

INFORMAZIONI SULLA MENOPAUSA PRECOCE (POF)

Soggetti: una percentuale che va dall'1 al 4 % circa delle donne è soggetta alla menopausa precoce (POF). Tale percentuale si traduce in un numero tra 250.000 e 1 milione negli Stati Uniti soltanto.

Panoramica: le donne nascono di solito con un numero sufficiente di uova nelle ovaie tale da consentire una ovulazione al mese dalla pubertà ai 50 anni circa. A quel punto, la scorta si esaurisce e subentra la menopausa. Nelle donne affette da POF, tuttavia, in età molto giovane l'attività ovarica viene compromessa. Può trattarsi di una perdita di attività ovarica, di una disfunzione dell'attività ovarica o della rimozione dell'ovaio in età precoce. A differenza della menopausa, non si tratta di un evento naturale. Tale disfunzione ovarica avviene a un'età troppo giovane per poter essere considerata una menopausa naturale seppur precoce. La menopausa precoce si riscontra in genere in donne al di sotto dei 40 anni e può presentarsi addirittura in ragazzine ancora adolescenti.

Sintomi: nelle donne affette da POF cessa il ciclo mestruale. A volte le mestruazioni sono regolari per qualche mese, quindi si ha una fase di amenorrea. Le donne affette soffrono di vampate di calore o sudorazioni notturne. È anche possibile continuare ad avere un ciclo mestruale normale ma al tempo stesso accusare vampate. Altri sintomi includono problemi di insonnia, cambiamenti di umore, secchezza vaginale, mancanza di energia, calo di libido, dolori durante i rapporti sessuali e problemi di controllo della vescica.

Cause: spesso la causa della POF rimane sconosciuta. In alcuni casi, tuttavia, è possibile risalire alla causa. Alcune cause possono essere:

Cause genetiche/dei cromosomi

Sindrome di Turner

Sindrome di Swyer

Sindrome di insensibilità androgena

associata a sindrome del cromosoma X fragile

Difetti enzimatici/metabolici

ereditari

Galattosemia

Talassemia maggiore trattata con trasfusioni multiple

Emocromatosi

Chemioterapia/terapia con radiazioni

Operazione chirurgica – asportazione dell'ovaio

Infezione virale

Secrezione o azione anomala della gonadotropina (FSH e LH)

Autoimmunopatia. Alcune delle malattie associate alla POF sono:

Disfunzione della tiroide

Disfunzione polighiandolare I e II

Ipoparatiroidismo

Artrite reumatoide

Porpora trombocitopenica idiopatica (ITP)

Diabete

Anemia perniciosa

Insufficienza surrenale

Vitiligine

Lupus sistemico eritematoso, detto anche

SLE o Lupus

Diagnosi: nel caso di amenorrea o di vampate di calore, consultare al più presto il medico. La menopausa precoce rappresenta più di un semplice problema ginecologico. Si tratta di una malattia endocrina che può avere serie conseguenze per la salute e deve essere curata. Andare alla visita medica preparate a parlare dei cambiamenti avvenuti nel ciclo mestruale, dei sintomi quali le vampate, di eventuali interventi alle ovaie o terapie con radiazioni. Riferire al medico eventuali disturbi endocrini, infezioni recenti come ad esempio una malattia infiammatoria pelvica, casi di POF in famiglia. Alcuni medici tendono ad attribuire i sintomi a una situazione di stress. Insistere con il medico affinché vengano eseguite le analisi necessarie a eliminare l'insorgenza di POF. Portare questo documento, mostrarlo al medico e richiedere delle analisi che includano due analisi FSH da eseguirsi a un mese di distanza l'una dall'altra. L'analisi dell'ormone FSH (ormone follicolo-stimolante) consente di stabilire il normale funzionamento delle ovaie. I livelli normali di FSH sono 10-15 mIU/ml o meno. Le donne in condizioni di menopausa precoce presentano spesso livelli di FSH superiori a 40 mIU/ml (valori che rientrano nell'intervallo post-menopausa). Per ulteriori dettagli sulle analisi condotte ai fini della diagnosi della POF e delle relative cause, visitare il sito Web POF.

Conseguenze: tra i possibili problemi di salute che possono affliggere le donne con POF, vi sono la osteoporosi e un rischio maggiore di malattie cardiache.

La POF è a volte associata alle malattie autoimmunitarie (ad esempio problemi della tiroide, diabete o problemi di adrenalina) che possono necessitare di un ulteriore trattamento di tipo medico. Poiché la POF comporta problemi relativi all'attività ovarica, l'infertilità è una delle principali conseguenze della POF, ed una delle più difficili da accettare. Molte donne affermano che ancor prima di decidere se avere figli o meno, si sono trovate a non avere più la scelta. Delle donne affette da POF, il 6-8 % riesce poi ad avere una gravidanza. Non vi è modo di predire quali categorie faranno parte di tale 6-8 %.

Trattamento: in genere, la POF viene trattata con la terapia ormonale sostitutiva che prevede la somministrazione degli ormoni in una dose più alta rispetto a quella prescritta per le donne in menopausa. Si inizia con una dose bassa al fine di permettere alle donne di riabituarsi alla presenza di tali ormoni nel corpo, quindi la dose viene gradualmente aumentata fino a raggiungere la quantità adeguata. Di norma la terapia ormonale sostitutiva prevede la somministrazione di ormoni estrogeni associati a progestinici, ma talvolta può includere anche il testosterone. È possibile ricorrere alle pillole anticoncezionali in luogo della terapia. Inoltre, si raccomanda alle donne affette da POF di adottare un regime dietetico salutare e seguire un programma di esercizio fisico regolare (aerobica o pesi) per ridurre i rischi di osteoporosi e affezioni a carico del cuore. Non esiste un trattamento per ripristinare la fertilità in una donna affetta da POF.

Supporto: la tentazione è di prendere una decisione IMMEDIATA circa l'avere figli o no, ricorrendo alla terapia ormonale sostitutiva o altro. Si consiglia di prendere tempo e aspettare una diagnosi definitiva, nonché di ricercare un poco l'argomento. Il gruppo di supporto POF può essere di aiuto. L'obiettivo dell'associazione è di fornire supporto e informazioni alle donne in stato di menopausa precoce (POF) ed ai loro familiari, aumentare la coscienza pubblica e la conoscenza della malattia nonché lavorare con gli specialisti del settore sanitario per meglio capire la condizione.

Contattateci:

PO Box 23643, Alexandria, VA, 22304, USA • 703.913.4787 • E-mail: info@ipofa.org • Sito web: www.ipofa.org