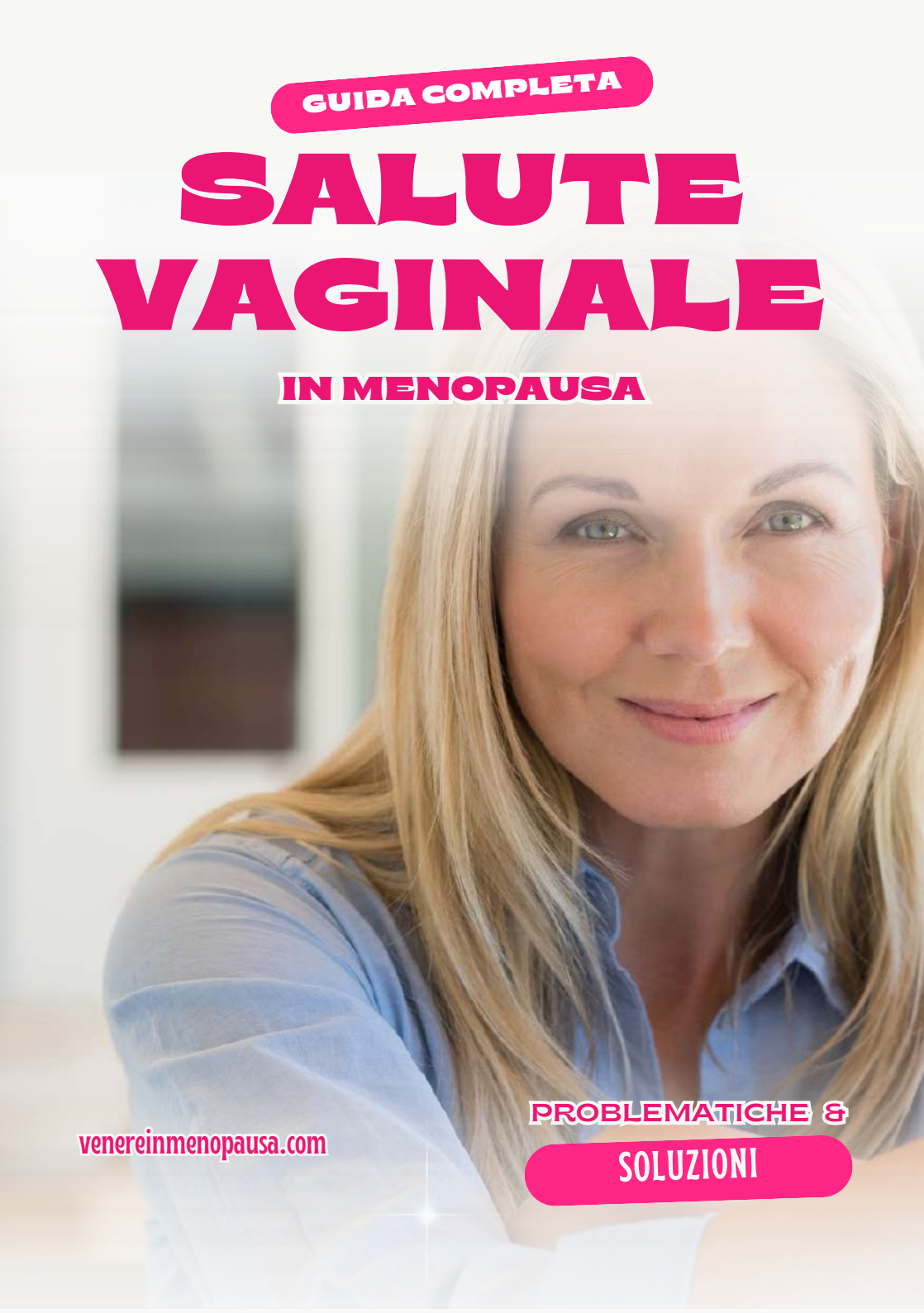




GUIDA COMPLETA

SALUTE VAGINALE

IN MENOPAUSA

venereinmenopausa.com

PROBLEMATICHE &

SOLUZIONI

Salute Vaginale in Menopausa: Perché è Importante Prendersene Cura

La salute vaginale è una parte essenziale del benessere generale delle donne, specialmente durante e dopo la menopausa. Con il calo degli ormoni e l'invecchiamento naturale, i tessuti urogenitali subiscono cambiamenti significativi che possono portare a una condizione chiamata Atrofia Vulvo-Vaginale (VVA) o Sindrome Genito-Urinaria della Menopausa (GSM).

