Come combattere la dismenorrea e la sindrome premestruale

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano
Dott.ssa Dania Gambini
Dipartimento di Ginecologia e Ostetricia, H. San Raffaele, Milano

Sono la mamma di una ragazza di 20 anni che da quando ha avuto il menarca convive con la sofferenza, nel senso che le mestruazioni sono irregolari, con flusso abbondante, e dolorosissime. Siamo state varie volte dai ginecologi che le hanno diagnosticato le ovaie policistiche. L'assunzione per vari mesi di una terapia ormonale ha risolto solo temporaneamente il problema, che si è ripresentato poco dopo. Prima del ciclo mia figlia diventa intrattabile, ma poi ritorna la ragazza gioiosa e felice di sempre. Grazie.
Anna Maria M.

La dismenorrea (mestruazioni dolorose) e la sindrome premestruale possono essere nettamente migliorate, o risolte, con una corretta terapia estro-progestinica, scegliendo specifici preparati da somministrarsi secondo un determinato ritmo di assunzione (ad esempio a regime continuativo, ossia senza pause). Una prima scelta potrebbe essere la pillola a base di drospirenone (Yaz), che negli Stati Uniti è stata approvata proprio per la sindrome premestruale severa.
Inoltre mestruazioni così dolorose fanno pensare a una possibile endometriosi. In ogni caso, il ginecologo di fiducia dovrebbe aver già escluso questa patologia.
In pratica, con la pillola indicata (da prescrivere sempre sotto controllo medico, se il vostro ginecologo concorda con questa indicazione terapeutica), sua figlia dovrebbe stare molto meglio sia sul fronte del dolore mestruale, sia su quello della sindrome premestruale. Potrebbe inoltre essere utile associare alcuni integratori naturali indicati per la sintomatologia premestruale: per esempio, il magnesio e l'agnocasto, estratto da un principio naturale utilizzato per i disturbi premestruali fin dal Medioevo!