

Le precipitazioni
invernali in questo
caso non c'entrano,
la visione di macchie
bianche sul campo
visivo è legata
a un tipo
di dolore di capo



di Cesare Peccarisi

Se in questi mesi invernali vi capita di veder scendere fiocchi di neve dal cielo anche quando non sta nevigando non dovete pensare di sognare a occhi aperti, magari spinti dal desiderio di una bella sciata.

Soprattutto, se quando vi capita, oltre a vedere la neve, venite colpiti anche da un attacco di mal di testa.

Questo fenomeno è, infatti, una vera e propria sindrome che determina cefalea in oltre il 60 per cento dei casi, ma il cui sintomo precipuo è la visione di macchie bianche luminose che continuano ad attraversare il campo visivo come fiocchi di neve che scendono dal cielo e proprio per questo è stata chiamata sindrome della visione di neve, quasi quarant'anni fa, da ricercatori olandesi della State University di Utrecht che le diedero il nome di VSS, acronimo di *Visual snow syndrome* (Sindrome visiva della neve).

È un disturbo che per molto tempo è stato attribuito erroneamente a «esaurimento nervoso»

Ricercatori dell'Università di Berna diretti da Julius Hodak hanno di recente dedicato sulla rivista *JAMA Neurology* un ampio studio (1937 pazienti valutati fra il 2016 e il 2017) in cui la paragonano a un televisore dove non si riesce a sintonizzare il canale ottenendo di conseguenza solo immagini sfuocate con strisce e sfarfallii continui. Gli studiosi svizzeri, fra l'altro, sostengono di aver individuato una forma a cui hanno dato il nome di eVS, acronimo di *Episodic visual syndrome* e cioè sindrome visiva episodica (si veda più avanti, ndr) che dura meno di due minuti presentandosi esclusivamente insieme agli attacchi di emicrania.

Quando si parla di mal di testa da neve non bisogna fare confusione. Sui campi da sci, infatti, che nevichi o meno, può comparire un altro mal di testa, che non ha niente a che fare con eVS e VSS, e cioè la cosiddetta «cefalea da abbagliamento», dovuta al barbaglio dei raggi solari sul manto nevoso che i cefalalgici mal sopportano per la loro nota insofferenza a stimoli luminosi eccessivi (fotofobia), che per di più, in montagna si associa alla ridotta pressione d'ossigeno dell'alta quota, un altro noto fattore di scatenamento degli attacchi. In secondo luogo va detto che strani fenomeni visivi si osservano anche nella cosiddetta *emicrania con aura*, la forma di mal di testa così chiamata perché vari sintomi di accompagnamento non solo visivi (nausea, vomito, ecc.) precedono, si associano o seguono l'attacco di dolore e nel loro insieme vengono chiamati appunto aura. In questo caso, però, i fenomeni visivi non sono fiocchi di neve, ma flash luminosi a zig zag detti *fortificazioni* perché ricordano il profilo dei merli delle mura di un castello.

Fiocchi di neve che annunciano il mal di testa

Nella VSS, invece, i fiocchi luminosi non smettono mai di cadere, continuando 24 ore su 24, sette giorni su sette e non spariscono nemmeno a occhi chiusi. Tutt'al più possono apparire fermi, ma permangono sempre come macchie bianche nel campo visivo e il fenomeno, indipendentemente dal mal di testa, dura almeno tre mesi e non due minuti come nella eVS dei ricercatori svizzeri.

Cause neurofisiologiche

Il perdurare del fenomeno spiega perché nella VSS si presentino talvolta anche manifestazioni di carat-

tere psicologico che possono derivare dall'essere costretti a vedere il mondo sempre «sotto la neve» con problemi nell'elaborazione delle immagini e ovvie difficoltà nella vita quotidiana, fino a sviluppare grave ansia o addirittura depersonalizzazione a causa del senso di distacco dalla realtà, che appare sempre alterata. A dare dignità organica alla VSS, prima spesso considerata un disturbo psicogeno, sono stati l'anno scorso un gruppo di ricercatori australiani dell'Università di Melbourne diretti da Owen White che hanno pubblicato sul *Journal of Neuro-oftalmology* un ampio arti-

colo nel quale forniscono una spiegazione neurofisiologica a questa sindrome ancora senza cure specifiche: deriverebbe da un'iperexcitabilità della corteccia cerebrale visiva oppure da un sovraccarico di impulsi visivi delle vie nervose che li portano al cervello.

Il legame con l'emicrania

La VSS e l'emicrania sarebbero entrambe caratterizzate sia da un'iperexcitabilità occipito-frontale del cervello, ben documentata nella fase dell'attacco emicranico, sia da un sistema visivo carente che determina la fotofobia in chi soffre di emicrania e in chi ha la VSS. Che il punto d'incontro fra i ricercatori di Berna (eVS) e quelli di Utrecht e di Melbourne (VSS) sia l'area cerebrale che elabora le immagini dove si sviluppa una sorta di «mal di testa visivo»?

In ogni caso saremmo in linea col filone scientifico recente che vede questi fenomeni come disturbi del sistema nervoso centrale e non certo come strane conseguenze da esaurimento nervoso, come in passato è stata tante volte bollata la VSS.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Da sapere

Anche il fastidio alla luce tra i sintomi associati al dolore

Al mal di testa si possono associare oltre ai «fiocchi di neve» altri disturbi visivi: la *palinopsia* (continuare a vedere per qualche secondo un'immagine anche se non la si guarda più), l'*entopsia* (visione a scacchi oppure visione con un'aureola di oggetti luminosi come il cielo o lo schermo tv), la *fotofobia* (intolleranza alla luce), la *nictalopia* (ridotta visione notturna) e la *diplopia* (vedere doppio).

Altre forme

In alta montagna è invece possibile la cefalea da abbagliamento

Quando si parla di mal di testa da neve non bisogna fare confusione. Sui campi da sci, infatti, che nevichi o meno, può comparire un altro mal di testa, che non ha niente a che fare con eVS e VSS, e cioè la cosiddetta «cefalea da abbagliamento», dovuta al barbaglio dei raggi solari sul manto nevoso che i cefalalgici mal sopportano per la loro nota insofferenza a stimoli luminosi eccessivi (fotofobia), che per di più, in montagna si associa alla ridotta pressione d'ossigeno dell'alta quota, un altro noto fattore di scatenamento degli attacchi. In secondo luogo va detto che strani fenomeni visivi si osservano anche nella cosiddetta *emicrania con aura*, la forma di mal di testa così chiamata perché vari sintomi di accompagnamento non solo visivi (nausea, vomito, ecc.) precedono, si associano o seguono l'attacco di dolore e nel loro insieme vengono chiamati appunto aura. In questo caso, però, i fenomeni visivi non sono fiocchi di neve, ma flash luminosi a zig zag detti *fortificazioni* perché ricordano il profilo dei merli delle mura di un castello.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



L'esperto risponde
ai lettori
all'indirizzo
forumcorriere.
corriere.it/
mal-di-testa