Amenorrea ipotalamica: tutte le strategie per far ripartire lâ€™attivitÃ ovarica

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

La risposta in sintesi

Un blocco mestruale così prolungato può avere ripercussioni serie per la salute generale, perché il blocco dell'attività ovarica fa mancare all'organismo il fondamentale apporto dell'estradiolo, del progesterone e, in parte, del testosterone. In molti casi, però, è possibile ritrovare il ciclo con corretti stili di vita, un buon lavoro psicologico e, quando indicato, un aiuto farmacologico mirato.
In questa risposta illustriamo:
- come un'amenorrea molto lunga, oltre a compromettere la fertilità, possa danneggiare il cervello, i muscoli e le ossa;
- le due principali forme di amenorrea: funzionale ipotalamica; da esaurimento ovarico (con conseguente menopausa);
- che cosa accade, a livello organico, nell'amenorrea ipotalamica, e perché alla base di questo disturbo c'è normalmente una situazione di forte stress fisico o psicologico;
- come un buon centro di procreazione assistita possa eseguire un check-up completo della salute riproduttiva della donna e, attraverso un'adeguata stimolazione ormonale, aumentare anche le probabilità di ripresa spontanea dell'attività ovarica;
- il contributo del movimento fisico, del mindfulness, della psicoterapia e del training di rilassamento al recupero di un buon equilibro fra corpo e psiche, e al conseguente ripristino dell'ovulazione.

Realizzazione tecnica di **Monica Sansone**