# Un puerperio sereno: come allattare a lungo tenendo sotto controllo l'endometriosi

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

**La risposta in sintesi**

*«Ho 41 anni, e sto allattando il mio secondo bambino. Vorrei proseguire l'allattamento finché mio figlio lo desidera. Non mi è ancora comparso il ciclo mestruale. Prima della gravidanza mi era stata asportata una ciste ovarica sospetta, poi rivelatasi di natura endometriosica. Immagino che presto il ciclo tornerà, e quindi mi domando che cosa sia meglio fare da quel momento fino alla menopausa. Ed è vero che l'endometriosi si può presentare in forma più aggressiva dopo una gravidanza e il puerperio? Quale terapia è più indicata per tenere sotto controllo la malattia e, nello stesso tempo, continuare ad allattare il piccolo senza problemi? La ringrazio per la sua attenzione, e per la sua opera a favore della salute delle donne».*

Gentile amica, dopo una gravidanza e l'allattamento si può effettivamente verificare un rimbalzo dell'endometriosi. Le fluttuazioni degli estrogeni e del progesterone, prime responsabili del peggioramento della patologia, sono infatti, durante la gestazione, crescenti ma sostanzialmente stabili, mentre in puerperio gli alti livelli di prolattina inibiscono la ripresa dell'attività ovarica. Ciò detto, le risposte alle diverse esigenze che lei prospetta ci sono, e sono efficaci.
In questo video illustro:
- come la minipillola al desogestrel sia l'opzione giusta per inibire l'ovulazione durante l'allattamento, garantire una contraccezione sicura e contrastare la progressione dell'endometriosi;
- le alternative dopo l'allattamento: proseguire con il desogestrel, se l'endometriosi rimane silente; oppure passare a una pillola con estradiolo naturale e un progestinico a scelta fra il dienogest e il nomegestrolo, dimostratamente efficace e sicura fino ai 50 anni, anche per i sintomi della premenopausa;
- come gli studi di sorveglianza dopo l'immissione sul mercato abbiano inoltre dimostrato la maggiore affidabilità dell'estradiolo rispetto agli estrogeni sintetici sul fronte del rischio trombotico a ogni età;
- l'importanza che qualsiasi tipo di contraccettivo sia assunto sotto stretto controllo medico.

Realizzazione tecnica di **Monica Sansone**