DI STEFANIA PILONI

Cure personalizzate per regolarizzare il ciclo

Con pillola e "pepe falso" riequilibri gli ormoni

Marina ha qualche disturbo e mestruazioni "ballerine". Ecco esami e rimedi naturali per normalizzare l'attività delle ovaie e preservare la fertilità

Ginecologa esperta in terapie naturali, Stefania Piloni è docente di Fitoterapia e medicine complementari all'Università di Milano. Responsabile dell'ambulatorio di Medicina Naturale per la Donna dell'Ospedale San Raffaele di Milano, è mamma di Sofia, Sara e Giacomo. Scrivile a: *natural@cairoeditore.it*

Gentile dottoressa,
ho 40 anni e due problemi che vorrei sottoporle. Il primo: ho un tumore benigno dell'ipofisi, un microadenoma ipofisario secernente prolattina, che tengo sotto controllo con gli esami periodici. Inoltre, da sei anni prendo la pillola per curare un ovaio policistico, ora tornato comunque alla normalità. Da qualche mese, tuttavia, ho qualche irregolarità nel ciclo: le mestruazioni arrivano puntuali, ma brevissime, tanto che durano soltanto 2 o 3 ore. La ginecologa dice che è normale, perché iniziano a lavorare meno. Ma... ho solo 40 anni! Potrei interrompere la pillola e curarmi con rimedi naturali? ***Grazie, Marina***

Cara Marina, i due problemi sono diversi e non vanno sovrapposti. Il microadenoma ipofisario secernente prolattina è un tumore benigno dell'ipofisi, la piccola ghiandola situata alla base del cranio che regola la produzione di ormoni e, di conseguenza, anche l'attività di vari organi, tra cui quello riproduttivo. La pillola contraccettiva non ha effetto sulla produzione di prolattina, ma solo sulla regolarità mestruale. In questo momento, dunque, non stai curando la prolattina: semplicemente, con la pillola organizzi il ciclo mestruale in modo corretto e garantisci la contraccezione. Ci sono due farmaci specifici per trattare il microadenoma, la *cabergolina* e la *bromocriptina*, che però non stai utilizzando: se li assumessi, avresti cicli regolari anche senza pillola.
Puoi curare la prolattina con l'*agnocasto*, un rimedio naturale noto anche come pepe falso, perché le sue bacche ricordano quelle di questa spezia. Puoi prenderlo con o senza la pillola anticoncezionale: è una scelta personale. Il mio consiglio, però, è di rivolgerti a un medico esperto in medicine naturali, per capire qual è il giusto dosaggio di estratto secco di agnocasto: la dose, infatti, dipende dal valore ormonale riscontrato con le analisi del sangue.
L'altro problema è quello della pillola anticoncezionale, visto che non mi sembri molto convinta del proseguimento. Se hai un valido piano di coppia per la tua contraccezione, toglila pure, attendi 2-3 mesi e poi fai gli esami del sangue. Serviranno a valutare i seguenti valori: ormoni Fsh e Lh, per capire come funzionano le ovaie, prolattina, per calibrare la dose di agnocasto, ormoni tiroidei, per sapere se la ghiandola tiroide sta lavorando bene, e vitamina D, per sapere se il metabolismo osseo funziona correttamente. Se gli esami del sangue mostrassero una flessione ormonale, si dovrà sicuramente impostare una cura di supporto che renda più forte e vivace l'attività ovarica. In questo caso, le ovaie tornerebbero a lavorare bene e il ciclo sarebbe più naturale.