

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
Dott.ssa Federica Lobino

Redattori e Collaboratori:

-Menotti Bacci
-Oliviero Bisacchi
-Francesco Decicco
-Antonio Scarlino
-Federica Di Stefano
-Avv. Alessandra Testaguzza
Consulente legale SAIG

Organo uff. della S.A.I.G.

Collaboratori:

Dott. Francesco Artale
Dott.ssa Valentina Mercanti
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 è di 2.00 frs.

Gli articoli impegnano solo la responsabilità degli autori.

La sconosciuta Sindrome Premestruale!**Che cosa è la sindrome premenstruale ?**

La sindrome premenstruale è definita come un insieme di sintomi fisici e psicologici che si manifestano ogni mese nei dieci giorni che precedono le mestruazioni e che regrediscono o scompaiono completamente alla fine delle mestruazioni. Questi sintomi hanno un impatto non trascurabile sulla vita personale e lavorativa delle donne che ne soffrono. Non se ne parla molto, ma era già conosciuta nel 1953 quando la dottoressa Katharina Dalton pubblicò i suoi studi, coniando il nome di "Sindrome Premestruale" o "SPM".

Quante donne ne soffrono?

Circa il 30% delle donne in età fertile. Non sembra esserci differenza secondo le etnie. Circa il 5% delle donne soffre di una forma di sindrome premenstruale severa con un impatto significativo sulla loro vita personale e professionale.

Come si manifesta?

Le donne che soffrono di sindrome premenstruale possono manifestare sintomi della sfera psicologica e comportamentale, come cambiamenti di umore, irritabilità, aggressività e una ridotta capacità di concentrazione, associati a sintomi fisici come fatica, gonfiore, mal di testa, dolore addominale, tensione al seno e cambiamento dell'appetito. La sindrome premenstruale scompare con la menopausa e durante la gravidanza.

Come si diagnostica?

L'auto-valutazione della paziente è di grande aiuto per la diagnosi di sindrome premenstruale. La paziente deve



completare un calendario giornaliero dei sintomi, indicando anche la loro gravità. L'autovalutazione dura 3 mesi consecutivi. Sarà poi il ginecologo a porre la diagnosi secondo dei criteri diagnostici predefiniti e dopo aver escluso altre patologie che possono manifestarsi con sintomi simili.

Qual è il trattamento?

La cura consiste in consigli di igiene di vita e di alimentazione, un trattamento farmacologico e una terapia cognitivo-comportamentale.

Un consiglio per le nostre lettrici:

Se regolarmente, ogni mese, prima delle mestruazioni avete dei sintomi affini alla sindrome premenstruale, sintomi che hanno un impatto significativo sulla vostra vita personale e lavorativa, allora parlatene con il vostro ginecologo.

Dr. Valentina Mercanti

tel: 022 339 89 89

Specialista FMH in ginecologia e ostetricia
Centre Medicale 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)

