Cefalea mestruale: che cosa la scatena, come evitarla

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Sintesi del video e punti chiave

Molte donne soffrono di cefalea mestruale, ossia di un forte mal di testa che si verifica nei giorni del ciclo. Come nel caso dell'asma, di cui abbiamo parlato la scorsa settimana, entra in causa lo stretto rapporto fra sistema endocrino, sistema immunitario e sistema del dolore, con un ruolo fondamentale giocato dall'infiammazione locale e sistemica. In positivo, il disturbo può essere attenuato in modo semplice ed efficace.

In questo video, la professoressa Graziottin illustra:

- come la mestruazione sia innescata da un brusco calo dei livelli di estrogeni e progesterone, che attraverso la liberazione di sostanze infiammatorie da parte dei mastociti porta al distacco dell'endometrio e alla sua successiva espulsione attraverso il canale vaginale;
- come tale infiammazione locale, di per sé del tutto fisiologica, possa esacerbare il concomitante stato infiammatorio a carico di altri organi o distretti, con peggioramento dei sintomi correlati: difficoltà respiratorie, disturbi addominali, cefalea;
- perché un contraccettivo ormonale in continua, ossia senza interruzione, risolve il problema alla radice;
- gli studi internazionali che documentano, in particolare, l'efficacia della pillola con estradiolo valerato e dienogest;
- a quali ulteriori farmaci è opportuno ricorrere se la terapia contraccettiva si rivela insufficiente;
- come la cefalea mestruale si differenzi nettamente dall'emicrania, che nella forma con aura costituisce una controindicazione assoluta all'assunzione di contraccettivi ormonali.

Realizzazione tecnica di **Monica Sansone**