

Atrofia Vaginale

Tradotte dalla Società Italiana per la Menopausa. La Società Internazionale per la Menopausa è grata per avere la possibilità di adattare per un uso globale le informazioni che sono state prodotte originariamente da SIGMA la Società per la Menopausa Canadese. Le informazioni mediche e scientifiche fornite potrebbero non essere rilevanti per circostanze particolari e devono sempre essere discusse con il proprio medico di riferimento. Il testo può avere subito lievi modifiche per adattarlo alla realtà nazionale.

www.sigmamenopause.com

Atrofia Vaginale

www.menopauseinfo.org

menopause
Info

Quando Il Sesso Fa Male

CHECKLIST DEI SINTOMI:

Per piacere, per facilitare la discussione con il tuo medico compila questa checklist.

Soffri di:

- Una sensazione di secchezza vaginale durante le tue attività quotidiane?
- Fastidio a livello vaginale al di fuori dell'attività sessuale?
- Dolore durante il sesso?
- Prurito o bruciore vaginale?
- Prurito o irritazione delle labbra?
- Infezioni urinarie frequenti o ricorrenti?
- Sintomi da infezioni fungine?
- Necessità di urinare più spesso?
- Necessità di urinare più spesso durante la notte?

Il viaggio di ogni donna attraverso la menopausa è unico. Mentre alcune donne vivono una transizione abbastanza priva di sintomi, per altre vi sono difficoltà e sintomi fastidiosi. La secchezza vaginale (atrofia vaginale) è un problema comune che peggiora con l'età. Sono disponibili varie opzioni terapeutiche che possono aiutare le donne a combattere questo problema e a vivere una vita ricca, soddisfacente e attiva.



Sintomi Vaginali E Vescicali

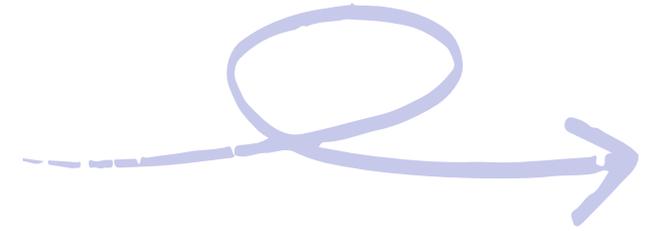
Bassi livelli di estrogeni dovuti alla menopausa possono causare dei cambiamenti a livello della vagina e della vescica. Per alcune donne questi sono gli unici cambiamenti fastidiosi dovuti alla menopausa. Molte donne trovano difficile parlare di questi cambiamenti e possono essere imbarazzate a discuterne con il medico.

Cosa è l'Atrofia Vaginale (urogenitale)?

L'apparato genitale della donna, che include la vagina, la vulva e l'uretra, dipende dagli estrogeni per la propria salute. Gli estrogeni sono i principali ormoni della donna. Prima della menopausa gli estrogeni favoriscono l'idratazione e la lubrificazione dei tessuti che circondano la vagina. Il rivestimento della vagina è elastico e gli estrogeni aiutano a produrre una sostanza, chiamata glicogeno, che contribuisce a proteggere la vagina dalle infezioni. Dopo la menopausa i livelli di estrogeni crollano. Questa situazione causa delle modificazioni della vagina definite "atrofia vaginale", "atrofia urogenitale" o "vaginite atrofica". La vagina diviene più corta, meno elastica e più asciutta. La vagina e la vulva acquisiscono un aspetto differente e sono a maggior rischio di infezione. Inoltre, molte donne iniziano a manifestare sintomi fastidiosi in conseguenza di queste modificazioni.

Quanto è Comune l'Atrofia Vaginale?

L'atrofia vaginale colpisce sino all'80% delle donne, secondo l'età e altri fattori. Talvolta inizia prima della cessazione delle mestruazioni. A differenza delle vampate e delle sudorazioni, che tendono a migliorare con l'età, la secchezza vaginale peggiora con il passare del tempo dopo la menopausa. E' sotto-diagnosticata e sotto-trattata. Solo il 20-25% delle donne che ne soffrono chiede una cura. Poiché le donne attualmente trascorrono oltre 1/3 della vita dopo la menopausa, vi sono molte donne che soffrono di questo problema in silenzio.



