

Il diabete colpisce anche la sessualità della donna

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Ho letto con molto interesse la sua risposta al signore diabetico. Anch'io sono diabetica da otto anni. Neanche a me il diabetologo ha mai, dico mai, parlato delle complicanze sessuali del diabete. Lo controllo con molta fatica, con dieta ferrea, e cammino tutte le mattine come lei raccomanda, ma la lotta col peso è tremenda. Ho un problema in più perché la ginecologa non mi ha voluto dare la terapia ormonale proprio perché sono diabetica. Vampate, insonnia, secchezza, dolore ai rapporti, desiderio morto, zero meno di zero, un inferno. Cosa posso fare?». Luigina

Ha ragione, purtroppo. Le cause mediche delle disfunzioni sessuali nelle donne restano la "cenerentola" della medicina. In Italia vivono oltre 3.500.000 diabetici. Di questi, oltre 1.500.000 sono donne. Fino al 50% delle donne con diabete di tipo 1, giovanile, e il 68% delle donne con diabete di tipo 2, insulino-dipendente, ha disfunzioni sessuali di cui non si parla quasi mai. E che peggiorano in modo drammatico quando i disturbi sessuali vengono complicati da una menopausa non curata.

Ecco la buona notizia: il diabete non controindica in modo assoluto la terapia ormonale sostitutiva (TOS), anche sistemica. La TOS va valutata bene in ogni donna, perché anzi può essere d'aiuto a ridurre addirittura la progressione del diabete, quando il diabete stesso è ben controllato e in assenza di complicanze cardiovascolari già in atto.

In sintesi: 1) la TOS locale può essere fatta con serenità e per tutta la vita, se non compaiono altre controindicazioni. Controlli sempre bene la glicemia perché altrimenti gli estrogeni locali potrebbero aumentare il rischio di vaginiti da candida, un fungo ghiottissimo di zuccheri che diventa aggressivo quando la glicemia sale. Meglio allora usare il testosterone locale, ma sempre tenendo bassa la glicemia, fattore che resta cardinale per la salute di tutti gli organi e tessuti; 2) La TOS sistemica, attraverso la via transdermica, con estrogeni in cerotto, gel o spray, e progesterone naturale, per bocca o in vagina, può essere fatta con serenità quando il diabete è ben controllato e gli stili di vita sono sani, come i suoi. Ottima la camminata mattutina e l'impegno a restare normopeso, perché questo riduce la più importante controindicazione alla TOS, che è l'aumentato rischio cardiovascolare, più frequente nelle donne diabetiche, obese e fisicamente inattive.

In assenza di altre controindicazioni, la TOS potrebbe poi aiutarla a: 1) recuperare energia vitale, aiutandola a non avere più vampate e a dormire finalmente bene. L'insonnia persistente, causata dalle vampate, è il primo killer del desiderio sessuale, ma è anche un fattore che potenzia i rischi cardiovascolari del diabete, infarto e ictus in primis; 2) migliorare la secchezza vaginale, ridurre il dolore ai rapporti e potenziare l'orgasmo, se non ci sono danni neurologici o vascolari in atto.

La sinergia fra il suo impegno a seguire con costanza stili di vita sani per controllare meglio il diabete, un migliore alleanza terapeutica con il diabetologo e una TOS, anche sistemica, personalizzata e ben monitorata potrebbe aiutarla a ritrovare energia e salute, migliorando

controllo del diabete e intimità!

Pillole di salute

«Da quando mia figlia prende la pillola continuativa, perché aveva cicli abbondanti e dolorosissimi, non ha quasi più attacchi d'asma, che peggioravano invece durante le mestruazioni. Possibile?».

Sì, il 27-42% delle donne asmatiche ha crisi peggiori durante il ciclo, scatenate dalla periodica caduta dei livelli degli estrogeni, caduta che è pro-infiammatoria. Ottima la pillola senza interruzioni: tre problemi ridotti in un colpo solo!

«La mia ginecologa mi ha detto tutta contenta che si è "convertita" alla TOS dopo averla sentita a diversi congressi, e me l'ha prescritta! Sono rinata! E mio marito mi ha detto di ringraziarla perché con questa cura ci avete salvato l'amore e il matrimonio!».

Graziella e Roberto

Super grazie, ne sono felice! E' questo il senso dei convegni: aggiornare le conoscenze e migliorare la pratica clinica, per aiutare sempre meglio i nostri pazienti, donne e uomini, a riconquistare salute e, se desiderata, anche più felicità nell'intimità.
