Esaurimento ovarico da celiachia: come gestire la transizione perimenopausale

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

"Sono un architetto madre di due splendidi bambini di 2 e 4 anni. Ho scoperto di essere celiaca 15 anni fa, per una forte anemia, e da allora ho sempre rispettato la dieta. Ho sempre avuto un ciclo regolare, ma molto lungo ed abbondante, e l'anemia è sempre rimasta in agguato per questo motivo. Il mio primo bambino, venuto al mondo dopo un intervento chirurgico per rimuovere un fibroma di 6 centimetri e un aborto spontaneo, è nato con un cesareo d'urgenza per gestosi. Il piccolo non cresceva: è nato di 2 chilogrammi, ma oggi per fortuna è un bimbo normale. Il secondo è nato con un parto naturale il giorno prima del programmato cesareo. Da allora il mio ciclo è impazzito totalmente. Le mestruazioni sono sempre molto abbondanti, ma o ravvicinate o assenti per mesi. In più, qualche mese fa, ho accusato violenti mal di testa che dopo un'attenta analisi cardiologica sono stati attribuiti a sbalzi di pressione. Compirò 40 anni a febbraio. E' possibile che io stia già andando in menopausa? La celiachia in qualche modo incide?".

Gentile amica, sì, purtroppo la celiachia si può manifestare anche con sintomi legati alla ciclicità mestruale, come l'oligoamenorrea (cicli che saltano per diversi mesi), e menopausa precoce (prima dei 40 anni di età).
Le basi eziopatogenetiche dei disordini riproduttivi legati alla celiachia sono molteplici. Il punto chiave è questo: la celiachia è una malattia autoimmune scatenata da intolleranza al glutine. Quando il sistema immunitario comincia a sbagliare bersaglio, nel caso della celiachia attaccando la parete dell'intestino, e quindi aggredendo un proprio componente invece di germi o fattori estranei e nemici, è più probabile che sbagli ancora, attaccando altri tessuti. Ecco perché **chi ha una malattia autoimmune tende ad avere più patologie con questa causa scatenante**.
Nel caso della celiachia, è frequente la comparsa di **anticorpi contro l'ovaio**, che causano una distruzione anticipata della riserva ovarica. Ad essa conseguono irregolarità del ciclo, squilibri ormonali e, spesso, menopausa, anche precocissima, se la celiachia è comparsa nell'infanzia o nell'adolescenza.
Ne consegue che in caso di **celiachia** è sempre indispensabile **valutare la riserva ovarica** attraverso il dosaggio nel sangue dell'ormone Anti-Mulleriano (Anti Mullerian Hormone, AMH), l'inibina B, e la valutazione ecografica delle dimensioni delle ovaie in millimetri. Più sono piccole, rispetto all'età, più è probabile che la riserva ovarica sia in esaurimento. A ciò va aggiunta la mancanza cronica di nutrienti essenziali, dovuta al malassorbimento conseguente alla distruzione progressiva dei villi intestinali.

© 2014 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org

In sintesi quindi, per sapere se l'ovaio è a rischio di esaurimento anticipato, è opportuno misurare:
- gli anticorpi anti-ovaio;
- l'inibina B e l'ormone anti mulleriano (AMH): sono prodotti dai follicoli ovarici, e più sono bassi più indicano che l'ovaio è in riserva;
- le dimensioni delle ovaie, mediante ecografia transvaginale: più sono piccole e più indicano che il patrimonio di ovociti è ridotto;
- gli ormoni che stimolano l'ovaio, FSH ed LH, in terza o quarta giornata del ciclo mestruale.

In assenza di controindicazioni assolute alla terapia estro-progestinica, le consigliamo di assumere la pillola all'estradiolo e dienogest che la può accompagnare tranquillamente fino al cinquantesimo anno di età, prevenendo irregolarità mestruali, cicli abbondanti e anemia sideropenica, offrendole un perfetto equilibrio ormonale e una contraccezione sicura. Un cordiale saluto.