

## **L'atrofia vaginale ha un nuovo nome: sindrome genito-urinaria della menopausa**

L'atrofia vaginale è una condizione tipica della menopausa che è causata dal calo degli ormoni femminili estrogeni e dai fenomeni di naturale involuzione dei tessuti uro-genitali correlabili all'età. Circa una donna su due in postmenopausa riporta almeno un sintomo di atrofia-vaginale e i disturbi della sfera dell'intimo tendono a diventare più severi 5-10 anni dopo la data dell'ultima mestruazione.

La nuova definizione di sindrome genito-urinaria della menopausa sottolinea l'importanza di considerare tutta la costellazione di disturbi della sfera pelvica che possono associarsi alla carenza estrogenica e non soltanto le modificazioni atrofiche del tessuto vaginale. I sintomi più frequenti sono la secchezza, il dolore nel rapporto sessuale, l'irritazione, il prurito, il bruciore e problemi del basso tratto urinario come disuria, urgenza, frequenza, nicturia ed infezioni urinarie ricorrenti. Nell'insieme questi sintomi influenzano sia l'intimità con il partner che la qualità della vita, soprattutto in donne con menopausa prematura o chirurgica. Per di più, l'atrofia vaginale può essere fonte di problemi anche nelle donne che non hanno attività sessuale regolare proprio perché i tessuti perdono la normale elasticità e, in assenza di stimolazione, diventano sempre più delicati e secchi fino alla comparsa di microtraumi, escoriazioni e sanguinamenti spontanei a causa dell'assottigliamento progressivo dei genitali.

Gli estrogeni esercitano un effetto trofico sui tessuti dell'apparato genito-urinario e sono i principali regolatori del turn-over cellulare, condizionando il microambiente della vagina durante l'intero arco della vita fertile. In particolare, al di là del progressivo impoverimento delle fibre elastiche e del collagene, si assiste ad una riduzione significativa del tasso di idratazione tissutale e dell'acido ialuronico. La mucosa vaginale, il vestibolo e le piccole labbra si assottigliano ed assumono una colorazione pallida con una significativa riduzione del supporto vascolare e delle secrezioni che nel loro insieme concorrono alla lubrificazione. E anche presente una ipersensibilità dolorosa delle fibre nervose periferiche agli stimoli, soprattutto all'ingresso della vagina, con una possibile contrazione riflessa della muscolatura pelvica che genera a sua volta dolore. Per di più, l'assottigliamento dell'epitelio vaginale si associa ad una notevole riduzione del glicogeno e, pertanto, della popolazione di lattobacilli causando un innalzamento del pH vaginale (tra 5.0 e 7.5) e una riduzione del perossido di idrogeno vaginale con conseguente crescita soprattutto di batteri (per esempio, stafilococco, streptococco di gruppo B, coliformi), che possono dare vaginiti e cistiti. Per questo è così importante in menopausa utilizzare prodotti mirati che migliorino la lubrificazione, l'elasticità e le difese naturali dell'ambiente vaginale. Esistono ottimi lubrificanti da utilizzare al momento del rapporto, così come prodotti nutrienti ed idratanti a base di acido ialuronico, colostro, vitamina E, ecc, da associare ad altri integratori per migliorare la flora lattobacillare e la naturale lubrificazione vaginale. Se possibile ed indicato, sarebbe bene utilizzare ovuli, creme, compresse, gel, e persino un anello, che rilasciano piccole quantità di estrogeni localmente per favorire il naturale equilibrio dei tessuti vaginali e contrastare i disturbi. Non tutte le donne sono a loro agio nell'assumere ormoni per via vaginale e, dunque è arrivata finalmente anche in Italia una nuova opzione terapeutica per bocca a base di ospemifene, una sostanza non ormonale che è capace di comportarsi come se fosse un estrogeno (ma non lo è!) soltanto sul tessuto vaginale. Può essere assunta fino ad un anno in tutte le donne che non vogliono o

non possono assumere estrogeni o in quelle in cui gli estrogeni si sono dimostrati inefficaci. Infine, è possibile rigenerare i tessuti genitali migliorando l'atrofia vaginale ed i sintomi uro-genitali mediante tecnologie laser e di radiofrequenza, strumenti largamente usati nella medicina estetica con ottimi risultati.