



Spazio Menopausa e dintorni
I venerdì della Menopausa
Affrontare l'incontinenza urinaria

PRESENTANO

Dott.ssa Nicoletta Gosio, psichiatra psicoterapeuta, Spazio Menopausa Casa Cura Toniolo
Dott.ssa Daniela Nascetti, ginecologa, Spazio Menopausa Casa Cura Toniolo

**DALLA PREVENZIONE ALLA RIABILITAZIONE DEL PERINEO
... e dintorni**

Roberta Stagnozzi, ginecologa, Casa Cura Toniolo

MODERANO

Prof. Giancarlo Caletti, gastroenterologo, Casa Cura Toniolo
Dott.ssa Maria Saragò, chirurga, Casa Cura Toniolo

Venerdì 26 ottobre 2018

Casa di Cura Madre Fortunata Toniolo
Via Toscana, 84 - 40141 Bologna Tel. 051-6222111

SALA RIUNIONI, 4° PIANO
dalle ore 18 alle ore 20
INGRESSO LIBERO

AL TERMINE VERRA' OFFERTO UN APERITIVO

Con il contributo incondizionato di 

Il 26 ottobre 2018 abbiamo parlato di come “Affrontare l'incontinenza urinaria” e in particolare del ruolo della “Riabilitazione del perineo”.

La scelta di questo argomento nell'ambito degli incontri **I venerdì della MENOPAUSA**: come abbiamo più volte ricordato durante la menopausa avvengono dei cambiamenti significativi dal punto di vista ormonale e in particolare il calo importante della produzione di ESTROGENI.

Nello specifico dell'argomento di oggi abbiamo focalizzato l'effetto che il calo degli estrogeni determina a livello dell'apparato genitourinario (che va visto come un insieme) e della pelvi in generale.

I cambiamenti di cui abbiamo parlato, determinati dall'assottigliamento dei tessuti (genitali e delle basse vie urinarie e del connettivo) e da una modificazione di altri fattori, possono creare sintomi che se riconosciuti e segnalati **precocemente** consentono una diagnosi precoce e una strategia terapeutico-comportamentale che rallenta alcuni di questi eventi e migliora la qualità della vita della donna.

1°) parlarne affinché ci sia consapevolezza del problema e diagnosi precoce. Non aspettare che i sintomi peggiorino, non ignorarli ma parlarne.

2°) i cambiamenti ormonali della menopausa: fattore scatenante (determina maggiore vulnerabilità dell'apparato genitourinario)

3°) fattori predisponenti: altri fattori di base con cui la donna arriva in menopausa (non tutte le donne hanno disturbi genitourinari). Alcuni dei fattori predisponenti sono il parto vaginale, la stipsi cronica.

I sintomi che devono allertare la donna in menopausa su un possibile stato di sofferenza dell'apparato urinario: nicturia (il ripetuto bisogno di urinare durante il riposo notturno), frequenza minzionale diurna, urgenza minzionale, incontinenza da urgenza, incontinenza da sforzo;

Si tratta di sintomi che possono limitare le attività personali e sociali e peggiorare il tono dell'umore, creando un circolo vizioso molto faticoso per la donna (isolamento, chiusura sociale, ecc..).

Per non parlare poi dell'incontinenza in età avanzata (urinaria e fecale): è una delle cause più frequenti di istituzionalizzazione degli anziani.

In certi casi questi sintomi vengono peggiorati da infezioni recidivanti delle vie urinarie, spesso dovute all'escherichia coli – che dovrebbe rimanere nell'intestino ma invece spesso colonizza l'apparato urinario. Queste situazioni infettive – infiammatorie peggiorano dopo la menopausa perché non solo abbiamo un'atrofia dell'epitelio da carenza estrogenica ma anche una modificazione del sistema di difesa (biofilm).

Ed ecco allora il discorso dei **DINTORNI** che tanto mi preme:

- Abbiamo parlato di apparato genitourinario, di prevenzione dell'incontinenza e la dott.ssa Stagnozzi ha presentato l'argomento principale: “Dalla prevenzione alla riabilitazione del perineo”
- Abbiamo sottolineato un argomento trattato molte volte nei nostri incontri: l'importanza dell'intestino. Ed ecco la presenza del prof Caletti e della dott.ssa Saragò
- Abbiamo più volte ricordato che il nostro corpo va sempre vista come un'unità funzionale in cui i singoli organi lavorano in sintonia o meno con tutto l'insieme
- e questo insieme sta dentro ad **un'unità psicofisica** in cui la mente e le emozioni giocano un ruolo importantissimo (di cui spesso ci ha parlato la dott.ssa Gosio)

La presentazione della dott.ssa Roberta Stagnozzi “Dalla prevenzione alla riabilitazione del perineo” è in **allegato**, per chi ha voglia di approfondire l'argomento. Riporto in modo schematico le sue conclusioni principali:

- **la riabilitazione perineale rappresenta il trattamento di prima istanza nell'incontinenza urinaria da sforzo senza grave grado di prolasso urogenitale**
- **non ha effetti collaterali**
- **dà buoni risultati**
- **non compromette un'eventuale successiva correzione chirurgica**
- **è un valido metodo di prevenzione**

Dott.ssa Daniela Nascetti
Medico Chirurgo
Specialista in Ostetricia e Ginecologia
Bologna

<http://www.casacuratoriolo.it/flex/cm/pages/ServeBLOB.php/L/IT/IDPagina/71>

<http://www.casacuratoriolo.it/flex/cm/pages/ServeBLOB.php/L/IT/IDPagina/72>