

## **TUTTO SULLA MENOPAUSA**

**I consigli della dott.ssa Katharina Sirch  
nel libro 'Menopausa più vita'  
contro secchezza vaginale e perdite urinarie,  
rughe e cedimento dei lineamenti.**

***Ma la parola d'ordine è sempre 'Prevenzione'***

[www.medicina-estetica.online](http://www.medicina-estetica.online) [info@medicina-estetica.online](mailto:info@medicina-estetica.online)

18 ottobre, giornata della menopausa è uscito in libreria il nuovissimo libro di Elena Mora, giornalista e scrittrice di best seller, dal titolo 'Menopausa più vita' (Cairo Editore, pgg 189, € 14). Un libro- come avverte l'autrice- diviso in tre grandi capitoli, il corpo, la mente, la bellezza, e dove sono affrontati tutti i cambiamenti e i problemi tipici del periodo della vita che le donne oggi fanno sempre più fatica ad affrontare. Tra i vari esperti interpellati dall'autrice, la dott.ssa Katharina Sirch, che opera a Milano e Lugano nella medicina estetica, dà preziosi consigli su disturbi funzionali e problemi estetici.

### **Secchezza vaginale e perdite urinarie**

"A me interessa, non solo come medico ma anche come donna, poter aiutare le donne a vivere il periodo della premenopausa e menopausa in maniera più leggera, cercando di alleviare alcune problematiche fastidiose e di cui si parla poco. - dice la Dott.ssa Katharina Sirch- . Per la lassità vaginale, ma anche per aumentare la lubrificazione, otteniamo ottimi risultati con la radiofrequenza. Ritengo che la donna in menopausa debba avere il diritto di vivere la vita sessuale più soddisfacente possibile e questo trattamento può aiutare in questo senso. Per quanto riguarda l'incontinenza urinaria, 2 donne su 3, soprattutto a una certa età, possono soffrirne con ricadute sulla vita quotidiana e sociale, ma la radiofrequenza può trattare con successo anche tale disturbo. La cura con la radiofrequenza comporta un protocollo di 3 sedute a distanza di un mese e una di mantenimento dopo un anno; oltre che per la lubrificazione e la lassità può essere molto utile per la incontinenza da stress o fisiologica; e tamponare o risolvere questo problema senza interventi chirurgici è molto importante. Le sedute non richiedono anestesia né decorso postoperatorio di alcun tipo; la paziente può

**Ufficio stampa Dott. Katharina Sirch**

Gruppo Areté, tel. +39 0233004397- Mob. 3494330142 - [martinelli@gruppoarete.it](mailto:martinelli@gruppoarete.it)

riprendere subito l'attività sessuale oppure sportiva. Spesso le donne, se lamentano questi problemi di secchezza o di incontinenza, si sentono dire «Che cosa vuoi, questo fa parte della vita»: una risposta che anche dal punto di vista medico secondo me è fuori luogo. Se c'è la possibilità di migliorare la qualità della vita, perché no? Alcune non ne parlano, perché pensano che, se le amiche non ne fanno cenno, il problema riguardi solo loro".

### **Quando ricorrere al botox**

La dott.ssa Katharina Sirch interviene sull'uso del botox per migliorare le rughe d'espressione: quelle tra le sopracciglia e quelle della zona frontale.

E' un veleno il botox? Falso, spiega il medico: "E' un farmaco e come tale è stato sottoposto a una serie di indagini che ne hanno testato l'efficacia, controllato gli effetti collaterali e approvato l'impiego. Veniva usato all'inizio in oculistica per il blefarospasmo (chiusura involontaria della palpebra): è così che si è scoperto l'effetto di distensione delle rughe del contorno occhi estendendo l'applicazione del botox alla medicina estetica. Vi sono altri usi terapeutici di questa sostanza: per il trattamento del torcicollo congenito, per alcuni problemi alla vescica e per la iperidrosi, ovvero la sudorazione eccessiva ascellare, palmare e plantare. L'effetto del botox dura 5/6 mesi. Tuttavia gli effetti della stessa diluizione, delle stesse unità possono durare molto di più a seconda del tipo di pelle, dello spessore del muscolo e anche delle condizioni della paziente in quel periodo".

### **Prevenire l'invecchiamento**

"Aumentando l'aspettativa di vita bisogna prevenire in tempo l'invecchiamento. No al fumo, al troppo sole. Sì a una alimentazione adeguata. Io consiglio anche gli integratori perché oggi i cibi non contengono più i fattori nutritivi che alcuni alimenti potevano avere 30 o 50 anni fa. Per avere una pelle sana e ben idratata consiglieri trattamenti rivitalizzanti che sono sia curativi che anche preventivi."

### **E per ridefinire l'ovale del viso quali sono gli ultimi ritrovati?**

"Da qualche anno si usano i fili a base di acido polilattico o di Polidiossianone o PDO. I fili definiscono molto bene l'ovale e dopo l'inserimento la pelle rimane più compatta. Certo, non si ottiene l'effetto di un lifting, ma questa tecnica non comporta quello stravolgimento dei lineamenti che a volte proprio il lifting può dare. Il filo è attaccato a un ago sottile e il PDO è un materiale che si usa da più di quindici anni in chirurgia generale per suturare gli organi interni. Viene inserito sotto la pelle, si riassorbe completamente nell'arco di circa 4 mesi, l'effetto dura da 8 mesi a un anno. E si ha non solo un effetto liftante, ma anche di stimolazione di nuovo collagene ed elastina per rallentare il cedimento".

"In primo luogo c'è una filosofia di vita - conclude la dott. Katharina Sirch-, volersi bene e accettarsi". Lo insegna Sharon Stone: "Io non voglio essere una bellezza senza età, io voglio essere più bella possibile in ogni età della mia vita".

**Ufficio stampa Dott. Katharina Sirch**

Gruppo Areté, tel. +39 0233004397- Mob. 3494330142 - [martinelli@gruppoarete.it](mailto:martinelli@gruppoarete.it)