

## «Reumatismi»: è depresso quasi un paziente su due

### Anche l'ansia e altri disturbi della sfera psichiatrica riducono la qualità della vita

**MILANO** - Non bastano i dolori e le limitazioni dovute alla malattia. Chi deve affrontare patologie come l'artrite reumatoide o il lupus eritematoso sistemico si trova a fare i conti spesso e volentieri con depressione, ansia e disturbi cognitivi e psichiatrici che non fanno altro che peggiorare ulteriormente la qualità della vita. Lo dimostrano, confermando dati precedenti, due ricerche presentate a Copenaghen nel corso dell'ultimo congresso dell'European League Against Rheumatism.

**LUPUS** – Il primo studio arriva dall'Italia e offre uno spaccato preoccupante della vita dei malati di lupus: secondo i dati raccolti da Paola Tumietto dell'università di Trieste, infatti, ben il 93 per cento dei pazienti soffre di ansia o depressione e per questo vede peggiorare non di poco il proprio benessere generale, già messo a dura prova dalla malattia. La Tumietto ha analizzato attentamente 56 pazienti per capire quali fossero gli elementi con una maggiore influenza sulla qualità della vita: in 52 di loro ha riscontrato tratti di ansia, depressione o disturbi cognitivi che riducevano il benessere psicologico e anche fisico dei malati. Pure fattori come la presenza di manifestazioni cutanee tipo fenomeno di Raynaud o di disordini della coagulazione non sarebbero rari e contribuirebbero a rendere spiacevole la vita dei malati, ma i disturbi dell'umore sembrano di fatto epidemici nei pazienti con lupus. Spesso depressione o ansia "nascono" in conseguenza alle difficoltà e ai disagi della malattia reumatica, ma altrettanto spesso peggiorano a tal punto la vita ai malati da influenzare il decorso della patologia. Insomma, un vero circolo vizioso da cui bisogna cercare in ogni modo di uscire.

**ARTRITE REUMATOIDE** – Qualcosa di simile lo sperimentano pure i malati di artrite reumatoide: Tatiana Lisitsyna, ricercatrice dell'Istituto Statale Russo di Reumatologia, ha presentato a Copenaghen dati raccolti su 75 pazienti con artrite reumatoide secondo cui nel 63 per cento dei casi alla malattia reumatica si assocerebbero patologie psichiatriche di varia natura. Ancora una volta è la depressione a farla da padrona: poco meno di nove pazienti su dieci hanno i sintomi dell'umore nero. Un terzo dei malati riferisce disturbi del sonno, uno su cinque mostra segni di disfunzione cognitiva (come piccoli inceppi della memoria) che sono molto più frequenti, com'è prevedibile, all'aumentare dell'età. Ma i dati forse più importanti sono due: metà dei pazienti coinvolti ha riferito che la diagnosi di artrite reumatoide è arrivata dopo un periodo di forte stress, a suggerire che il disagio psicologico può essere un elemento scatenante della malattia; soprattutto, nei pazienti anche depressi l'artrite risultava essere più grave e invalidante.

**DIAGNOSI** – Studi precedenti hanno di volta in volta verificato l'incidenza di ansia e depressione in altre patologie reumatiche, e si parla sempre di percentuali che superano il 50 per cento. Questi nuovi dati, che confermano l'ampia prevalenza dei disturbi dell'umore nei malati reumatici, dimostrano anche che ansia e depressione possono influenzare non poco il decorso della patologia reumatica. La Lisitsyna ha infatti dichiarato: «Le patologie psichiatriche tendono a essere correlate a un maggiore stress e a una più intensa attività della malattia, oltre che a maggior dolore. Valutare lo stato di salute mentale e psicologica dei malati reumatici dovrebbe essere un passaggio fondamentale e consueto del percorso diagnostico, per poter garantire loro una migliore qualità della vita e ridurre gli effetti negativi di ansia e depressione sul benessere mentale e fisico». Fa eco la Tumietto, che sottolinea: «I reumatologi dovrebbero sempre esaminare i pazienti per la presenza di eventuali disturbi dell'umore che, in caso affermativo, devono essere affrontati con efficacia e incisività. Se lo si fa, è possibile migliorare la qualità della vita e pure ridurre le limitazioni funzionali indotte dalle malattie». C'è però ancora un bel po' di strada da fare: secondo un'indagine EULAR dello scorso anno i medici sono consapevoli dei disagi psicologici dei malati e il 77 per cento di loro ne discute coi propri assistiti, mentre uno su tre raccomanda incontri con specialisti psichiatri o psicologi. Ma i pazienti ancora faticano ad ammettere di aver bisogno di aiuto: solo il 35 per cento parla al reumatologo dei propri stati d'animo e chiede consigli per superare ansia e depressione.