Vertigini dopo la menopausa: gli ormoni possono aiutare

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

"Ho 55 anni, in menopausa da tre. Non ho fatto terapia ormonale perché avevo solo vampate e insonnia, che riuscivo a sopportare. Adesso ho un problema molto serio: un senso di instabilità, come se mi mancasse l'equilibrio, con un senso di insicurezza e paura di cadere che mi paralizza. Non riesco a scendere le scale, come se avessi il vuoto sotto. La vertigine mi prende perfino lo stomaco. Non faccio un passo se non mi appoggio a qualcuno. Ho già visto diversi otorino, fatto tante cure, ma il problema resta. Mia sorella mi ha detto: «Stai attenta che non sia la menopausa…». Lei cosa ne pensa?".
Margherita C. (Reggio Emilia)

Penso che sia probabile. Lo dico per esperienza clinica: negli anni ho seguito molte donne con i suoi disturbi, che stanno molto meglio con la terapia ormonale sostitutiva, in sinergia con le cure specifiche date dal Collega Otorinolaringoiatra. Già nel lontano 1999 avevo scritto un libro su "Estrogeni e organi di senso", in cui avevo approfondito quanto la carenza di ormoni sessuali, dopo la menopausa, possa colpire tutti gli organi di senso, equilibrio incluso.
La ragione è semplice: tutto il sistema nervoso – centrale, periferico e viscerale – soffre per la carenza di ormoni sessuali, con sintomi più evidenti a carico di alcuni organi e distretti, per ragioni di vulnerabilità genetica.
Nel suo caso specifico, ci sono due elementi importanti da considerare: da un lato la sensazione di perdita di equilibrio, che suggerisce una sofferenza dell'apparato dell'equilibrio, che si trova nella profondità dell'orecchio, e delle vie nervose ad esso collegate; dall'altro quel malessere da vertigine che le prende lo stomaco, e che gli inglesi chiamano "dizziness". Intendendo, con questo termine, un senso di instabilità a genesi viscerale. Anche il cervello viscerale, ricchissimo di cellule nervose e di neurotrasmettitori, e molto sensibile agli ormoni, può infatti contribuire in modo significativo ai disturbi che lei nota. Non posso poi escludere che il tutto peggiori per l'ansia e il panico, comprensibilissimi, che questa situazione comporta.
Tutti e tre questi sintomi possono migliorare con la cura ormonale, ben personalizzata. Le pazienti con il suo disturbo, che seguo anche da vent'anni, sono tornate a fare sport e perfino ad andare sui sentieri in montagna, recuperando gioia di vivere, sicurezza e fiducia nel futuro. Glielo auguro di cuore!

Prevenire e curare – Ormoni e "competenze gemelle" tra specialisti
La buona pratica clinica richiede che gli specialisti, di aree anche molto diverse, tornino a collaborare ponendo al centro la paziente: che non è un utero o un seno che cammina, un cuore lacero-contuso o un cervello in crisi. Le chiamo "competenze gemelle". Gli ormoni sono un fattore unificante, perché ogni cellula e tessuto ha recettori per gli ormoni, che ne condizionano salute o

© 2019 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it

malattia. Con terapie sinergiche, nelle diverse problematiche, tutti i sintomi migliorano: purché la diagnosi sia precoce e le cure tempestive.