

La maternità

In Svizzera, l'inseminazione artificiale da donatore è riservata alle coppie eterosessuali sposate con problemi di sterilità, contrariamente ad altri paesi europei che l'autorizzano alle donne nubili o che vivono con una donna. Questa situazione spinge numerose lesbiche a recarsi all'estero. Prudenza in caso di «accordo tra amici»: occorre prestare attenzione al rischio di trasmissione dell'HIV/Aids e delle altre IST.

La menopausa

La menopausa segna la fine del periodo riproduttivo e del ciclo mestruale della donna. Si presenta mediamente tra i 48 e 52 anni e può dare i seguenti sintomi: vampate di calore, traspirazione eccessiva, vertigini, palpitazioni, umore instabile, ecc. Esistono varie cure: ormonali, naturali o altri rimedi. Parlatene con il vostro medico che potrà spiegarvi i vantaggi e gli inconvenienti.

Il cancro al seno

Il cancro al seno è la più frequente patologia tumorale nella donna, con maggior rischio per chi non ha partorito. Esistono programmi di screening mammografico – coperti dall'assicurazione di base – nella Svizzera italiana, Svizzera romanda e in alcuni cantoni tedeschi. Questi programmi propongono una mammografia ogni due anni per le donne tra i 50 e 70 anni.

Informazioni: www.swisscancerscreening.ch/it

Questo documento è tratto dall'opuscolo «L 1» edito da CRIPS Ile-de-France (2004): www.lecrrips.net/L
Opuscolo adattato e diffuso da Santé PluriELLE, gruppo romando dell'organizzazione svizzera delle lesbiche (LOS).
Disponibile in italiano, francese e tedesco.

Ordinazione opuscoli:
www.salute-sessuale.ch/shop

Informazioni sulla salute sessuale:
www.klamydias.ch e www.sex-i.ch

Screening del cancro al seno:
www.swisscancerscreening.ch/it

Altre informazioni:
www.sante-plurielle.ch



www.los.ch



www.sante-plurielle.ch

Questa edizione è sostenuta da:



www.salute-sessuale.ch



www.lestime.ch



www.fonds-respect.ch



www.imbarcoimmediato.ch

Consulenza ginecologica



*Per tutte le donne
che amano le donne*

Quando consultare un/a ginecologo/a?

Si consiglia di sottoporsi allo screening del cancro del collo dell'utero dai 21 anni o dai primi rapporti sessuali (indipendentemente che siano stati con un uomo o una donna).

Se avete dolori, perdite insolite, sanguinamenti tra una mestruazione e l'altra, altri sintomi, domande o preoccupazioni, prendete un appuntamento senza esitare.

La visita ginecologica

Inizia con una visita generica: controllo della pressione, del peso, ecc. Segue la palpazione dei seni. Il medico esamina i vostri seni per escludere un'eventuale secrezione dovuta a disfunzioni ormonali o altro, e per verificare che non vi siano noduli nella zona delle ascelle. Avete l'occasione per farvi spiegare come controllare voi stesse i vostri seni.

Poi si passa all'esame dell'esterno della vulva e dell'entrata della vagina. Per l'esame interno, viene usato uno speculum (strumento in metallo o plastica sterilizzato) che mantiene aperte le cavità naturali e consente di esaminare sia la vagina sia il collo dell'utero e di effettuare lo striscio cervicale. Vengono prelevate delle cellule dell'orifizio del collo dell'utero per ricercare eventuali infezioni virali e lesioni suscettibili di evolvere in cancro. Questo esame è consigliabile ogni due o tre anni. Se non avete avuto rapporti con penetrazione da lungo tempo, segnalatelo. Verrà usato uno speculum più piccolo. L'esame bimanuale consente di valutare la forma, la collocazione degli organi (utero e ovaie) e di scoprire eventuali masse sospette. L'esame è quasi sempre indolore. Se così non fosse, segnalatelo subito al medico.

Durante la prima consulenza ginecologica, è possibile che non sia necessario procedere con l'esame ginecologico.

Dirlo sì o no?

La questione relativa al vostro orientamento sessuale non verrà necessariamente affrontata dal vostro medico. Spetta a voi, se lo desiderate, parlargliene. E' importante che possiate esprimere le vostre preferenze e pratiche sessuali al fine di capire l'influenza che potrebbero avere sul vostro corpo, e approfondire il tema delle malattie e infezioni che potreste contrarre.

Il medico è legato al segreto professionale. Vi riceve per aiutarvi e non per giudicarvi. Se non vi sentite a vostro agio scegliete un altro/a ginecologo/a.

Le mestruazioni

Il vissuto durante le mestruazioni è talvolta difficile: cicli lunghi, abbondanti, dolorosi. Il vostro medico vi può aiutare senza necessariamente prescrivervi la pillola.

Mestruazioni molto dolorose possono essere causate da endometriosi (accrescimento di mucosa uterina fuori dall'utero). Tra il 10 e il 15% delle donne ne sarebbero colpite.

Infezioni genitali

Un certo numero d'infezioni genitali (per es. le micosi o le vaginosi batteriche), possono svilupparsi anche senza trasmissione sessuale.

Per quanto riguarda l'**HIV/Aids**, il contagio fra donne tramite lo scambio di sextoys o il cunnilingus è raro, ma possibile, soprattutto in presenza di sangue (mestruazioni o ferite).

Altre infezioni sessualmente trasmissibili (IST), come le **clamidie**, l'**herpes**, i **virus del papilloma umano (HPV)**, l'**epatite B** o la **sifilide**, possono trasmettersi tra le donne molto più facilmente che l'HIV, sia tramite lo scambio di secrezioni vaginali sia, per alcune, tramite il semplice contatto pelle a pelle.

Alcune donne possono anche avere rapporti con uomini o possono averne avuti in passato. In caso di rapporti non protetti, sappiate che esiste la contraccezione d'emergenza*, la profilassi post esposizione** ed è importante sottoporsi ad un test di depistaggio delle IST.

Diagnosticare tempestivamente, la maggior parte delle IST possono essere curate abbastanza facilmente. Certe infezioni provocano pochi sintomi, addirittura possono essere asintomatiche, ma trascurate portano a gravi conseguenze, come cancro o sterilità.

* Contraccezione d'emergenza: contraccettivo ormonale per evitare una gravidanza, da assumere il più presto possibile, ma al più tardi entro 3-5 giorni dal rapporto non o insufficientemente protetto (disponibile in farmacia senza ricetta medica). In alternativa, un dispositivo intrauterino (spirale) inserito entro 5 giorni dal rapporto sessuale permette di evitare una gravidanza.

** Profilassi post esposizione (PEP): terapia antiretrovirale di 4 settimane, da assumere il più presto possibile (al più tardi entro 48 ore, ma preferibilmente nelle prime 6-8 ore) dopo un rischio, per evitare un contagio da HIV. Disponibile negli ospedali (pronto soccorso) e Checkpoints.

Regole del safer sex

1. Nessuna penetrazione senza preservativo. Utilizzare un preservativo maschile o femminile (Femidom) durante la penetrazione vaginale, anale o in caso di scambio di sextoys.
2. Non prendere in bocca sperma o sangue (compreso sangue mestruale). Per il cunnilingus o l'anulingus ci si può proteggere con un dental dam, un preservativo tagliato o una pellicola trasparente alimentare non porosa.
3. In caso di prurito, perdite o dolori nella zona genitale, nonché sintomi influenzali dopo un rapporto sessuale non protetto, rivolgersi immediatamente ad un medico.

Ci si può proteggere dall'epatite B e dai virus del papilloma umano (HPV) facendosi vaccinare.