Cosa Succede alla Vagina in Menopausa?

Con la menopausa, la riduzione degli estrogeni influisce sull'anatomia e sulla funzione dei tessuti vaginali. Questo può causare sintomi progressivi e cronici che hanno un forte impatto sulla qualità della vita e sulla funzione sessuale. I sintomi della GSM includono:

- Sintomi genitali: Secchezza, bruciore, prurito, irritazione e, in alcuni casi, sanguinamento.
- Sintomi sessuali: Dolore durante i rapporti (dispareunia) e altre disfunzioni sessuali.
- Sintomi urinari: Difficoltà a urinare (disuria), urgenza, frequenza e infezioni urinarie ricorrenti.

Questi sintomi non solo influenzano il benessere fisico, ma possono anche avere un impatto emotivo e psicologico, compromettendo l'intimità di coppia e la qualità della vita.



Salute Vaginale in Menopausa: Fattori che Influenzano la GSM

La gravità dei sintomi della GSM può variare da donna a donna e dipende da diversi fattori, tra cui:

- Età: Con l'avanzare degli anni, i sintomi tendono a peggiorare.
- Attività sessuale: Le donne sessualmente attive possono sperimentare sintomi diversi rispetto a quelle meno attive.
- Stato relazionale: La presenza o meno di un partner può influenzare l'approccio ai trattamenti.

Anche i fattori psicologici giocano un ruolo cruciale nella funzione sessuale, ma l'integrità del sistema urogenitale rimane fondamentale per il benessere generale.

Perché è Importante Riconoscere Presto la GSM

La Sindrome Genito-Urinaria della Menopausa (GSM) è una condizione altamente diffusa, che colpisce oltre la metà delle donne in postmenopausa. Tende a peggiorare nel tempo, influenzando significativamente la qualità della vita. Tuttavia, la GSM rimane spesso sottodiagnosticata, poiché molte donne la considerano erroneamente una conseguenza normale dell'invecchiamento.





Gli operatori sanitari sottolineano l'importanza di una diagnosi precoce della GSM per preservare la salute urogenitale e sessuale. La diagnosi si basa su:

- Esame genitale: Per identificare segni obiettivi come secchezza o irritazione.
- Scale soggettive: Per valutare i sintomi più fastidiosi, come la secchezza vaginale.

Affrontare la GSM precocemente può anche essere un indicatore di salute generale, simile ai sintomi vasomotori (come le vampate di calore). Questo rende essenziale stabilire uno standard di cura per migliorare il benessere fisico, emotivo e mentale della donna in menopausa.

Trattamenti Disponibili

Per gestire la GSM, esistono diverse opzioni, sia ormonali che non ormonali. Tra queste:

- Terapie ormonali locali: Creme o ovuli vaginali a base di estrogeni.
- Trattamenti non ormonali: Lubrificanti, idratanti vaginali e dispositivi medici specifici.

La tua salute è importante: cerca un dialogo aperto con il tuo medico per esplorare insieme trattamenti che rispondano alle tue necessità.



Conclusione

La GSM è una condizione comune ma spesso trascurata che può avere un impatto significativo sulla vita quotidiana e sull'intimità di coppia. Riconoscerla e trattarla tempestivamente è fondamentale per garantire un invecchiamento sano e attivo. Se stai vivendo sintomi come secchezza o dolore durante i rapporti, non esitare a parlarne con il tuo medico: ci sono soluzioni efficaci per aiutarti a vivere questa fase della vita con serenità.



Prossimi Passi per il Tuo Benessere

Consulta il tuo ginecologo, anche in assenza di sintomi. Controlli regolari sono fondamentali per prevenire problematiche legate alla menopausa, come malattie cardiovascolari, osteoporosi e atrofia vaginale. Agire presto fa la differenza.

