

## **Effetti collaterali delle terapie oncologiche: ecco come sono ritornata a fare una vita normale**

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

Racconti di sofferenza, resilienza e guarigione

Quattro anni fa ho scoperto di avere un tumore al seno, aggressivo e con metastasi, e da lì è iniziato il mio calvario: due interventi chirurgici, radioterapia, chemioterapia. Poi ho iniziato una cura anti-ormonale a base di letrozolo, con a me ha provocato effetti collaterali devastanti: dolore acuto al vestibolo vaginale, fragilità ossea, dolori muscolari, colesterolo alto. Dopo un mese sono passata al tamoxifene, che ho tollerato molto meglio. Ma avere rapporti sessuali con mio marito era diventato impossibile: a seguire, per anni, ho avuto sempre un dolore tremendo e cistiti dopo la penetrazione.

Dopo aver consultato diversi ginecologi e fatto tutte le terapie possibili, nel maggio 2025 sono finalmente andata dalla professoressa Graziottin: e seguendo in modo preciso e scrupoloso le sue indicazioni terapeutiche sono guarita dalla vestibolodinia, come mi è stato confermato poche settimane fa proprio da lei! Da un mese ho ripreso ad avere rapporti con mio marito, senza dolore, senza cistiti, e con tanto piacere!

Ecco, in dettaglio, come sono arrivata alla guarigione:

<li>ho seguito con scrupolo le terapie prescritte;</li><li>ho stimolato areola e capezzolo con piccoli vibrator, recuperando quasi completamente la sensibilità;</li><li>ho fatto la fisioterapia e altri esercizi a livello vaginale;</li><li>ho imparato a respirare profondamente, per rilassare il pavimento pelvico;</li><li>ho rispettato in modo preciso le indicazioni da seguire prima e dopo i rapporti.</li>Grazie a lei, professoressa, sono ritornata a fare una vita normale!

Alessandra