

## Addio vampate e sbalzi d'umore con il polline svedese

*Adatto a tutte, migliora il sonno e i disturbi tipici della menopausa*

### **Gentile Dottoressa,**

sul numero di aprile lei consigliava a una lettrice l'estratto di polline svedese per vincere l'insonnia in menopausa. Dal momento che condivido anch'io gli stessi problemi, volevo chiederle se lo posso prendere anch'io: ho subito un intervento al seno per microcalcificazioni, sino a ora risultate benigne, e devo fare controlli annuali periodici. Grazie, **Giulia**

### **Cara Giulia,**

le puoi usare tranquillamente. Le compresse di polline svedese, ricavato cioè direttamente dalle corolle di particolari fiori che crescono in Svezia, sono una vera novità per contrastare vampate e alterazioni di umore durante la menopausa. In questo particolare periodo di passaggio, la qualità di vita è spesso minacciata da vampate, insonnia, alterazioni del tono



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](mailto:natural@cairoeditore.it)

dell'umore, sudorazione, grande irritabilità. Sicuramente il calo degli estrogeni si rende responsabile di questi sintomi fastidiosi. Questo produce a sua volta un'alterazione della produzione dei neurotrasmettitori del cervello, e la serotonina è uno dei più importanti. L'estratto di polline svedese agisce proprio a livello della serotonina, non a livello degli estrogeni periferici, di conseguenza non interferisce con i recettori di utero, ovaie e mammelle.

L'estratto di polline svedese può essere utilizzato senza timore anche da donne che, come te, hanno avuto una diagnosi di tumore mammario e anche da quelle che stanno eseguendo chemio o terapie ormonali con antiestrogeni per guarire completamente. Allo stesso modo, è indicato in caso di microcalcificazioni mammarie e può essere assunto senza timore anche da donne con diretta familiarità per il tumore alla mammella. La sensazione finale sarà quella di una migliore qualità di vita, con un sicuro alleggerimento dalle vampate, un miglioramento della qualità del sonno e un sicuro beneficio su stanchezza, irritabilità e tono dell'umore.