

Compagno disturbi che possono creare problemi alla donna, l'importante è lasciarsi aiutare

Menopausa, non è una malattia

La menopausa è un periodo della vita della donna e non una patologia. Troppo spesso si rischia di confondere le due cose, sentendosi affette da una patologia che in realtà non esiste. E' anche con il desiderio di spiegare alle donne in ascolto che la vita può ricominciare a cinquant'anni che la professoressa Rossella Nappi, ginecologa e responsabile dell'ambulatorio per la menopausa dell'ospedale san Matteo di Pavia, ha voluto essere ospite della trasmissione del giovedì mattina di Radio Ticino Pavia "Qui salute".

Professoressa Nappi, cos'è esattamente la menopausa?

In Lombardia sono circa un milione le donne che raggiungono la tappa finale del lungo viaggio della riproduzione della donna. Letteralmente menopausa vuol dire fine del ciclo femminile che si diagnostica in maniera retrospettiva, ovvero dopo qualche mese che si è presentata: in gergo noi medici la chiamiamo perimenopausa o età climaterica, termini che indicano il periodo (che parte da circa cinquant'anni) in cui si iniziano ad osservare le prime irregolarità a livello mestruale. Inoltre, si presentano una serie di sintomi che caratterizzano l'avvicinarsi dell'ultimo ciclo e che creano molteplici problemi alle pazienti: vampate di calore notturne, irritabilità e sbalzi d'umore, aumento di peso e calo del desiderio.

Il san Matteo è dotato di un ambulatorio specifico per la cura dei problemi



legati alla menopausa, quali sono le attività che vi vengono svolte e il supporto che viene offerto alle pazienti?

Ci tengo a sottolineare che tutto lo staff è femminile, un dettaglio non da poco. Siamo attivi da più di vent'anni: il nostro lavoro vuole ricordare a tutti che la menopausa non è solo un periodo difficile a livello psicologico, ma anche un momento di vulnerabilità fisica della donna: sono circa duemila le donne che visitiamo ogni anno e che presentano tutti i sintomi tipici del caso, ma che si

rivolgono a noi anche per curarsi. E' necessario fare un pap test e un'ecografia pelvica e valutare anche i fattori di rischio legati all'osteoporosi e al cambiamento del metabolismo, con molta attenzione anche alla familiarità. Recarsi all'ambulatorio è terapeutico e soprattutto preventivo: dobbiamo aggiungere qualità alla vita e non solo anni alla nostra esistenza.

A proposito di familiarità, è vero che se una donna va in menopausa precocemente, questo può accadere anche alle sue figlie?

La menopausa è prevista intorno ai cinquant'anni, quando si presenta prima è detta precoce: questo significa che cade prima lo scudo biologico rappresentato dagli ormoni femminili della riproduzione, gli estrogeni. Fare la storia familiare è importante perché tante donne non conoscono ancora il concetto di fertipausa, la fine della fertilità, momento che non coincide il termine del ciclo mestruale ma che avviene dai cinque ai sette anni prima. Questo dato fa sì che le giovani ragazze, figlie di donne che hanno avuto una menopausa precoce, rischino di non essere più fertili in anticipo, con tutte le ripercussioni che possiamo immaginare. Se ho una madre che è andata in menopausa a 43 anni è possibile che a 35-37 anni io abbia una fertilità agli sgoccioli. Il nostro centro di procreazione medicalmente assistita in questi casi può essere di supporto.

Come si cura la menopausa? Quali effetti collaterali presenta la terapia ormonale?

La menopausa non è una malattia ma presenta una serie di disturbi che possono creare problemi alla vita di una donna: la colpa è della tempesta ormonale che avvia il periodo climaterico e che investe il sistema nervoso centrale. Il nostro cervello non legge correttamente alcuni fenomeni e si originano problemi di sonno, vampate di calore, problemi di nervosismo; un vero e proprio effetto domino.

Per quanto riguarda la somministrazione di ormoni, oggi sappiamo che le terapie vanno seguite con dosaggi e tempi giusti che durano da due a quattro anni, oltre aumenta leggermente il rischio di malattie tumorali al seno oppure di problemi cardiovascolari in soggetti predisposti. Affidandosi ad un centro specializzato è possibile stabilire la giusta terapia in base all'assunto "rischi-benefici" adatta ad ogni tipologia di paziente.

Per quanto riguarda l'aspetto psicologico, voglio ricordare che è importantissimo il supporto dell'ambiente familiare che circonda la donna in menopausa, sia da parte dei figli (se ce ne sono) che del partner. L'importante è che si riesca a vivere, con il supporto del compagno e l'aiuto tecnico di noi medici, una sorta di seconda vita, che comincia proprio a cinquant'anni.

Simona Rapparelli