Dott. Alessio Russo
Medico Chirurgo
Specialista in Ginecologia ed Ostetricia

MENOPAUSA

TELEFONO
345 2197047

E-MAIL
alessio.russo@email.it

SITO WEB
https://www.dottoralessiorusso.it/

Dott. Alessio Russo
Medico Chirurgo
Specialista in Ginecologia ed Ostetricica

MENOPAUSA

La menopausa è definita come il periodo della vita di una donna, di solito tra i 45 ei 55 anni, in cui le ovaie smettono di produrre ovuli e terminano i periodi mestruali, con assenza di mestruazioni per almeno 12 mesi.
La menopausa generalmente non avviene all'improvviso; la maggior parte delle donne sperimenta diversi anni di alterazioni dei cicli mestruali e sintomi della premenopausa. Questi derivano dal calo dei livelli di estrogeni nel corpo e persistono per diversi anni dopo la menopausa.

SINTOMI DELLA MENOPAUSA

Quando le ovaie smettono di funzionare, i livelli degli estrogeni diminuiscono. Questo è ciò che porta ai sintomi tipici, ovvero:

VAMPATE DI CALORE: le vampate di calore sono il sintomo più comune della menopausa e colpiscono dal 60 all'80% delle donne. In genere iniziano come un'improvvisa sensazione di calore nella parte superiore del torace e del viso; la sensazione di calore si diffonde poi in tutto il corpo e dura da due a quattro minuti. Alcune donne sudano durante la vampata di calore e poi avvertono brividi quando la vampata di calore finisce, a volte hanno una sensazione di ansia o palpitazioni cardiache durante la vampata di calore. Le vampate di calore di solito iniziano molto prima della menopausa, anche 4-5 anni prima (premenopausa). Non è chiaro cosa causi le vampate di calore. La maggior parte delle donne che hanno vampate di calore continueranno ad averle per circa quattro anni (in media).

SUDORAZIONE NOTTURNA: quando le vampate si verificano durante il sonno, si chiamano "sudorazione notturna". La sudorazione notturna porta generalmentea sudorazione profusa e risveglio. Questo può accadere una o più volte a notte. Svegliarsi frequentemente può rendere difficile dormire bene la notte. A causa dell'interruzione del sonno, molte donne sviluppano altri problemi, come affaticamento, irritabilità, difficoltà di concentrazione e sbalzi d'umore.

ALTERAZIONI DEL SONNO: durante il passaggio alla menopausa, alcune donne iniziano ad avere difficoltà ad addormentarsi o a mantenere il sonno, anche se non hanno sudorazioni notturne. I problemi di sonno possono farle sentire stanche e irritabili il giorno successivo. Sono disponibili trattamenti efficaci per i problemi del sonno.

TELEFONO
345 2197047

E-MAIL
alessio.russo@email.it

SITO WEB
https://www.dottoralessiorusso.it/

Dott. Alessio Russo
Medico Chirurgo
Specialista in Ginecologia ed Ostetricia

SECCHEZZA VAGINALE: Poiché i livelli di estrogeni nel corpo diminuiscono prima e durante la menopausa, i tessuti all'interno della vagina e dell'uretra (il tubo che trasporta l'urina dalla vescica all'esterno del corpo) possono diventare sottili e ipotrofici. Ciò può causare disagio, prurito o dolore durante il sesso e lieve incontinenza urinaria.

DEPRESSIONE: Durante la transizione menopausale, molte donne sviluppano alterazioni dell'umore, come tristezza, difficoltà di concentrazione, disinteresse per le normali attività, sonno eccessivo o difficoltà a mantenere il sonno. Le donne con una storia passata di depressione possono notare una recidiva. Sono disponibili numerosi trattamenti efficaci.

TRATTAMENTO

Sicuramente il cambiamento dello stile di vista come smettere di fumare, evitare alcool e caffè e regolarizzare il peso sono dei validi consigli.

Trattamento non ormonale: se la paziente non può assumere o preferisce evitare la terapia ormonale, ci sono alternative non ormonali.
Sono una buona opzione per molte donne e il trattamento di prima scelta.
A seconda dei sintomi possono essere di aiuto gli idratanti, i lubrificanti, integratori per ridurre le vampate, esercizi per la riabilitazione del pavimento pelvico, melatonina ecc…

Trattamento ormonale: gli estrogeni sono il trattamento più efficace per le vampate di calore. Sebbene in passato ci siano state preoccupazioni, per la maggior parte delle donne sane è sicura, a basso rischio ed efficace. Dovrebbe essere somministrata prima dei 60 anni e per un massimo di cinque anni. Non è raccomandata per le donne con una storia di cancro al seno, malattie cardiache e ictus. La terapia ormonale di solito comporta una combinazione di estrogeni e progestinici, anche se le donne che non hanno l'utero (p. es., dopo isterectomia) necessitano solo di estrogeni.
La terapia ormonale è disponibile in pillole da assumere per via orale, cerotto, anello vaginale e gel. Alcune donne alle prese con la depressione potrebbero anche aver bisogno di un trattamento con un farmaco antidepressivo.
Se non si ha bisogno di terapia ormonale per le vampate di calore ma si hanno problemi di secchezza vaginale e lieve incontinenza urinaria, gli estrogeni vaginali possono essere di aiuto. Questo è diverso dai preparati a base di estrogeni usati per trattare le vampate di calore; la dose di estrogeni sono molto più basse e non ha bisogno di essere assunti con il progestinico. È disponibile come crema, compressa o anello vaginale.

TELEFONO 345 2197047 | E-MAIL alessio.russo@email.it | SITO WEB https://www.dottoralessiorusso.it/