Cicli con spotting e coaguli: non câ€™Ã¨ niente di â€□normaleâ€•

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

La risposta in sintesi

Gentile amica, mi permetto di dissentire dal parere del collega che la segue: un ciclo "normale" parte pulito e finisce pulito, indipendentemente dalla durata, ossia senza spotting prima o dopo la mestruazione. Se questo non accade, significa che c'è uno squilibrio ormonale in corso. La presenza di coaguli, poi, non è normale per niente! Il primo passo è individuare i fattori all'origine del suo problema, con un'accurata diagnosi differenziale: solo così si potranno definire terapie efficaci, sempre da abbinare a sani stili di vita.

In questo video illustro:

- il distacco "a stampo" dell'endometrio che dà luogo alla mestruazione;
- che cos'è lo spotting, quando tende a manifestarsi e da quali problemi ormonali può essere determinato;
- che cosa si intende, in particolare, per "fase luteale" e cosa accade quando i livelli di progesterone non sono ottimali;
- quale patologia può nascondersi dietro i coaguli, e quali ulteriori disturbi può determinare;
- alcuni fattori che possono provocare le irregolarità che lei lamenta: stress cronico, disbiosi intestinale, alterazioni dell'attività ovarica;
- gli stili di vita che aiutano a regolarizzare il ciclo: rispetto del sonno, movimento fisico quotidiano, alimentazione equilibrata, peso nella norma;
- la terapia farmacologica di prima linea, e i suoi principali obiettivi;
- l'importanza di curare tempestivamente anche l'eventuale anemia provocata dai flussi emorragici;
- la necessità di prestare sempre adeguata attenzione clinica a fenomeni che magari sono frequenti, ma certamente non normali.

Realizzazione tecnica di **Monica Sansone**