

## Come faccio a sapere se sono in menopausa ?

(aggiornato a dicembre 2011)

### Cosa indica il termine “Menopausa” ?

Il termine “Menopausa” indica il momento della cessazione definitiva dei flussi mestruali, testimonianza dell’esaurimento dell’attività riproduttiva ovarica e parzialmente anche di quella ormonale. L’avvento della menopausa è di norma situato tra i 45 e i 55 anni di età: il 60% circa delle donne vanno incontro alla menopausa intorno ai 50-51 anni. Prima dei 45 anni si parla di “Menopausa prematura”, dopo 55 anni di “Menopausa tardiva”. Il periodo compreso tra 45 e 55 anni si chiama “Climaterio”.

### Esistono analisi del sangue o indagini che permettono con certezza di fare diagnosi di menopausa definitiva ?

Ad oggi non esiste un’analisi del sangue che permetta una diagnosi di certezza di avvenuta menopausa. Il dosaggio degli estrogeni (in primis l’estradiolo) e quello delle gonadotropine ipofisarie (in primis l’FSH) possono solo dare indicazioni che si è “sulla strada” della menopausa (cioè nel cosiddetto periodo della “transizione perimenopausale”), ma queste analisi non forniscono la certezza dell’esaurimento definitivo e completo della funzione riproduttiva.

### Come faccio allora a sapere se sono in menopausa ?

La “Menopausa” di norma non è mai un evento improvviso. E’ segnalata sin da mesi o anni prima dalla comparsa di irregolarità del ritmo del ciclo e/o della quantità dei flussi (di solito all’inizio modesti anticipi e successivamente ritardi, man mano di maggiore durata, anche mesi, con flussi a volte più scarsi, a volte più abbondanti). Tutto ciò è la testimonianza che l’ovaio sta iniziando a perdere la sua efficienza riproduttiva e ormonale, pur continuando a mantenere ancora una residua attività, con la possibilità per la donna di poter ancora andare incontro a una gravidanza. Statisticamente si è visto che solo in presenza di un ritardo del ciclo di almeno 12 mesi insieme ad un referto di analisi ormonali che indichi di aver intrapreso il “percorso menopausa” è possibile trarre una conclusione diagnostica di quasi certezza di “avvenuta menopausa”.

### Esistono altri esami o indagini che possono aiutare nella diagnosi di menopausa ?

L’ecografia ginecologica, esame che valuta la morfologia delle ovaie e dell’utero, non permette la diagnosi di certezza di menopausa in quanto il riscontro di assenza totale di follicoli ovulatori al momento dell’esame non significa che non esistano “follicoli silenti” nell’ovaio che possono prima o poi dare luogo ad una ovulazione. Anche il riscontro al momento dell’indagine di un endometrio sottile, segno di scarsa stimolazione estrogenica, non permette di affermare che l’attività estrogenica ovarica si sia definitivamente esaurita. E’ recente la messa a punto di un nuovo test ormonale (il dosaggio dell’AMH: “Anti Mullerian Hormone”) che è in grado di fornire informazioni più sensibili e specifiche sulla capacità riproduttiva residua.

*Prof. Dr. Francesco Saverio Pansini*

“Centro Menopausa-Osteoporosi” presso Poliambulatorio-Laboratorio Analisi Estense, Via B. di S. Stefano 3, Ferrara (FE)  
(Info: Tel. 0532.205877 - Email: [eriopan@gmail.com](mailto:eriopan@gmail.com) - Sito web: [www.francescosaveriopansini.it](http://www.francescosaveriopansini.it))