

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

PROCREAZIONE ASSISTITA ALLE SOGLIE DEI 50 ANNI

La malattia ha congelato il mio desiderio di maternità

Gentile dottoressa, all'età di 38 anni ho subito un intervento di quadrantectomia per un carcinoma mammario. Prima di sottopormi all'operazione, e alle successive terapie con chemio e radio, ho fatto congelare i miei ovociti. Una volta curata la malattia, qualche anno più tardi ho tentato la via della procreazione medicalmente assistita per rimanere incinta. Abbiamo utilizzato gli ovociti crioconservati,

ma senza successo. Ora ho 48 anni, le mie ovaie sono ancora in attività e i cicli sono regolari, dunque spero nella possibilità di rimanere incinta in modo naturale. Cosa suggerisce? Grazie, **Angela**

“Ovodonazione e embrioadozione permettono di vivere con gioia tutti i nove mesi di gravidanza”

Cara Angela, il tuo è un percorso certamente difficile. Per fortuna, i dieci anni che ti separano dall'esperienza della malattia sono un lasso di tempo davvero importante. Ora, puoi certamente essere serena e guardare al futuro anche pensando alla maternità. I medici ti hanno ben consigliata: conservare gli ovociti, oppure un pezzetto di tessuto ovarico, è indubbiamente un'ottima scelta per preservare la fertilità. Tuttavia, questo non ha funzionato, e credo che la delusione sia stata davvero grande. Se ora i cicli sono regolari, è giusto avere rapporti sessuali liberi e anche finalizzati alla maternità. Anche se le possibilità sono davvero poche. Dopo i 48 anni, diventare mamme è un piccolo miracolo che in natura, di solito, è estremamente raro. Per questo, vorrei consigliarvi altre strade percorribili che, in Europa, una donna ha la possibilità di seguire fino ai 50 anni: passato questo compleanno, anche l'Europa evita terapie per la fertilità nelle donne che desiderano essere madri.

Le strade permesse fino ai 50 anni dalla procreazione medico-assistita (Pma) sono due: l'ovodonazione, che viene permessa anche in Italia, e l'embrioadozione, invece attuabile soltanto all'estero. Nell'ovodonazione, la donna riceve ovociti donati da un'altra donna: la donatrice viene scelta somigliante a colei che riceve, e il gruppo sanguigno viene selezionato in base a quelli dei due partner. Gli ovociti della donatrice vengono fecondati con gli spermatozoi del partner della coppia genitoriale, mentre gli embrioni che si formano vengono impiantati nell'utero della donna ricevente. Nell'embrioadozione, invece, la coppia adotta un embrione congelato negli incubatori del centro sterilità: tale embrione è frutto di una fecondazione in vitro eseguita in precedenza da un'altra coppia. Questa ha già avuto figli attraverso la procreazione medicalmente assistita, magari due gemelli, e dunque non desidera altre gravidanze. Tali embrioni vengono chiamati "Snow babies", perché rimangono congelati nei centri per la fertilità, e i genitori biologici possono decidere di farli adottare da coppie infertili. Entrambi questi programmi permettono alla donna, e alla coppia ricevente, di vivere con gioia tutti i nove mesi della gravidanza, fino alla sala parto. Infine, vi ricordo una terza possibilità. L'adozione di un bambino è sempre uno splendido e arricchente percorso: un po' difficile nel nostro Paese, ma certamente ricco di bellezza e di amore.

Cistite in agguato? Così si salva l'estate

Gentile dottoressa, ho 30 anni e mi capita di soffrire di cistite, specie nei mesi estivi. Non vorrei che mi rovinasse le vacanze! Cosa consiglia? Grazie, **Alessia**

Cara Alessia, meglio eseguire subito un'urinocoltura, per capire con quale batterio si ha a che fare. Nell'attesa del risultato, il rimedio più utile è *Cantharis* in gocce (cinque ogni sei ore circa), indicato quando le urine sono emesse goccia a goccia, con dolore e lombalgia irradiata ai reni. Per combattere la cistite, la parola d'ordine è bere almeno due litri di acqua al giorno. Meglio portare con sé una bottiglia in cui diluire tinte madri di *Uva ursina* ed *Echinacea*: 40 gocce di ciascuna in mezzo litro circa. Se la cistite si presenta dopo i rapporti sessuali, è ottimo il *D-Mannosio*, zucchero semplice (che non fa ingrassare) estratto dal legno di betulla o larice. L'organismo lo metabolizza lentamente, dunque arriva inalterato alle vie urinarie. In vescica, i batteri vi si legano facilmente e poi vengono espulsi con le urine. Non interferisce con altri farmaci e non danneggia la flora utile, come invece fanno gli antibiotici. Va ingerito in compresse o in polvere (un cucchiaino) lontano dai pasti e dopo aver urinato, meglio la sera prima di dormire. In caso di cistite postcoitale, è ottimo se preso entro tre-quattro ore dal rapporto, mentre in associazione con il *Cranberry*, il mirtillo rosso americano, combatte la cistite recidivante. Infine, la dieta: evita pomodori, crudi e in salsa, affettati, formaggi stagionati, caffè e cioccolato.