

## **Sindrome premestruale: tutti i vantaggi della nuova pillola 24+4**

Intervista alla Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

### **Sintesi dell'intervista e punti chiave**

I sintomi della sindrome premestruale sono spesso considerati "normali" e inevitabili, mentre invece andrebbero sempre curati con determinazione, perché condizionano pesantemente la qualità di vita della donna e dei suoi familiari: si pensi solo all'irritabilità, all'aggressività spesso incontrollabile, alle forti fluttuazioni dell'umore, ma anche al gonfiore e dolore addominale, alla dismenorrea, al dolore al seno (mastodinia) e all'aumento del peso. In Italia ne soffre, in misura variabile, il 61% delle donne; per il 6-8% di esse, soprattutto nella fascia di età fra i 30 e i 45 anni, l'impatto di questi disturbi è particolarmente grave e invalidante.

In positivo, anche nel nostro Paese sta per essere lanciata una pillola contraccettiva la cui innovativa formulazione offre importanti benefici nella cura della sindrome, a conferma del fatto che la contraccezione ormonale è una preziosa alleata non solo della sessualità, ma anche della salute femminile. Un dato che emerge anche da un recente sondaggio della Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia (SIGO), pubblicato sul sito "Scegli tu", sul livello di soddisfazione delle donne che usano la pillola "classica".

Da che cosa è provocata la sindrome premestruale? Perché la donna avverte non solo disagio psichico, ma anche disturbi somatici? Quali sono le caratteristiche della nuova pillola? E quali indicazioni emergono dal sondaggio SIGO?

In questa intervista illustriamo:

- la causa principale della patologia: la fluttuazione dei livelli di estrogeni e progesterone, determinata dalla mestruazione e aggravata da una probabile predisposizione genetica, innesca a sua volta uno grave squilibrio dei livelli di serotonina, il neurotrasmettitore che regola il tono dell'umore e il senso di benessere psicofisico;
- come e perché l'alterazione della serotonina determina anche disturbi somatici come il gonfiore addominale;
- i fattori che peggiorano ulteriormente il quadro clinico: stress prolungato, carenza di sonno;
- come la nuova pillola presenti una composizione tradizionale (etinil-estradiolo e drospirenone, un progestinico ad azione leggermente diuretica, entrambi a basso dosaggio), ma sia fortemente innovativa dal punto di vista della somministrazione: dai tradizionali 21 giorni di assunzione, con 7 di pausa, si passa a 24 giorni di farmaco attivo e 4 di placebo, da cui il soprannome di "pillola 24+4";
- i vantaggi di questa impostazione: maggior stabilità dei livelli ormonali e, di conseguenza, della serotonina e delle endorfine (le nostre molecole della gioia);
- perché si prevedono anche 4 giorni di placebo;
- i risultati del sondaggio SIGO: risposte pervenute; principali vantaggi della contraccezione ormonale (sicurezza anticoncezionale; sessualità e relazione di coppia; riduzione di dolori

mestruali e addominali, metrorragia, cisti ovariche, acne e irsutismo; parziale miglioramento della sindrome premestruale); maggiori problemi di salute nelle donne che non ricorrono alla pillola.