

Innamorata a 72 anni: come curare la secchezza intima

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Gentile professoressa Graziottin, la seguo da tanto tempo! Le sue risposte sono sempre illuminanti. Aiuti per favore anche me: ho 72 anni, vedova da 8, ho un compagno con cui ho una bellissima intesa fisica e mentale, di qualche anno più giovane. Mi sono rivolta a un ginecologo per secchezza vaginale, vampate di calore e insonnia. Speravo in una cura ormonale, visto che sono sana e con esami normali. Invece mi detto che non può prescrivermi gli ormoni perché ho più di 65 anni. Mi illumini. Cosa posso fare?».».

MC

Sono felice che stia vivendo una luminosa storia d'amore, gentile signora. I sintomi che lei lamenta hanno diverse possibilità di aiuto farmacologico. Per la secchezza vaginale, il gel con spermidina e acido ialuronico, oppure il gel con vitamina E, che contengono solo sostanze naturali, possono essere usati da tutte le donne in serenità. La terapia ormonale locale è possibile a ogni età, con la sola esclusione delle donne che abbiano avuto un tumore alla mammella, o delle donne che abbiano avuto un tumore dell'endometrio o delle ovaie e siano state operate da meno di 5 anni. Tutte le altre, circa l'88%, possono utilizzare con soddisfazione la terapia ormonale vaginale e vulvare fino a cent'anni e più, se lo desiderano.

In che modo? In vagina hanno ottimo effetto anti-secchezza minime quantità di estrogeni naturali (estriolo o estradiolo), in crema o compresse con applicatore, e il prasterone, in ovuli vaginali. E' un ormone sintetico ad azione solo vaginale, approvato "per utilizzo senza limiti di tempo" dalla Food and Drug Administration, il rigoroso ente di controllo statunitense per alimenti e farmaci. Su vulva e vagina l'ormone anti-secchezza più efficace è il testosterone di derivazione vegetale, dalla dioscorea, in preparazione galenica fatta dal farmacista certificato, su prescrizione medica cartacea. Il ginecologo curante valuterà poi con anamnesi ed esame obiettivo l'indicazione a continuarla, dopo i primi sei mesi di cura. La specifica terapia vulvare e vaginale ha azione anti-age e ricostruttiva, antinfiammatoria e anti-secchezza, con il ritorno della lubrificazione naturale. Facilita il recupero del profumo di donna e della flora batterica amica (microbiota) sulla vulva e in vagina, ma anche in vescica, dato che vagina e vescica in salute condividono il 32% dei lattobacilli amici, tra cui il *Lactobacillus crispatus*.

Il testosterone poi regala un doppio premio: una più vivace risposta sessuale e la protezione della vescica, perché riduce il rischio di cistiti dopo rapporto e l'urgenza minzionale, ossia il bisogno perentorio di urinare, grazie al suo effetto "calmante" sulla parete della vescica, ricca di recettori proprio per il testosterone.

Per le vampate è utile la fitoterapia, con estratti di polline e pistillo e/o fitoestrogeni. Se la loro intensità è severa, con risvegli notturni e insonnia, è indicato il fezolinetant, una sostanza non ormonale efficace nel regolare il termostato "starato" dalla carenza di estrogeni post-menopausale.

In donne sane, con ottimi stili di vita, normopeso, che fanno attività fisica quotidiana, che non

fumano e non bevono, e senza specifici fattori di rischio, è possibile infine considerare la terapia sistemica transdermica, con gel, cerotti o creme di estradiolo e progesterone bioidentici, alle dosi minime efficaci, anche oltre i 65 anni.

Pillole di salute

«E' possibile che un forte stress, la perdita di mia mamma, mi abbia fatto venire la cistite?».

Emma R.

Sì: nella mia lunga vita professionale, ascoltando che cosa fosse successo prima della comparsa della cistite, ho spesso notato lutti che avevano causato molta sofferenza. Gli antichi medici cinesi l'avevano ben descritto così: «La cistite è una casa che piange», in senso reale e simbolico. Un abbraccio affettuoso.

«Da circa un anno mi torna spesso l'herpes genitale, con un bruciore tremendo che mi impedisce di avere rapporti. Potrebbe essere utile la lattoferrina? Perché?».

Angela

L'herpes genitale è causato dal virus Herpes Simplex (HSV). Dopo l'infezione, il virus rimane nascosto nel DNA delle cellule genitali perché utilizza lo stesso "alfabeto" del nostro codice genetico. Può riattivarsi in condizioni di stress e/o di indebolimento del sistema immunitario. La lattoferrina, una proteina presente nel latte e in altre secrezioni corporee, ha proprietà antimicrobiche e antivirali. Può essere utilizzata localmente sotto forma di crema per alleviare i sintomi dell'herpes genitale e prevenire altre infezioni batteriche. Ne parli con il suo medico curante!
