

La notizia
di Ginevra

Editore: S.A.I.G.
10, Av. Ernest-Pictet
1203 Genève
Tel. + fax + 41 22 700 97 45

C.C.P. 65-753873-3
www.saig-ginevra.ch
info@saig-ginevra.ch

Direttore editoriale:
Carmelo Vaccaro
N. +41 (0) 78 865 35 00

Amministratore:
Gino Piroddi

Segretarie
Rosalinda Fiumara
Dott.ssa Federica Lobino

Redattori e Collaboratori:

-Menotti Bacci
-Oliviero Bisacchi
-Francesco Decicco
-Antonio Scarlino
-Dott.ssa Federica Lobino
-Avv. Alessandra Testaguzza
Consulente legale SAIG

Organo uff. della S.A.I.G.

Collaboratori:

Dott. Francesco Artale
Foto e video: ciaoitalia.tv
© Riccardo Galardi

Tiratura 3.000 copie
Distribuzione: Poste GE

Distribuito ai membri delle
associazioni e agli italiani
del Cantone di Ginevra

10 numeri l'anno, escluso
i mesi di luglio e agosto

Il valore di questa copia è
di 2.00 frs.

Gli articoli impegnano
solo la responsabilità
degli autori.

La Sindrome Premestruale, quella sconosciuta!

Che cosa è la sindrome
premenstruale ?

La sindrome premenstruale è definita come un insieme di sintomi fisici e psicologici che si manifestano ogni mese nei dieci giorni che precedono le mestruazioni e che regrediscono o scompaiono completamente alla fine delle mestruazioni. Questi sintomi hanno un impatto non trascurabile sulla vita personale e lavorativa delle donne che ne soffrono. Non se ne parla molto, ma era già conosciuta nel 1953 quando la dottoressa Katharina Dalton pubblicò i suoi studi, coniando il nome di "Sindrome Premestruale" o "SPM".

Quante donne ne soffrono?

Circa il 30% delle donne in età fertile. Non sembra esserci differenza secondo le etnie. Circa il 5% delle donne soffre di una forma di sindrome premenstruale severa con un impatto significativo sulla loro vita personale e professionale.

Come si manifesta?

Le donne che soffrono di sindrome premenstruale possono manifestare sintomi della sfera psicologica e comportamentale, come cambiamenti di umore, irritabilità, aggressività e una ridotta capacità di concentrazione, associati a sintomi fisici come fatica, gonfiore, mal di testa, dolore addominale, tensione al seno e cambiamento dell'appetito. La sindrome premenstruale scompare con la menopausa e durante la gravidanza.



Come si diagnostica?

L'auto-valutazione della paziente è di grande aiuto per la diagnosi di sindrome premenstruale. La paziente deve completare un calendario giornaliero dei sintomi, indicando anche la loro gravità. L'auto-valutazione dura 3 mesi consecutivi. Sarà poi il ginecologo a porre la

diagnosi secondo dei criteri diagnostici predefiniti e dopo aver escluso altre patologie che possono manifestarsi con sintomi simili.

Qual è il trattamento?

La cura consiste in consigli di igiene di vita e di alimentazione, un trattamento farmacologico e una terapia cognitivo-comportamentale.

Un consiglio per le nostre lettrici:

Se regolarmente, ogni mese, prima delle mestruazioni avete dei sintomi affini alla sindrome premenstruale, sintomi che hanno un impatto significativo sulla vostra vita personale e lavorativa, allora parlatene con il vostro ginecologo.

Dr. Valentina Mercanti

Spec. FMH in ginecologia e ostetricia
Centre Medicale de Plainpalais
Rue de Carouge 24-1205 Ginevra
tel: 022 339 89 89

<https://cmplainpalais.ch>



In partenariato con la SAIG (Società delle Associazioni Italiane di Ginevra)

Avec l'appui de la Ville de Genève (Département de la Cohésion Sociale et de la solidarité)



VOS DOCUMENTS. NOS SOLUTIONS.

La banque alimentaire genevoise

Centre Genevois du Volontariat

Genève

CENTRE SOCIAL PROTESTANT

IL PATRONATO DEI CITTADINI

www.avetis.ch

GRUPPO GENITORI
Ginevra
CULTURA E LINGUA ITALIANA

