Dolore mestruale e disturbi intestinali durante il ciclo: le possibili cause

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 23 anni, e da tanto tempo soffro di terribili mal di pancia e disturbi intestinali (gonfiore addominale, diarrea) che si presentano sempre in prossimità del ciclo e nei giorni immediatamente dopo. Inoltre ho da sempre mestruazioni dolorose, associate a una fastidiosa febbriciattola (al massimo 37.7). Da tre anni prendo una pillola contraccettiva al drospirenone. Nel primo anno di assunzione ho notato un miglioramento: i fortissimi dolori passavano prendendo gli antidolorifici, che prima non mi facevano niente; poi però, col passare del tempo, i disturbi si sono ripresentati. Ora, soprattutto nei giorni prima del ciclo, ho crampi forti al basso ventre, schiena e retto, pancia dura come un sasso e molto gonfia, e come dicevo quella febbre leggera. A causa del fastidio addominale fatico anche ad avere rapporti. Ho fatto due visite dal gastroenterologo per sospetta malattia cronica intestinale e intolleranza al glutine, che poi le analisi hanno escluso. La conclusione dei dottori è stata che «lo scombussolamento generale dovuto al ciclo» mi irrita il colon e «provoca un'infiammazione del pavimento pelvico». La ginecologa mi ha detto che è normale avere questi mal di pancia per il ciclo, che anche la febbre è normale e che dalla ecografia transvaginale non vede niente di rilevante. Per i disturbi intestinali mi ha detto di non bere caffè (ne bevo pochissimo solo la mattina), evitare gli agrumi e non esagerare con i carboidrati. Sono passati due anni da quando ho fatto le analisi e le visite, porto pazienza ma non sono ancora convinta di quello che mi è stato detto. Questi mal di pancia e queste febbri possono essere normali, o è meglio consultare un altro medico? Vi ringrazio anticipatamente per la risposta".
Chiara R.

Gentile Chiara, il dolore mestruale (dismenorrea) è un sintomo relativamente frequente e purtroppo spesso sottovalutato ed "etichettato" come normale. Può riconoscere diverse cause, tra cui l'endometriosi, e può associarsi a sintomi gastroenterici come quelli da lei riportati.
Sarebbe opportuno rivalutare l'eventuale presenza di allergie o intolleranze alimentari che potrebbero sostenere il quadro infiammatorio cronico alla base della sua sintomatologia. In ogni caso, e nonostante la negatività delle analisi da lei effettuate per la celiachia, le suggeriamo di instaurare per un periodo di 2-3 mesi una dieta priva di glutine: potrebbe infatti trattarsi di una "gluten sensitivity", una condizione di sensibilizzazione per la quale a oggi non esistono test diagnostici scientificamente riconosciuti validi. Un miglioramento dei sintomi potrebbe confermare tale ipotesi.
Per quanto riguarda la sua difficoltà ad avere rapporti, sarebbero necessarie altre informazioni

© 2013 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org

(sede e caratteristiche del dolore). Le suggeriamo comunque di continuare con l'assunzione della pillola al drospirenone passando a un regime continuativo (ossia eliminando le ultime quattro compresse, che sono un placebo, e iniziando subito una nuova confezione), in modo da bloccare lo sfaldamento simil-mestruale, ridurre il dolore e proteggere anche la fertilità dell'ovaio. Un cordiale saluto.

© 2013 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org