Dolori articolari in menopausa: la glucosamina e il movimento fisico aiutano

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

"Ho 55 anni, e sono in menopausa da tre. Soffro di vampate, tachicardia, dolori articolari alle mani e secchezza vaginale. Sto assumendo un integratore alimentare a base di trifoglio rosso e ovuli vaginali a base di estriolo, due volte la settimana, da tre mesi. Faccio periodicamente la visita ginecologica, l'ecografia transvaginale e la mammografia. Recentemente il ginecologo mi ha riscontrato un polipo di circa un centimetro: ma non ho problemi di sanguinamento, né dolori. Che integratore posso assumere per i dolori articolari? Gli ovuli posso prenderli per lungo tempo? Il polipo è da togliere? Vi ringrazio".
Francesca

Gentile Francesca, per quanto riguarda i dolori articolari le consigliamo integratori a base di glucosamina, da aggiungere ad attività fisica moderata e quotidiana. La terapia ormonale locale con estrogeni a basso dosaggio può essere utilizzata per lunghi periodi di tempo, ad applicazione mono o bisettimanale. Le consigliamo inoltre di asportare il polipo da lei descritto, controllando periodicamente che non si ripresenti. Un cordiale saluto.