

La ginecologa risponde

IL BLOG
Insieme

www.insieme.rcs.it

Stefania Piloni vi parla di gravidanza, parto e benessere anche sul Blog nella sezione dedicata agli esperti.



Stefania Piloni lavora al S. Raffaele-Resnati e insegna Medicine Complementari all'Università degli Studi di Milano. Scrivetele a: insieme@sfera.rcs.it oppure a Insieme, La ginecologa risponde, via Angelo Rizzoli 8 - 20132 Milano. Guardate i suoi video-consigli sulla nostra web tv digitando www.quimamme.tv



Mestruazioni ballerine: *rischio menopausa?*

Ho 42 anni e ultimamente ho avuto alcune mestruazioni irregolari. Temo una menopausa precoce, anche se per mia mamma è arrivata a 50 anni...

■ L'inizio e la fine del ciclo mestruale sono geneticamente determinati e rispondono a leggi familiari, in cui conta non solo la storia della propria madre, ma di tutte le donne che ci hanno preceduto, comprese nonne e zie, materne e anche paterne (anche il padre può passare alla figlia il gene della menopausa precoce!).

■ Detto ciò, qualche irregolarità non giustifica l'ansia d'una menopausa alle porte. Il dubbio nasce solo se le mestruazioni saltano per due o tre mesi e se, di notte, ci si sveglia in preda a forti sudorazioni: allora serve un prelievo di sangue per indagare i valori ormonali. Il più importante è l'Fsh, l'ormone della riserva ovarica: se il valore è superiore a 15-20mUI/ml - e quello degli estrogeni plasmatici è basso - il sospetto di menopausa precoce è fondato.

■ La terapia per mantenere i cicli ha oggi una possibilità in più, quella degli ormoni (estrogeni e progesterone) bioidentici, come l'estriolo placentare. Più simili ai naturali e meglio tollerati di quelli di sintesi, si applicano come una crema per il corpo.

- GELSEMIUM E' IL RIMEDIO OMEOPATICO per ogni prestazione difficile, che evoca una grande paura. Deve essere assunto in anticipo rispetto all'evento temuto, di qualunque natura esso sia.
- IN PARTICOLARE PERO' GELSEMIUM ben si addice alla sala parto: non solo è un efficace antipatico, ma fra le sue caratteristiche c'è anche quella di favorire l'ammorbidimento di un collo dell'utero troppo stretto e di facilitare il rilascio della muscolatura materna.
- PER PREPARARSI AL TRAVAGLIO conviene allora cominciare ad assumerlo dalla 37ª settimana: la "posologia" è di 5 granuli mattina e sera, alla diluizione 30 CH. E in sala parto la dose si intensifica, con 5 granuli ogni 30 minuti circa.

C'è sentore di cistite

- ☺ Se il bruciore è transitorio tutto ok, ma è meglio, comunque, iniziare a bere molto, escludendo le bibite gassate, e seguire una dieta in bianco per qualche giorno.
- ☺ Il bruciore urinario è accompagnato da dolori vaginali a fine minzione. Vuol dire che la cistite è alle porte e quindi conviene prendere subito Uva Ursina tintura madre, al dosaggio di 50 gocce ogni 5-6 ore circa.
- ☹ Si avverte un risentimento in sede renale? Ahi, ahì, forse si sta preparando una vera colica: conviene affidarsi al medico che deciderà su antibiotico e urinocoltura.

Senza macchia

L'abbronzatura ha lasciato sul viso delle chiazze brunastre? Colpa degli estrogeni della gravidanza (o della pillola). Per rimediare, due strategie: un prodotto depigmentante da applicare direttamente sulle macchie e un peeling, meglio se effettuato dal dermatologo.

