

## Una lunga fedeltà: storia di una menopausa ben curata

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Come sono contenta di rivederla! Non vedevo l'ora di riabbracciarla! Questi sono per lei!».

Un sorriso immenso accende il volto luminoso, mentre mi porge un delizioso mazzo di fiori: «Sa che quest'anno è il nostro anniversario?».

«Davvero? Quanti anni sono passati dalla prima volta? Un bel po', mi pare».

«Trenta, carissima, trenta! Trent'anni d'amore, come dico sempre. A cinquant'anni, quando mi sono arrivate quelle vampate furiose, sono corsa da lei. E ho fatto benissimo. Sa che nessuno ci crede che ho ottant'anni compiuti? Tutto merito suo!».

«Veramente lei ci ha messo tantissimo! Con questa genetica, questo carattere stupendo e la sua disciplina, ogni medico farebbe una gran bella figura!».

Che energia magnifica! penso tra me. Tutte così dovremmo invecchiare! La signora ha una vita intensa, il cervello vivace, la conversazione brillante. Vedova da molti anni, vive sola, autonoma e indipendente, quando molte altre donne sono piene d'acciacchi da vent'anni. Una gioia per i figli, invece che un carico. I suoi nipoti la adorano: "la nonna col turbo" la chiamano, con gran ragione.

«Ci tenevo così tanto a venire dopo tutta questa lontananza. Ho un po' di cose belle da dirle!».

«Che fortuna», penso tra me. Di questi tempi sono aumentate molto, anche tra le pazienti, le donne tristi, depresse o ansiose. Molte le sfiduciate, qualcuna con molta rabbia libera, in cerca di qualcuno su cui scaricarla. Un'ottantenne sorridente e innamorata della vita è una flebo di buonumore, anche per un medico.

«Ho tutti gli esami, ottimi. Sangue perfetto, me l'ha detto il mio medico di famiglia, che è bravo e mi vuole bene. Il radiologo che mi ha fatto la densitometria ossea mi ha detto che ho solo un ninin di osteopenia stabile, niente di più. Anzi mi ha fatto i complimenti, perché ho le ossa migliori di tante cinquantenni! La faccio ridere. Sa che mi diverto tanto, quando vado a fare gli esami? Tutti i suoi colleghi mi chiedono cosa prendo, per stare così bene! E io: ormoni, i benedetti ormoni della mia amata professoressa. L'ultimo con cui ci siamo fatti due risate proprio di gusto è l'altro radiologo da cui vado da più di vent'anni per la mammografia. Sa che io sono una fedele, se mi trovo bene con un medico non lo cambio più».

«Giusto! Per invecchiare bene ci vuole anche un bel gioco di squadra, con gli specialisti di fiducia».

«Esatto! Il radiologo mi ha detto che il mio seno è sempre lo stesso e io anche, sempre uguale! Mentre le altre che non prendono gli ormoni invecchiano con fatica, e qualcuna proprio male. E il 10 per cento di quelle che non hanno mai preso un ormone ha il tumore al seno comunque. Mi ha detto che è si è convertito alla terapia ormonale e l'ha consigliata anche a sua moglie!».

«Stupendo! E le altre cose belle che mi voleva dire?».

«Seguo tutte le raccomandazioni che mi ha fatto: mi alzo precisa e se è bel tempo, anche d'inverno, mi faccio una camminata fuori di un'oretta. In casa mi sono presa la cyclette con lo schienale, come mi aveva suggerito, così pedalo mentre mi guardo i film. Non sarò Bartali sul Pordoi, però intanto mi muovo. Ho più fiato adesso di dieci anni fa!».

«Bene! Però vedo un'aria birbetta...».

«Ho un fidanzato! Un vecchio amore ritrovato».

«Chapeau! Quanti anni?».

«Un po' più giovane, 72 anni. Quelli dalla mia età sono infrequentabili. In questi mesi non siamo riusciti a vederci per la questione del lockdown. Però dal punto di vista sentimentale è magnifico. Mi chiama due volte al giorno e ci facciamo delle splendide chiacchierate. Ci crede, lei, alla mia età? Mi è tornato in mente il racconto di Vita Sackville-West, "Ogni passione spenta", di cui avevamo parlato insieme qualche anno fa. Quella deliziosa Lady Slane, vedova del viceré delle Indie, che alla mia età si ribella a tutte le convenzioni e ritrova un antico amore, come me. Con una differenza!» aggiunge ridendo: «Quel suo amore tardivo sarebbe stato molto più acceso se avesse preso i suoi amatissimi ormoni, come me».