



PARLIAMONE INSIEME CON LA GINECOLOGA

Stefania Piloni ginecologa all'ospedale San Raffaele - Resnati di Milano

# Quando il ciclo fa male

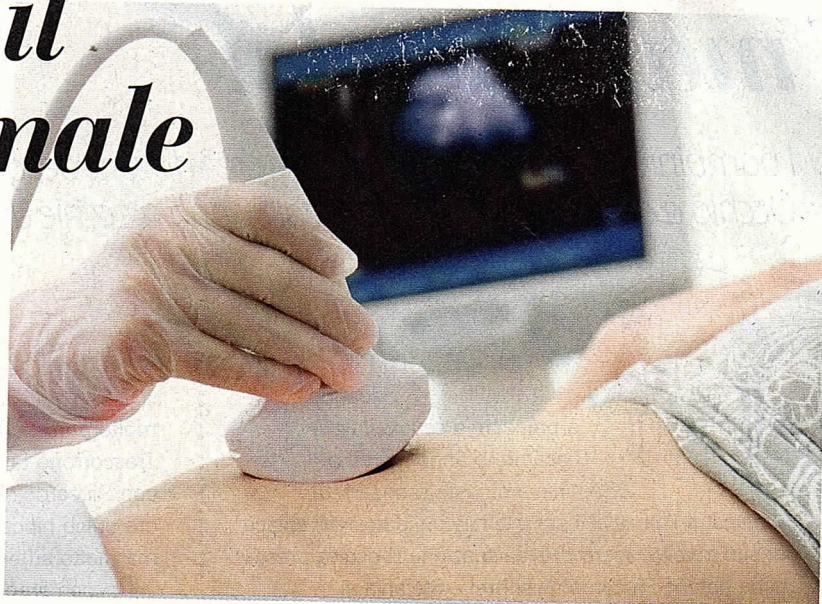
Di endometriosi, in Italia, soffrono tre milioni di donne. Ecco cosa fare per affrontarla al meglio

## 1 Un tessuto che si espande troppo

L'endometrio è la mucosa che riveste le pareti interne dell'utero. Talvolta, si diffonde al di fuori dell'organo, per esempio 'attaccando' le ovaie, i legamenti, la vescica, i muscoli pelvici e persino l'intestino. All'inizio sono solo aree di pochi millimetri, ma possono ingrandirsi poco alla volta e trasformarsi in vere e proprie cisti di sangue coagulato, la cui grandezza varia da pochi centimetri fino a 8-10 cm.

## 2 Sintomi facili da riconoscere

A oggi le cause originarie dell'endometriosi sono pressoché sconosciute. I sintomi, invece, no. Quello più esplicito è un dolore così intenso, in occasione del ciclo mestruale, da rendere difficili le normali attività quotidiane. Talvolta si aggiunge anche il dolore durante i rapporti sessuali perché il disturbo crea delle aderenze che, proprio durante il rapporto, vengono 'stirate', provocando fitte agli organi pelvici.



## 3 Gli esami per una diagnosi corretta

L'endometriosi colpisce le donne in età riproduttiva e la prima diagnosi, di solito, viene effettuata fra i 15 e i 35 anni. Per farla, il ginecologo esegue un'ecografia pelvica oppure un'ecografia interna attraverso una sonda transvaginale che permette di individuare una cisti fin dal diametro di mezzo centimetro circa. Oltre a questo, il ginecologo prescrive un esame del sangue per trovare un marcatore specifico responsabile della malattia.

## 4 Si può curare con la pillola anticoncezionale

I focolai e le piccole cisti possono essere trattati con il supporto di una terapia ormonale: in genere la formula scelta è la pillola contraccettiva. Di recente, un nuovo farmaco progestinico ha dato ottime possibilità di cura e ridotto il ricorso alla sala operatoria. Infatti, in caso di malattia estesa o di sterilità, può rendersi infatti necessario un intervento.

## 5 Un aiuto prezioso che viene dalla natura

Il più importante è il Pionogenolo, estratto dalla corteccia del Pino Marittimo, che vanta due ottimi studi scientifici. Utile anche il progesterone naturale, la Dioscorea Villosa, da usare dopo l'ovulazione per almeno 14 giorni al mese. I probiotici, in caso di estensione della malattia a livello intestinale, evitano invece uno stato infiammatorio eccessivo. Da ridurre, a tavola, glutine, zuccheri e prodotti di origine bovina, soprattutto latticini.

### Fertilità

L'endometriosi può formare cicatrici interne che possono chiudere le tube e danneggiare l'attività ovarica. Perciò i medici consigliano una gravidanza che, spesso, favorisce la guarigione completa.