

La notizia
di Ginevra

Editore: S.A.I.G.
10, Av. Ernest-Pictet
1203 Genève
Tel. + fax + 41 22 700 97 45

C.C.P. 65-753873-3
www.saig-ginevra.ch
info@saig-ginevra.ch

Direttore editoriale:
Carmelo Vaccaro
N. +41 (0) 78 865 35 00

Amministratore:
Gino Piroddi

Segretaria
Margherita Marchese
Samantha Gatto

Redattori e Collaboratori:

-Menotti Bacci
-Guglielmo Cascioli
-Francesco Decicco
-Vincenzo Bartolomeo
-Avv. Alessandra Testaguzza
Consulente legale SAIG

Organo uff. della S.A.I.G.**Collaboratori:**

Dott. Francesco Artale
Dott.ssa Valentina Mercanti
Dott.ssa Margherita Marchese
Foto e video: ciaoitalia.tv
© Riccardo Galardi

Tiratura 3.000 copie
Distribuzione: Poste GE

Distribuito ai membri delle
associazioni e agli italiani
del Cantone di Ginevra

10 numeri l'anno, escluso
i mesi di luglio e agosto

Il valore di questa copia e
di 2.00 frs.

Gli articoli impegnano
solo la responsabilità
degli autori.

La menopausa**Che cosa è la menopausa?**

La menopausa è un evento fisiologico che corrisponde al termine dell'età fertile di una donna.

E' caratterizzato da assenza di mestruazioni per 12 mesi. Il periodo che precede la menopausa si chiama "premenopausa" ed è caratterizzato da cicli mestruali irregolari, di durata e quantità variabile da mese a mese. In media le donne vanno in menopausa a 51 anni. Solo l'1% della popolazione femminile entra in menopausa prima dei 40 anni. In questo caso si parla di "menopausa precoce".

Come si diagnostica?

Nella maggior parte dei casi, la diagnosi di menopausa viene fatta sulla base dei sintomi. Un dosaggio ormonale è raramente necessario.

Uno dei sintomi più comuni sono le vampate di calore, soprattutto notturne, che durano circa due anni ma che possono, raramente, persistere fino a 6 anni. Le donne in menopausa possono anche soffrire di sintomi come disturbi del sonno e della concentrazione, stanchezza e disfunzioni della sfera genitale. Questi sintomi possono essere leggeri e sopportabili per alcune donne, oppure manifestarsi intensamente in altre, necessitando un trattamento medico.

Quali trattamenti esistono e quando farne uso?

Il trattamento della menopausa spazia



dai consigli di igiene di vita, la fitoterapia, terapie alternative, alla terapia ormonale sostitutiva, che è il trattamento più efficace.

L'obiettivo principale del trattamento della menopausa è di preservare la qualità di vita delle pazienti, diminuendo l'intensità dei sintomi e anche il rischio di sviluppare altre malattie come per esempio

quelle cardio-vascolari e l'osteoporosi.

Un consiglio?

Il mio consiglio per le pazienti in menopausa è di intrattenersi con il proprio medico per discutere dei sintomi più fastidiosi. Per la menopausa infatti non esiste un solo trattamento ma diversi approcci terapeutici mirati a migliorare la qualità di vita. Grazie ad un'anamnesi accurata e ad un controllo clinico e biologico si potranno escludere possibili contro-indicazioni al trattamento ormonale e mettere in evidenza possibili fattori di rischio o malattie già presenti.

L'incontro con il medico sarà anche l'occasione per valutare e discutere gli effetti benefici della terapia ed anche i possibili effetti collaterali.

Dr. Valentina Mercanti

tel: 022 339 89 89

Specialista FMH in ginecologia e ostetricia
Centre Médicale de Plainpalais
Rue de Carouge 24-1205 Ginevra

<https://cmplainpalais.ch>

In partenariato con la SAIG (Società delle Associazioni Italiane di Ginevra)

Avec l'appui de la Ville de Genève (Département de la Cohésion Sociale et de la solidarité)

