La storia di Cristina

Materiali educazionali per il paziente

il Paziente in Primo Piano

Cos’è l’ipoparatiroidismo?

- L’ipoparatiroidismo (detto anche HPTH) è una malattia endocrina rara, nella quale bassi livelli di paratormone (detto anche ormone paratiroideo, o HPT), causano bassi livelli di calcio nel sangue (ipocalcemia).
- Gli ormoni sono messaggeri chimici che vengono rilasciati nel sangue da una cellula, con lo scopo di trasmettere segnali a un’altra cellula e regolarne l’attività. Tra questi c’è il paratormone, prodotto dalle ghiandole paratiroidee, che si trovano nel collo, ai lati della tiroide.
- Quando le ghiandole paratiroidee producono insufficiente paratormone, o non ne producono affatto, si ha l’Ipoparatiroidismo.
- L’ipoparatiroidismo causa bassi livelli di calcio nel sangue: tale condizione è detta ipocalcemia e può avere gravi conseguenze se non è opportunamente trattata.

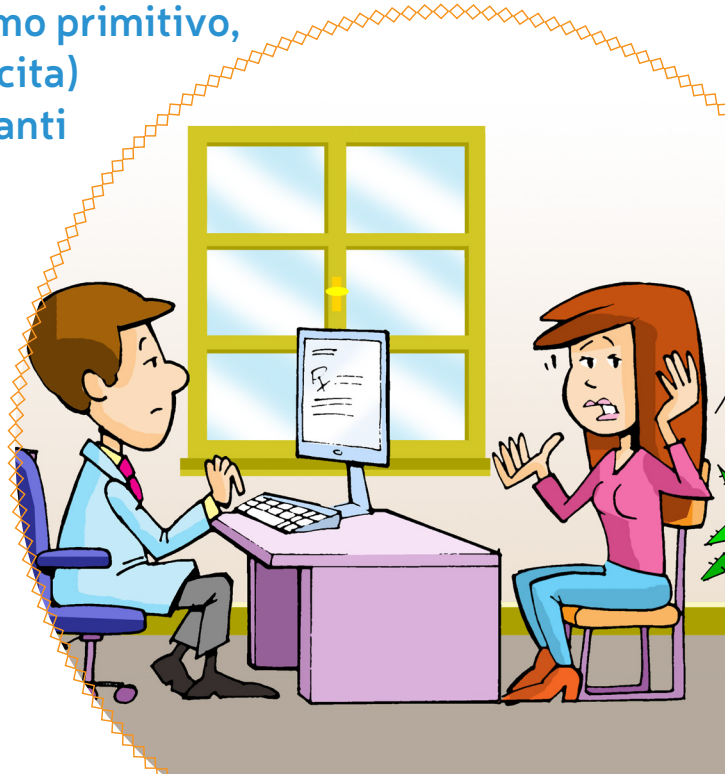
Quali sono le cause dell'ipoparatiroidismo?

L'ipoparatiroidismo è causato da una secrezione ridotta o assente da parte delle ghiandole paratiroidee.

1) La causa più comune dell'ipoparatiroidismo è l'asportazione chirurgica delle paratiroidi a seguito di un intervento chirurgico, si parla in questo caso di Ipoparatiroidismo secondario.

2) Quando invece le paratiroidi non producono sufficiente ormone senza causa apparente, si parla di Ipoparatiroidismo primitivo, che può essere congenito (presente fino dalla nascita) o autoimmune (se insorge in età infantile o più avanti nel corso della vita).

3) Si può poi avere un ipoparatiroidismo funzionale (cronico) dovuto a: Malassorbimento, Alcolismo, Ipocalcemia, Iperfosfatemia, Pseudoipoparatiroidismo



Sintomi dell'ipoparatiroidismo

L'ipoparatiroidismo in sé e per sé non dà sintomi: è l'ipocalcemia a manifestarsi con sintomi che sono molto vari e diversi da persona a persona.

Un basso livello di calcio nel sangue (associato a livelli fosfatici superiori alla norma) causa sintomi che sono simili agli attacchi tetanici e possono riguardare il sistema muscolare, il sistema nervoso, l'apparato gastrointestinale.

Si hanno anche anomalie dei denti, bassa statura, cataratta oculare, pelle e capelli secchi.

