

## Colite ulcerosa, sintomi, cause e rimedi

**Autore:** Danila

**Data:** 13 Gennaio 2016



La **colite ulcerosa**, anche conosciuta come **rettocolite ulcerosa**, è una malattia infiammatoria cronica che interessa l'intestino e che si origina nel retto per poi estendersi al colon. È una malattia molto diffusa che colpisce soprattutto le donne tra i 20 e i 40 anni, le cui cause però non sono ancora chiarissime. Dunque vediamo di saperne di più su questa patologia.

### Sintomi e cause della colite ulcerosa

I sintomi di solito sono abbastanza simili a quelli di altre **patologie intestinali**, quindi diarrea ricorrente, spesso anche con conseguenti sanguinamenti, **dolori addominali**, muco rettale, febbre e inappetenza, che possono causare un forte dimagrimento in tempi brevi. Al contrario dello **colite spastica**, nella colite ulcerosa si alternano periodi di benessere, che possono anche essere decisamente lunghi, a fasi di vera e propria riacutizzazione della malattia.

Nonostante sia una patologia molto comune, la causa esatta non è ancora chiara, ma in generale potrebbe trattarsi di una conseguenza dovuta all'alterazione del sistema immunitario, oppure non è escluso che possa dipendere da fattori genetici. Secondo altri pareri pare che a scatenare la colite ulcerosa possa essere un virus o un batterio che altera la mucosa intestinale, che lo stress possa incidere sull'acutizzazione dei sintomi e che possa anche esserci un [legame con la diverticolite](#),

un'altra **patologia intestinale** molto diffusa. Senza dubbio tra i fattori di rischio ci sono l'età e un'alimentazione scorretta, povera di fibre e ricca di grassi.

## Rimedi per combattere la colite ulcerosa

Nella fase di acutizzazione dei **sintomi della colite ulcerosa** sono necessarie terapie farmacologiche, ma ci sono anche dei casi più gravi in cui diventa necessario intervenire chirurgicamente. In generale, però, chi ne soffre dovrebbe seguire un regime alimentare sano e bilanciato, bere molta acqua e fare attività sportiva. Tra gli alimenti da abolire dalla propria dieta, o quantomeno da limitare, ci sono tutti i cibi piccanti, quindi attenzione anche alle spezie, alcolici e bevande gassate, cioccolato, caffè e tè. E' altamente consigliato ridurre anche il consumo di legumi e fibre ed è il caso di non esagerare con frutta e verdura. Al contrario, in questi casi gli esperti consigliano di consumare molto pesce.

### LEGGI ANCHE:

[Colon irritabile, gli alimenti giusti e quelli da evitare](#)

---

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/salute-donna/colite-ulcerosa-sintomi-cause-e-rimedi/>

Generato il 25/04/2025