www.instagram.com/osteopatia.altoadige) (instagram)