

Dopo il parto: un cammino gioioso e a volte difficile – Parte 5

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

Sintesi del video e punti chiave

Prosegue anche questa settimana la nostra inchiesta sulla depressione post partum e sui suoi correlati clinici: ansia, depressione, astenia, dolore. Oggi approfondiamo le cause che possono determinare un prolungamento dello stato depressivo oltre il periodo immediatamente successivo al parto, e i possibili rimedi.

Una depressione che prosegue uno o due anni dopo la nascita del bambino è ancora etichettabile come "post parto"? Quali sono i fattori che la favoriscono? Che cosa può fare la donna per contrastarla e ritrovare la serenità?

Nel corso della quinta parte del dibattito la professoressa Graziottin illustra:

- come la depressione, favorita da una vulnerabilità genetica, possa essere scatenata dal parto e poi consolidata da una serie di fattori di mantenimento, come l'anemia, l'incontinenza, il dolore ai rapporti e la crisi di coppia conseguente alla mancanza di intimità;
- da cosa possono essere causate, a loro volta, l'incontinenza e la dispareunia post parto;
- quante donne, dopo il parto, soffrono di dolore ai rapporti e della conseguente perdita del desiderio;
- perché è utilissimo misurare il livello di ferro nel sangue, e integrarlo qualora sia insufficiente;
- tre armi efficaci contro il perdurare della depressione: l'aiuto farmacologico, il movimento fisico quotidiano, la scelta di un'attività che permetta alla donna, al di là degli impegni del puerperio, di avere un po' di tempo tutto per sé;
- a quali dosi gli antidepressivi non interferiscono con l'allattamento;
- come in Francia a tutte le puerpere venga offerta, dal servizio sanitario nazionale, un'accurata riabilitazione del pavimento pelvico, in modo da curare l'eventuale incontinenza e prevenire il dolore ai rapporti.

La dottoressa Micheletti, inoltre, spiega:

- perché il dolore psicologico va riconosciuto, rispettato e curato, come qualsiasi altra forma di disagio fisico;
- un modo efficace per visualizzare il livello di ansia e capire quando è bene combatterla con un aiuto farmacologico;
- come, in caso di depressione prolungata, sia indispensabile indagare tutti i fattori che possono concorrere ad alimentarla.

Quinta parte del dibattito trasmesso il 27 gennaio 2014 da "**Buongiorno dottore**", programma di Class TV MsNbc, presentato da Christian Toscano.

Partecipanti:

- **Alessandra Graziottin** – Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica, Ospedale San Raffaele Resnati di Milano;

- **Chiara Micheletti** – Psicologa e Psicoterapeuta, Ospedale San Raffaele Resnati di Milano.

Per gentile concessione di **Class Tv MsNbc**