Sintomi dell'ipoparatiroidismo

L'ipocalcemia può essere asintomatica

In alcune persone, una volta riportati alla normalità i livelli di calcio e vitamina D l'ipoparatiroidismo non dà sintomi. È importante tenere sotto controllo i livelli di calcio e vitamina D con esami del sangue per evitare sbalzi.

Sintomi lievi
Molte persone presentano solo sintomi lievi, che si presentano nella forma di parestesie (formicolio) alle mani, alle dita e intorno alla bocca e contrazioni dei muscoli.

Sintomi gravi
Si tratta di sintomi che non devono essere ignorati e che richiedono attenzione. Ci può essere un iniziale calo della temperatura, sensibilità ai rumori, tremito, irritabilità, ansia, diarrea e spasmi muscolari in peggioramento. Altri sintomi possono essere: formicolio o intorpidimento di mani e piedi, sensazione di confusione mentale, stanchezza, mal di testa.
Se non si provvede al più presto questi sintomi portano rapidamente a: aumento della confusione mentale, con la sensazione di sentirsi fuori di sé, difficoltà di movimento, spasmi muscolari dolorosi di mani e piedi, spasmi muscolari dolorosi in tutto il corpo, ansia crescente, gravi crampi muscolari, raramente attacchi epilettici.

Altri sintomi che possono svilupparsi nel tempo
Problemi cardiaci, perdita di memoria, depressione, pelle e capelli secca, prurito cutaneo, cataratta e problemi agli occhi, problemi dentali, calcoli renali, insufficienza renale.

Sintomi dell'ipoparatiroidismo

Ipercalcemia (livelli elevati di calcio nel sangue)

I livelli di calcio vanno controllati costantemente perché possono subire sbalzi, così in alcune forme di ipoparatiroidismo possono andare temporaneamente incontro a livelli di calcio superiori alla norma.

I sintomi di questa condizione possono essere:

Primi sintomi
Estrema stanchezza, letargia, sensazione di debolezza, anoressia, stipsi, perdita di concentrazione e di interesse, leggero senso di confusione.

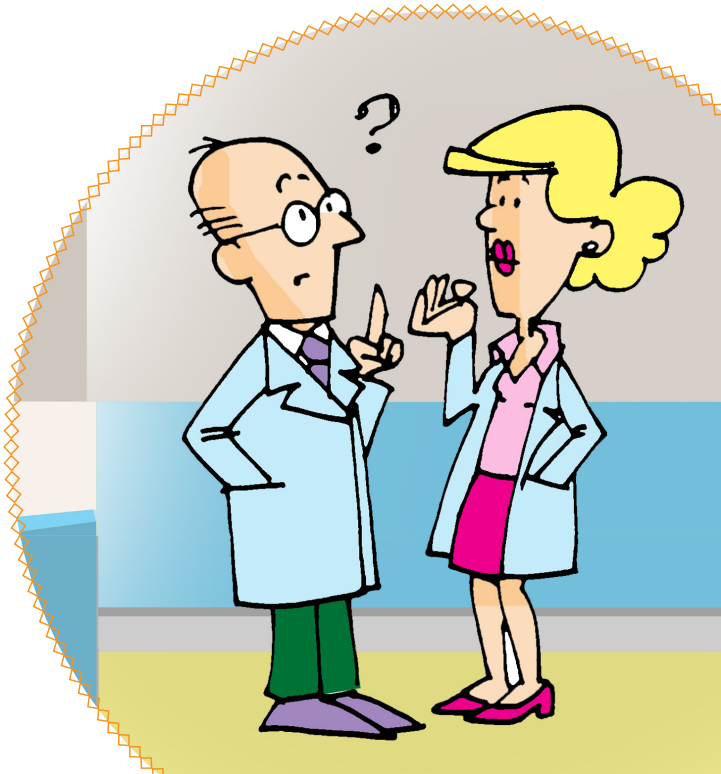
Se l'ipercalcemia non è trattata
I sintomi possono evolvere in generale senso di malessere, sonnolenza, produzione di grandi quantità di urina, sensazione di sete, disidratazione, confusione, agitazione, spasmi muscolari, tremori, dolori ossei e debolezza, battito cardiaco irregolare, difficoltà a parlare. Se si presentano questi sintomi occorre consultare immediatamente un medico perché se non trattati possono mettere in pericolo la vita del paziente.

Diagnosi

La diagnosi dell'ipoparatiroidismo parte da un semplice esame del sangue, per verificare i livelli di calcio in esso presenti.

