Ciclo mestruale: si può farne a meno senza rischi?

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

"Mia figlia ha 15 anni. Fin dal primo ciclo ha avuto dolori mestruali tremendi. La ginecologa le ha dato una pillola che ha ridotto il dolore solo di poco: ci ha allora proposto di prenderla ininterrottamente, così da non far venire più il ciclo, o averlo una o due volte l'anno, se proprio mia figlia lo vuole. Io sono preoccupata. Si può stare senza ciclo senza conseguenze?".
Mamma in ansia (Rovigo)

Gentile signora, la ginecologa vi ha consigliate molto bene e condivido questo suggerimento, per alcune ragioni. Innanzitutto, un dolore mestruale severo, fin dai primi cicli, fa pensare a un'endometriosi, malattia caratterizzata dalla presenza di endometrio, la mucosa che riveste l'utero all'interno e che si sfalda con la mestruazione, in altri organi e tessuti. Lì va incontro allo stesso sfaldamento mestruale, ma in sedi inappropriate. Ciò causa infiammazione cronica, dolore e progressivi danni, prima funzionali e poi anatomici, agli organi in cui l'endometriosi si annida. Nelle fasi iniziali della malattia le lesioni possono non essere visibili con gli attuali mezzi di indagine (ecografia addominale o laparoscopia): l'endometriosi è visibile quando dà lesioni di almeno 3 mm di diametro, che contengono già oltre 300.000 cellule! Quindi la malattia può essere "subclinica" e dare segno di sé solo con il dolore mestruale.
Togliendo il ciclo ("silenzio mestruale") con una terapia ormonale continua a basso dosaggio, quale è una buona pillola contraccettiva (ottima quella con estrogeno naturale e dienogest: quest'ultimo, anche da solo, è già stato approvato in molti Paesi come farmaco specifico per la cura dell'endometriosi) si ottengono due risultati: si dà al corpo femminile la quantità di estrogeno naturale, di cui ha bisogno, a livelli costanti, il che riduce l'infiammazione associata alle fluttuazioni ormonali tipiche del ciclo; evitando lo sfaldamento mestruale, si previene il progressivo danno di organi e tessuti causato dall'infiammazione ripetuta.
Stia quindi tranquilla. Gli obiettivi più importanti sono questi: che sua figlia non abbia dolore ora; e che possa prevenire possibili complicanze future dell'endometriosi, quali dolore alla penetrazione profonda, dolore pelvico cronico, infertilità e menopausa. Nelle donne che soffrono di dismenorrea grave come sua figlia, una pillola ben scelta, assunta senza interruzioni e senza avere il flusso, protegge la salute e la fertilità!

Prevenire e curare – Quello che le nostre nonne non sapevano
- Cent'anni fa, le donne avevano 140-150 cicli in tutta l'età fertile, a causa dell'amenorrea causata da numerose gravidanze, aborti e allattamenti prolungati
- Ora ne hanno 450-480, quindi triplicati in soli cent'anni, con aumento di problemi e malattie (quali l'endometriosi) legati all'eccessivo ripetersi del ciclo e dell'infiammazione associata
- Ridurre il numero di cicli ai livelli tipici per millenni può essere una scelta di salute, almeno per le donne che hanno molti sintomi mestruali, dolore in primis

© 2012 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it

Schede mediche sull'endometriosi disponibili sul sito della Fondazione Graziottin

Endometriosi - Prima parte: Che cos'è e perché causa dolore

Endometriosi - Seconda parte: Come arrivare a una diagnosi precoce

Endometriosi - Terza parte: Come si cura

Endometriosi - Quarta parte: L'impatto sulla sessualità