Come faccio a sapere se ho l'atrofia vaginale?

I sintomi dell'atrofia vaginale possono variare da lievemente fastidiosi a estremamente problematici. Quelli riportati più di frequente sono: secchezza vaginale, prurito, bruciore, scarsa lubrificazione durante i rapporti sessuali e dolore durante il sesso (dispareunia). Alcune donne vanno incontro a frequenti infezioni dolorose della vescia. Questi sintomi possono anche condurre a difficoltà nella vita di coppia, stress emotivo e peggioramento della qualità di vita. Molte donne inizieranno ad evitare i rapporti sessuali a causa del dolore. Sfortunatamente, astenersi dai rapporti può spesso peggiorare il problema. La carenza di estrogeni può anche causare una perdita di tono dei muscoli del pavimento pelvico che contribuiscono a mantenere al loro posto l'utero e la vescica. Ciò può causare il prolasso in vagina dell'utero, della vescica e dell'intestino con la comparsa di senso di peso e mal di schiena. Poiché la carenza di estrogeni colpisce anche la vescica, alcune donne possono perdere urina quando tossiscono o starnutiscono. Questa condizione è definita "incontinenza da stress". Se soffri di qualcuno di questi sintomi, parlane con il tuo medico. Nella maggior parte dei casi i sintomi possono essere migliorati con dei provvedimenti abbastanza semplici. Inoltre, l'atrofia urogenitale può non essere la sola causa di questi sintomi. Una valutazione da parte del medico può confermare la diagnosi e assicurare che non siano presenti altre patologie alla base della sintomatologia.

Solo il 20-25% delle donne che soffre dei sintomi dell'Atrofia Vaginale cerca di trovare una soluzione, nonostante siano disponibili delle terapie sicure ed efficaci.

Ci sono delle cure per i sintomi dell'atrofia vaginale?

Certo! Molte donne non sanno che molti dei problemi causati dall'atrofia vaginale possono essere affrontati facilmente e in sicurezza. Per iniziare, ci sono degli accorgimenti che si possono prendere da soli a casa. Evitare l'uso di saponi e di detergenti sulla vulva –l'acqua tiepida è sufficiente. E'una buona idea utilizzare, durante i rapporti sessuali, un lubrificante a base di acqua. Questo consente il ripristino di un po' di idratazione ed evita la secchezza e la comparsa di abrasioni che talvolta avviene con i rapporti. Ci sono in commercio degli idratanti vaginali che possono essere usati regolarmente per idratare la vagina. Continuare l'attività sessuale con un partner o da sola favorisce un buon afflusso di sangue alle pareti vaginali e migliora la salute di quest'organo. Anche smettere di fumare può evitare un peggioramento dei sintomi.

Il trattamento (locale) con estrogeni per via vaginale migliora le condizioni delle cellule che ricoprono la parete della vagina e aiuta ad alleviare i sintomi vaginali e vescicali conseguenti all'atrofia urogenitale. Rimane la migliore opzione terapeutica per la secchezza vaginale.

La somministrazione di estrogeni per via vaginale è sicura?



Questa è una domanda molto frequente perchè molte donne hanno paura di usare gli estrogeni anche a livello locale per quello che hanno sentito relativamente all'effetto che l'uso di ormoni può avere sul rischio di malattie cardiache, ictus e tumore al seno. Tutte le preparazioni estrogeniche sono accompagnate da un foglietto illustrativo che riporta tutti i possibili rischi, e la loro lettura spesso induce preoccupazione. Fortunatamente la vagina è molto sensibile agli estrogeni, per cui dosi molto basse sono sufficienti per esercitare un effetto terapeutico. Gli estrogeni somministrati per via vaginale, soprattutto quando somministrati in dosi molto basse, esercitano un effetto diretto sull'epitelio vaginale e inducono livelli circolanti di estrogeni che rimangono nel range di quello delle donne in postmenopausa. Alcune donne non possono utilizzare gli estrogeni dati per via vaginale. E' importante che tu discuta con il tuo medico dei dubbi che puoi avere sul loro effetto.