



# FASTIDI INTIMI IN MENOPAUSA



a cura di **ROSSELLA NAPPI** - [salutedelladonna.unipv.it](http://salutedelladonna.unipv.it)

*Clinica Ostetrica e Ginecologica - IRCCS  
Policlinico S. Matteo - Università degli Studi di Pavia*

## Fai tu il primo passo!

In menopausa essere consapevole di cosa sta accadendo al tuo corpo significa avere tra le mani lo strumento più importante per prenderti cura di te. Nel caso dell'**Atrofia Vulvo Vaginale** è ancor più vero, in quanto non sempre viene discussa e valutata insieme al ginecologo. 1.200 donne italiane tra i 45 e i 75 anni hanno partecipato ad un recente studio, EVA, che ha messo a fuoco la condizione di atrofia vulvo-vaginale. I dati raccolti dimostrano che il 90% delle donne riferisce sintomi, in particolare secchezza e dolore nel rapporto, che possono essere ricondotti all'Atrofia Vulvo-Vaginale. È proprio la carenza ormonale, che si verifica più o meno intorno ai 50 anni, a causare i numerosi sintomi, che possono manifestarsi in questa fase della vita, compresi i disturbi dell'apparato uro-genitale parte integrante dell'Atrofia Vulvo-Vaginale, una condizione cronica e progressiva facilmente diagnosticabile con una visita ginecologica.

Nonostante siano moltissime le donne che soffrono per le conseguenze dell'AVV, in poche trovano il coraggio di raccontare i propri malesseri al ginecologo. Secondo quanto emerge dallo studio EVA, le donne raccontano dei propri sintomi e ricevono una diagnosi di AVV,

### **È LA CARENZA ORMONALE CHE SI VERIFICA INTORNO AI 50 ANNI A CAUSARE I SINTOMI**

quando la condizione è già severa. Parlare apertamente di secchezza vaginale, dolore durante i rapporti, bruciore, prurito, ecc. aiuta a prendere coscienza del proprio corpo, un passo fondamentale per prendersi cura di sé.

Dallo studio emerge anche che le terapie utilizzate con maggior frequenza per trattare l'AVV, come lubrificanti, idratanti e terapie con

estrogeni locali, non sempre soddisfano pienamente le donne da un punto di vista sia dell'efficacia che della comodità d'uso; i trattamenti locali risultano, infatti, poco adatti ad una somministrazione costante e continuata nel tempo.

In sintesi, si arriva tardi ad una diagnosi e, quando si inizia un trattamento, lo si interrompe molto spesso, continuando così a soffrire di disturbi, che diventano sempre più severi.

Raccontare precocemente i sintomi al vostro ginecologo e valutare con lui la terapia più adatta alle vostre esigenze e al vostro stile di vita è molto importante. Oggi, per esempio, sono disponibili anche terapie orali non ormonali per l'AVV come l'Ospemifene, che potrebbe aiutare chi, per esempio, non è soddisfatta delle terapie locali.

Può essere utile consultare [www.ilmiopiccolosegreto.it/ginecologo](http://www.ilmiopiccolosegreto.it/ginecologo) per saperne di più sull'Atrofia Vulvo-Vaginale e per identificare degli specialisti qualificati in tema di menopausa. ●