

Mucosa vaginale e pavimento pelvico: i disturbi meno chiacchierati della menopausa, una 'normalità' per molte donne che può essere alleviata

I consigli dell'ostetrica Maddalena Cattaneo e i servizi offerti dal centro In Salus di Lecco

LECCO - **La menopausa** è una fase della vita della donna in cui abbiamo un riassetto degli equilibri ormonali. Tutti gli ormoni presenti durante l'età fertile vanno lentamente scomparendo e questo può portare ad un po' di scompiglio e anche qualche disagio:

“Generalmente la menopausa inizia verso i 50-55 anni, tuttavia questo dato è diverso per ogni donna, come è diverso il modo di ciascuna di viverla ed affrontarla. L' allungamento dell'aspettativa di vita corrisponde anche ad un allungamento del periodo in cui la donna vive la menopausa, ed è quindi sempre più importante mantenere un buono stato di salute e un'alta qualità di vita sotto tutti gli aspetti” spiega **Maddalena Cattaneo**, ostetrica del Centro Medico **In Salus** di Lecco.

I disturbi più frequenti e più raccontati della menopausa sono sintomi come **l'insonnia, le vampate, il rallentamento del metabolismo**. “In realtà - spiega l'ostetrica - abbiamo anche un'ampia sfera di disturbi di cui poco se ne parla che sono quelli a carico della mucosa vaginale e del pavimento pelvico. **L'assottigliamento della mucosa** può portare a bruciori e dolori intimi, incontinenza urinaria da sforzo o incontinenza urinaria da urgenza. Tuttavia spesso questi sintomi vengono etichettati come 'normali' e **le donne tendono a sopportare** questa condizione credendola definitiva e senza soluzione”.

Quale consiglio dare, dunque, ad una donna in menopausa? “Sicuramente - risponde la professionista - **di rivolgersi ad un ginecologo e ad un'ostetrica** che possano prendersi cura di lei nella sua unicità e che , dopo un'accurata visita e un'accurata valutazione del pavimento pelvico, possano pianificare un percorso personalizzato”.

Presso il Centro medico In Salus, sono moltissime le metodiche che vengono usate:

- **I trattamenti di radiofrequenza:** una tecnica miniminvasiva che porta al surriscaldamento della mucosa vaginale attivandone un processo di ringiovanimento

- **La chinesiterapia:** un percorso in cui la donna viene accompagnata per la riabilitazione di diversi distretti corporei, tra cui il pavimento pelvico.
- **Le metodiche ipopressive:** attraverso l'attivazione del pavimento pelvico, della fascia addominale, della fascia lombare e del diaframma abbiamo un miglioramento della qualità di vita della donna

“È possibile prenotare **una valutazione del pavimento pelvico** con il nostro team ostetrico ed in base alle necessità della paziente, indirizzarla verso uno o più metodi di trattamento - aggiunge Maddalena Cattaneo - Abbiamo moltissimi strumenti per permettere alle donne di vivere appieno questa nuova fase affascinante e molto bella della vita” conclude l'ostetrica. 42

Tra gli appuntamenti si ricorda in particolare quello del 10 gennaio, ore 18.30 con l'inizio del **corso di ginnastica ipopressiva** e il 12 gennaio per una mattinata dedicata alla valutazione del pavimento pelvico con due ostetriche dedicate.



Ostetrica Maddalena Cattaneo

In Salus - Centro Medico Polispecialistico

Lecco - Corso Carlo Alberto 17/A

Tel. 0341 367512

ARTICOLI PRECEDENTI

5 Dicembre - [**A tu per tu con la Salute | Ortopedia. Quando la mano ha un problema**](#)

28 Novembre - [**A tu per tu con la salute. La stenosi lombare del canale spinale**](#)

18 Novembre - [**A tu per tu con la salute. Il controllo delle anche nel neonato**](#)

09 Novembre - [**A tu per tu con la salute. Il disagio dell'adolescente a scuola**](#)

- 28 Ottobre - [**A tu per tu con la salute. La nuova rubrica "Un urologo per amico"**](#)
- 14 Ottobre - [**A tu per tu con la salute. Reflusso nel neonato, quando preoccuparsi?**](#)
- 12 Settembre - [**A tu per tu con la Salute. Nasce il progetto "Mamme Lecco"**](#)
- 01 Settembre - [**A tu per tu con la Salute: disfunzione sessuale, come affrontarla?**](#)
- 20 Luglio - [**A tu per tu con la Salute. Sole: alleato o nemico della nostra pelle?**](#)
- 7 Luglio - [**A tu per tu con la Salute. Infertilità e fecondazione assistita**](#)
- 20 Giugno - [**A tu per tu con la Salute. L'Agopuntura: un'alleata per le donne**](#)
- 7 Giugno - [**A tu per tu con la Salute. Curare le tensioni del neonato con l'osteopatia**](#)
- 20 Maggio - [**A tu per tu con la Salute. Grave obesità, l'aiuto della chirurgia**](#)
- 7 Maggio - [**A tu per tu con la Salute. Prepararsi all'estate con la giusta dieta**](#)
- 20 Aprile - [**A tu per tu con la Salute. Dolore cronico benigno, parola allo specialista**](#)
- 07 Aprile - [**A tu per tu con la Salute. Primavera e malanni di stagione, l'aiuto dell'omeopatia**](#)
- 15 Marzo - [**A tu per tu con la Salute. Disturbi alimentari nei giovani: "Attenti ai campanelli di allarme"**](#)
- 07 Marzo - [**A tu per tu con la Salute. Cancro al seno e prevenzione: intervista alla dott.ssa Carla Magni**](#)
- 21 Febbraio - [**A tu per tu con la Salute. Fertilità, perché è importante recarsi da uno specialista**](#)
- 07 Febbraio - [**A tu per tu con la Salute. L'importanza di prendersi cura delle proprie mani**](#)
- 25 Gennaio - [**A tu per tu con la Salute. Superare i traumi è possibile!**](#)
- 17 Gennaio - [**A tu per tu con la Salute. Da lunedì dieta**](#)

2021

06 Dicembre - [A tu per tu con la Salute. Dieta durante le feste? Poche rinunce e tanta convivialità](#)

19 Novembre - [A tu per tu con la Salute. La malattia venosa cronica](#)

9 Novembre - [A tu per tu con la Salute. Il carcinoma mammario: l'importanza della prevenzione](#)

20 Ottobre - [A tu per tu con la Salute. Quando il cuore fa male: infarto del miocardio](#)

28 Settembre - [A tu per tu con la Salute. Endometriosi: sintomatologia, diagnosi e cura](#)

20 Settembre - [A tu per tu con la Salute. Mal di schiena: cause principali e come curarsi](#)

06 Settembre - [A tu per tu con la Salute. Dolore al ginocchio: capire le cause e la giusta terapia](#)

20 Luglio - [A tu per tu con la salute. La menopausa è la fine della sessualità?](#)

07 Luglio - [A tu per tu con la Salute. cibo spazzatura: il rischio non è solo l'obesità](#)

21 Giugno - [A tu per tu con la salute. Obesità: il dolore nascosto nei chili di troppo](#)

4 Giugno - [A tu per tu con la Salute. Che cos'è l'ipoacusia e come si cura](#)

20 Maggio - [A tu per tu con la Salute. Udito, il senso "social" da salvaguardare](#)

20 Aprile - [A tu per tu con la salute. Dolore alla spalla: sintomi, cause e rimedi](#)

8 Aprile - [A tu per tu con la salute. Allergie nei bambini: ecco il test più veloce ed economico](#)