DI STEFANIA PILONI

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*

Proteggersi dalle malattie sessualmente trasmissibili

Tieni alla larga il Papilloma. Oggi c'è un nuovo Pap test

Il virus ha diversi ceppi. Subdoli: spesso non si manifestano se non attraverso specifici esami. Ecco i più efficaci. E quando e perché ricorrere al vaccino

Gentile Dottoressa,
ho 29 anni e volevo sapere se, come strumento di protezione in più contro l'infezione da Hpv (*Papilloma virus*), posso sottopormi alla vaccinazione. È vero che può essere d'aiuto per garantire una copertura più ampia? **Cinzia**

Cara Cinzia, il *Papilloma virus* è un'infezione a trasmissione prevalentemente sessuale che si manifesta attraverso piccole lesioni agli organi genitali esterni, maschili o femminili, chiamate condilomi. Talvolta invece la sua infezione è subdola e non si manifesta in alcun modo se non attraverso un esame, il Pap test, che dunque rimane lo strumento più affidabile per capire se c'è stato il contagio e per iniziare le terapie. Prima che il condiloma appaia è possibile accorgersi della sua presenza da piccole modificazioni dei tessuti, che possono essere evidenziate dal Pap test o dalla colposcopia, un esame microscopico del collo uterino. Il Pap test permette di identificare i coilociti, ossia le cellule spia della presenza del virus, mentre la colposcopia è in grado di identificare le aree sospette e di effettuare una biopsia, un secondo esame che fornirà la diagnosi definitiva. Pertanto gli strumenti migliori che abbiamo per prevenire il contagio da *Papilloma virus* sono il profilattico (maschile o femminile) e i controlli ginecologici con il Pap test: se si è precise negli esami di routine e se si esegue il Pap test con regolarità, si può evitare ogni possibile complicazione.
Negli ultimi anni, inoltre, è stato messo a punto un nuovo esame, il Virapap: un Pap test più specifico, capace di determinare, cioè, la presenza del virus in modo molto efficace, poiché ricerca nel campione il Dna del virus stesso.
Infine, abbiamo il vaccino, che cito per ultimo perché tutto quanto abbiamo detto finora è fondamentale e va attuato anche se una donna è vaccinata.
Il vaccino è una buona strategia di prevenzione a ogni età, anche se il sistema sanitario lo offre gratuitamente solo alle adolescenti. Il vaccino si fa con una normale iniezione e offre una copertura buona, ma purtroppo non completa. Molti ceppi di *Papilloma virus*, infatti, sono esclusi dalla copertura vaccinale e dunque una donna vaccinata può comunque contagiarsi.
Molte donne rimangono deluse quando scoprono di aver contratto il virus nonostante il vaccino, ma spesso la vaccinazione le ha distratte dai comportamenti che avrebbero dovuto tenere verso le malattie sessualmente trasmissibili.
La raccomandazione finale, dunque, è questa: il vaccino è uno scudo efficace, ma la cura del proprio corpo e il rispetto nella sessualità non devono mai mancare.

Sono quasi in menopausa, ma vorrei un altro figlio. Ce la farò?

Alba, avendo già partorito, ha delle chance in più. Può aiutarsi con due ormoni che stimolano le ovaie

Gent.ma Dott.ssa Piloni, ho 47 anni e due figli. Ho letto la sua risposta a una mamma di 44 anni che desiderava una seconda gravidanza in cui parlava di un ormone bioidentico di nome Pregnenolone, importante per la produzione di ormoni sessuali. Ho sempre desiderato avere un altro figlio e ora sia io sia mio marito abbiamo deciso di provarci. Il mio ciclo è irregolare, anche se non ho vampate e altri sintomi della menopausa. Potrei anch'io seguire la cura con l'ormone di cui parlavo prima? Grazie, **Alba**

Cara Alba, una gravidanza dopo i 45 anni è un vero colpo di fortuna, ma questa fortuna riguarda tipicamente le madri, che nella vita rimangono fertili più a lungo. L'utero di una madre è più vascolarizzato e recettivo a un nuovo figlio. Rimane comunque vera la difficoltà a rimanere incinte dopo i 45 anni, perché la possibilità di farcela è inferiore al 10 percento. L'esame fondamentale da eseguire è il Test di riserva ovarica, un prelievo di sangue da eseguire al 2° o 3° giorno del ciclo. Il test misura i valori di due ormoni, Fsh e Amh (antimulleriano), che, insieme, determinano la riserva degli ovociti fertili di una donna. Nel caso in cui il test abbia un buon esito, e se il patrimonio degli ovociti fertili non è esaurito, allora si può aiutare l'ovaio con due ormoni, il Dhea e il Pregnenolone, che aiutano quest'organo a sprigionare tutta l'energia ovulatoria. Sono formulazioni galeniche, ed è lo stesso farmacista che prepara il rimedio. La compressa di Dhea e Pregnenolone va utilizzata ogni mattina a digiuno al risveglio, per almeno 3 mesi. Le ovaie ne saranno rigenerate ed è facile che un ovocita bello e fertile si affacci all'ovulazione. Possiamo dire che, insieme, il Dhea e il Pregnenolone ringiovaniscono il lavoro ovarico, per un periodo sicuramente transitorio, ma spesso sufficiente per ottenere la gravidanza.