Un complesso quadro infiammatorio: la prima terapia è il movimento fisico

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

La risposta in sintesi

Gentile amica, le patologie di cui soffre fanno pensare a un quadro di intensa infiammazione, a cui possono contribuire diversi fattori predisponenti. In un contesto di questo tipo, è essenziale adottare stili di vita sani e affidarsi a un ginecologo con competenze internistiche e una visione integrata della salute. In questo modo potrà ottenere una diagnosi precisa e terapie efficaci.

In questo video illustro:

- le basi metaboliche della policistosi ovarica, delle irregolarità del ciclo e della vulnerabilità alla candida;
- le negative conseguenze della sedentarietà;
- i benefici del movimento fisico aerobico quotidiano;
- perché, per affrontare il problema del dolore ai rapporti, è opportuno verificare il tono dei muscoli del pavimento pelvico;
- in quali condizioni una reazione immuno-allergica alle spore di candida presenti in vagina può scatenare una vestibolite vulvare.

Realizzazione tecnica di **Monica Sansone**

© 2021 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org