Se i risultati fanno sospettare l'ipoparatiroidismo, il paziente verrà indirizzato da un endocrinologo che potrebbe verificare:

- I livelli del paratormone
- La funzionalità renale
- I livelli di fosfato e magnesio
- I livelli di vitamina D



Diagnosi

Altri possibili esami:

Scintigrafia
Potrebbero rendersi utili una scintigrafia ossea e del rene.

Esami delle urine
Dovrebbe essere eseguito con regolarità un esame delle urine delle 24 ore.

Esame fisico
Nel caso di sospetto ipoparatiroidismo il medico controllerà lo stato e la reattività dei muscoli, misurerà la pressione sanguigna, controllerà la vista.

Test genetici
Una volta accertata la malattia, la consulenza genetica ha lo scopo di aiutare i genitori a capire come la condizione può influenzare le loro famiglie e consentire di prendere decisioni informate.

Altri esami
Altri esami che potrebbero essere prescritti sono: la radiografia della mano, per verificare la lunghezza delle ossa, ecocardiogramma, approfondimenti sul funzionamento della tiroide.

Trattamento

L'ipoparatiroidismo richiede trattamenti a lungo termine che devono essere seguiti con costanza.

La terapia consueta prevede la somministrazione di vitamina D e calcio in modo da supplire alle carenze originarie.

Trattamento

Come si cura l'Ipoparatiroidismo?

- La cura dell'ipoparatiroidismo richiede trattamenti che non devono essere sospesi. Solo nel caso in cui l'Ipoparatiroidismo sia temporaneo, come nel caso di paratiroidismo postoperatorio, la cura può essere sospesa quando le ghiandole paratiroidi ricominciano a funzionare.

- La cura dell'ipoparatiroidismo prevede la supplementazione di calcio e vitamina D, per riportarli a livelli accettabili e stabili. È anche molto importante introdurre il calcio con la dieta, oltre che attraverso i medicinali. Il controllo dei livelli di calcio nel sangue prevede il controllo regolare attraverso analisi del sangue.

- Può essere prescritto anche del magnesio, che aiuta a regolare il sistema nervoso e il tono muscolare.

- Sono solitamente prescritti anche supplementi di vitamina D. La vitamina D, che aiuta il calcio a fissarsi nelle ossa, è sintetizzata dalla pelle attraverso l'esposizione ai raggi solari ed è proprio il paratormone che ne guida la sintesi, quindi in sua assenza si avrà carenza di questa vitamina.

Consigli alimentari

- Per chi è affetto da ipertiroidismo, è importante cercare di assumere più calcio possibile attraverso l'alimentazione: una dieta equilibrata, nella quale siano presenti alimenti ricchi di calcio è il modo migliore per mantenere adeguati i suoi livelli nell'organismo.
- Le dosi di calcio giornaliere raccomandate variano da Paese a Paese, ma la quantità ottimale indicata oscilla tra i 1200 e i 200 mg al giorno.
- La regolarità dei pasti è molto importante perché durante intervalli troppo lunghi tra un pasto e l'altro il livello di calcio si può abbassare.
- Alcuni alimenti, come latte e latticini, sono ricchi di calcio. Altri, al contrario, come pane integrale, spinaci e pomodoro possono ridurre l'assorbimento di calcio.
- Le bevande gasate non sono consigliate, così come il consumo di alcol, caffè e il fumo. Alcune acque minerali sono ricche di calcio, ma, in ogni caso, per mantenere buoni livelli di calcio nell'organismo è opportuno bere molto: almeno otto bicchieri di acqua al giorno.

Consigli alimentari

Quali sono gli alimenti più ricchi di calcio?

- I latticini (latte, yogurt, formaggi) sono le fonti di calcio più prontamente disponibili nella dieta, inoltre contengono altri nutrienti importanti per la salute che ne rendono più facile l'assorbimento.
- Altri cibi che costituiscono ulteriori fonti di calcio sono alcune verdure verdi, pesce in scatola, come le sardine, le noci e il tofu cagliato con il calcio.

Alimento	Porzione	Contenuto di calcio
Latte	200 ml	240 mg
Yogurt naturale	150 g	207 mg
Formaggio stagionato	30 g	240 mg
Broccoli	120 g	112 mg
Fichi secchi	60 g	96 mg
Frutta secca	30 g	75 mg
Tofu cagliato con calcio	120 g	126 mg

il paziente in Primo Piano

Con il contributo incondizionato di Shire