Sindrome premestruale: come combatterla

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

"Da circa un anno e mezzo, in concomitanza del ciclo, soffro di una forte depressione e ho solo voglia di stare a letto. Ho iniziato a prendere una pillola con estradiolo e dienogest, ma il problema non si è risolto, benché si sia modificato nella sua manifestazione. Questa pillola mi provoca uno spotting nella seconda settimana di assunzione, spesso tra il 13° e il 14° giorno, sempre con forte calo dell'umore, pensieri neri, confusione: insomma mi fa diventare una persona completamente diversa da quello che sono. Nella maggior parte dei casi devo passare tre o quattro giorni a letto. In passato ho sofferto di disturbo bipolare, ma ben compensato; nel 2017, a causa di un forte periodo di stress, ho ricominciato a prendere antidepressivi e stabilizzatori dell'umore (che prendo ancora). Spero che possiate darmi una vostra opinione… A me questa situazione non sembra più vita".

Gentile amica, la sindrome premestruale severa che la colpisce è legata alle oscillazioni ormonali tipiche della ciclicità mestruale. A tal proposito le consigliamo di sostituire la pillola che sta assumendo con un'altra terapia estroprogestinica monofasica in regime continuativo (ovvero senza pause), così da saltare il ciclo mestruale. Può integrare la terapia contraccettiva con magnesio e agnocasto assunti quotidianamente. Le consigliamo inoltre di parlarne con il suo psichiatra di riferimento per un'eventuale rimodulazione della terapia neurologica impostata. Un cordiale saluto.

© 2020 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org