

di STEFANIA PILONI

SCEGLIERE I DETERGENTI INTIMI

## Malva, canapa o camomilla?

**Gentile dottoressa**, in farmacia e al supermercato noto, da sempre, una grandissima varietà di prodotti per l'igiene intima. Moltissimi sono a base di piante ed estratti vegetali, quindi volevo sapere in cosa si differenziassero i detergenti a base di canapa, che vedo sempre più frequentemente sugli scaffali, da quelli che contengono altri principi attivi botanici. Grazie, **Annalisa**

### **Le mucose genitali soffrono a contatto con tessuti sintetici e assorbenti non traspiranti**

**Cara Annalisa**, i detergenti intimi a base di estratti vegetali hanno diverse peculiarità, e tra questi la canapa è certamente molto interessante per l'igiene femminile. Innanzitutto, questa pianta ha un effetto trofico, e questo significa che nutre i tessuti e ha un'azione lenitiva sulle piccole infiammazioni. Le donne hanno spesso fastidi intimi e le mucose genitali soffrono a contatto con la biancheria di tessuto sintetico, gli assorbenti non traspiranti, i pantaloni troppo stretti, le cerette depilatorie.

Anche una gita in bicicletta può rovinare la giornata di una donna, mentre le infiammazioni vulvari capitano spesso dopo una bella notte d'amore e passione. Gli uomini sono più fortunati, e meno esposti a questi problemi, mentre le donne sono più fragili sotto questo aspetto. La detersione è dunque importantissima, e gli estratti vegetali, se scelti con cura, possono essere di grande aiuto per lenire questi piccoli disturbi. La canapa ha un potere riparativo, nutriente, lenitivo ed emolliente: dona sollievo in caso di arrossamenti o piccoli fastidi, è adatta a ogni età e rispetta le mucose genitali di ogni donna. Ci sono anche altre piante benefiche per la detersione intima, come la malva e la calendula, che svolgono un'azione antinfiammatoria. Quando, invece, sono presenti infezioni ricidivanti e si fatica a tenere lontani i batteri o un'infezione da *Candida*, meglio optare per un detergente a base di tea tree, ottimo disinfettante.



Ginecologa esperta in terapie naturali, Stefania Piloni è docente di Fitoterapia e medicine complementari all'Università di Milano. Responsabile dell'ambulatorio di Medicina Naturale per la Donna dell'Ospedale San Raffaele di Milano, è mamma di Sofia, Sara e Giacomo. Scrivile a: [natural@cairoeditore.it](mailto:natural@cairoeditore.it)

## Diventare madre dopo la malattia

**Gentile dottoressa**, devo affrontare alcuni cicli di chemioterapia e, considerata la mia età (31 anni), sto valutando con il mio compagno la possibilità di ricorrere alla crioconservazione degli ovociti, prima di iniziare le cure. Mi hanno spiegato che si tratta di una procedura molto sicura, ma abbiamo ancora molti dubbi. Potrebbe creare problemi al bambino, o compromettere eventuali future gravidanze? Grazie, **Micol**

**Cara Micol**, la tua è una grande sfida, e congelare gli ovociti è una spinta per guardare avanti, per pensare al tuo futuro da mamma. Una volta, le donne in età fertile colpite da un tumore non potevano sperare di sognarsi madri, se non con l'adozione di un bambino. Oggi, invece, la scienza riesce ad accompagnare i progetti delle donne e può salvare la fertilità femminile. Una volta guarita dal tumore, la donna potrà scongelare gli ovociti, fecondarli con il seme del suo partner e avere un bambino. Questo permette di vivere la gioia della maternità, i nove mesi della gestazione e la bella esperienza della sala parto. Il programma di congelamento degli ovociti è semplice, e non deve spaventarti. Innanzitutto, i ginecologi valuteranno la tua situazione personale per scegliere la cura ormonale adatta. La terapia sarà iniettiva: ogni giorno, per circa 10 giorni, dovrai eseguire delle iniezioni sottocutanee, sul ventre. Grazie a questa cura, le tue ovaie produrranno molti ovociti e i ginecologi supervisioneranno la stimolazione con ecografie a giorni alterni e anche con prelievo di sangue. Quando le ovaie saranno finalmente pronte, e gli ovociti maturi, sarà eseguito il pick up, ossia il prelievo. L'anestesista eseguirà una breve sedazione, il ginecologo aspirerà gli ovociti per via vaginale, con l'aiuto di un ago che pungerà le ovaie. Questo prelievo è molto breve, dura circa 15 minuti. La dimissione è prevista dopo circa due ore, dunque la permanenza in ospedale è davvero molto breve. A questo punto, gli ovociti sono affidati ai biologi che procedono al congelamento. In futuro, potranno essere scongelati e uniti al seme del tuo partner, per creare i vostri embrioni che, poi, saranno trasferiti nel tuo utero per avviare la gravidanza. Questo programma è ben validato ed è una grande risorsa, non crea problemi al bambino o per la gravidanza. È, invece, una grande opportunità per creare una bella famiglia.