



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

Riposo, magnesio, arnica: così eviti i rischi nei nove mesi

I rimedi e le cure ormonali prescritti in caso di problemi all'utero o minacce d'aborto

Gentile Dottoressa,

mi chiamo Silvia e sono alla 13esima settimana di gravidanza. Ho letto che l'assunzione di progesterone vaginale riduce il rischio di parti prematuri. Lei lo consiglia? Va bene per tutti o è indicato solo nelle gravidanze a rischio? Grazie, **Silvia**

Cara Silvia, in una gravidanza fisiologica e normale, le ovaie producono molto progesterone per consolidare l'annidamento del feto in utero, sviluppare la placentazione ed evitare l'aborto o il parto pre-termine. Dunque, nel normale decorso gravidico, non serve utilizzare una medicalizzazione a base di progesterone: il corpo femminile sa già produrlo in modo autonomo. L'ecografia ostetrica è in grado di rilevare le minacce d'aborto oppure le insufficienze placentari. Durante la visita, il ginecologo è in grado di comprendere

se il collo dell'utero è chiuso oppure se tende ad aprirsi o ad accorciarsi troppo, tutti sintomi pericolosi che potrebbero evolvere in un travaglio anticipato. Se questo rischio è concreto, la prima cosa da fare è riposo assoluto e astensione dall'attività lavorativa. L'assunzione quotidiana di *Magnesio* contrasta l'attività contrattile del muscolo uterino. Anche il progesterone è di grande aiuto, poiché è l'ormone pro-gestazione, come il suo nome suggerisce. L'utilizzo non deve però essere esteso a tutte le gravidanze ma solo a quelle a rischio di aborto o parto pre-termine. Il primo sintomo avvertito dalla madre in questa situazione di allarme è tipicamente un dolore addominale. Spesso questo dolore è seguito da perdite di sangue vaginale, perché il collo dell'utero tende ad aprirsi. Per questo motivo il rimedio omeopatico più indicato è *Arnica*, perché questo fiore contiene il sanguinamento e contrasta il dolore muscolare.