# Cefalea post orgasmo: accertamenti e linee terapeutiche

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

*Gentile Professoressa Graziottin, qualche sera fa il mio ragazzo ha avuto un episodio di cefalea da orgasmo di tipo esplosivo. Ha 37 anni, è in buona salute, non ha problemi cardiovascolari. Sembrava uno strano mal di testa, proprio al centro della testa, improvviso e transitorio. Tornata a casa, preoccupata, ho acceso il computer e per fortuna trovato il Suo sito e quel mal di testa ha avuto il suo nome. Mi complimento con Lei. Il giorno dopo il mio ragazzo si è recato al lavoro, un lavoro manuale di 12 ore, dopo averne dormite solo tre. Vorrei sapere se questo tipo di cefelea si potrebbe verificare anche per un intenso sforzo fisico, se misurare la pressione l'indomani possa servire, se gli esami da Lei citati nei Suoi articoli (RMN e TC) sono indispensabili, e soprattutto come comportarmi alla prossima occasione di rapporto sessuale. E' molto probabile che si verifichi di nuovo l'episodio di cefalea, o è addirittura certo? Si verificherà sempre al raggiungimento dell'orgasmo? Sono preoccupata in merito al rischio di un ictus emorragico. E' possibile? Consiglia la prevenzione come da Lei menzionato? Mi scuso per le troppe domande... La ringrazio anticipatamente e fiduciosamente.*
*Francesca D.M.*

Gentile Federica, la cefalea post-orgasmo viene generalmente determinata da una crisi ipertensiva e, considerando che può essere spia di patologie cardiovascolari anche serie, o causare a propria volta una emorragia cerebrale, è indicato eseguire una serie di approfondimenti diagnostici (valutazione cardiologica completa con monitoraggio della pressione arteriosa, controllo di colesterolemia e glicemia, esecuzione di RMN cerebrale), in particolar modo nei casi in cui si ripeta nel tempo. In molti casi si tratta peraltro di un disturbo episodico, che scompare anche senza cure o si ripropone sporadicamente, senza essere legato a nulla di particolarmente grave. Un accertamento è quindi doveroso, per escludere cause significative e per la vostra stessa tranquillità. In assenza di indicazioni più impegnative, il medico vi saprà consigliare come prevenire gli attacchi a livello di stili di vita e indicare anche un'eventuale terapia sintomatica: un farmaco anticefalea prima del rapporto (sempre sotto prescrizione medica) permette di tornare a vivere serenamente l'intimità.
La prevenzione è un'arma fondamentale contro la cefalea: riduzione dello stress fisico ed emotivo, vita equilibrata, attività fisica moderata, sonno regolare (almeno sette ore per notte), riduzione di fumo e alcol sono tutte strategie utilissime, anche per la salute generale.
Per maggiori approfondimenti, Le consigliamo in particolare la lettura dei due articoli sotto indicati ("Cefalea dopo l'orgasmo: come affrontarla" e "Se il piacere spacca la testa"), pubblicati sul sito personale della professoressa Graziottin.