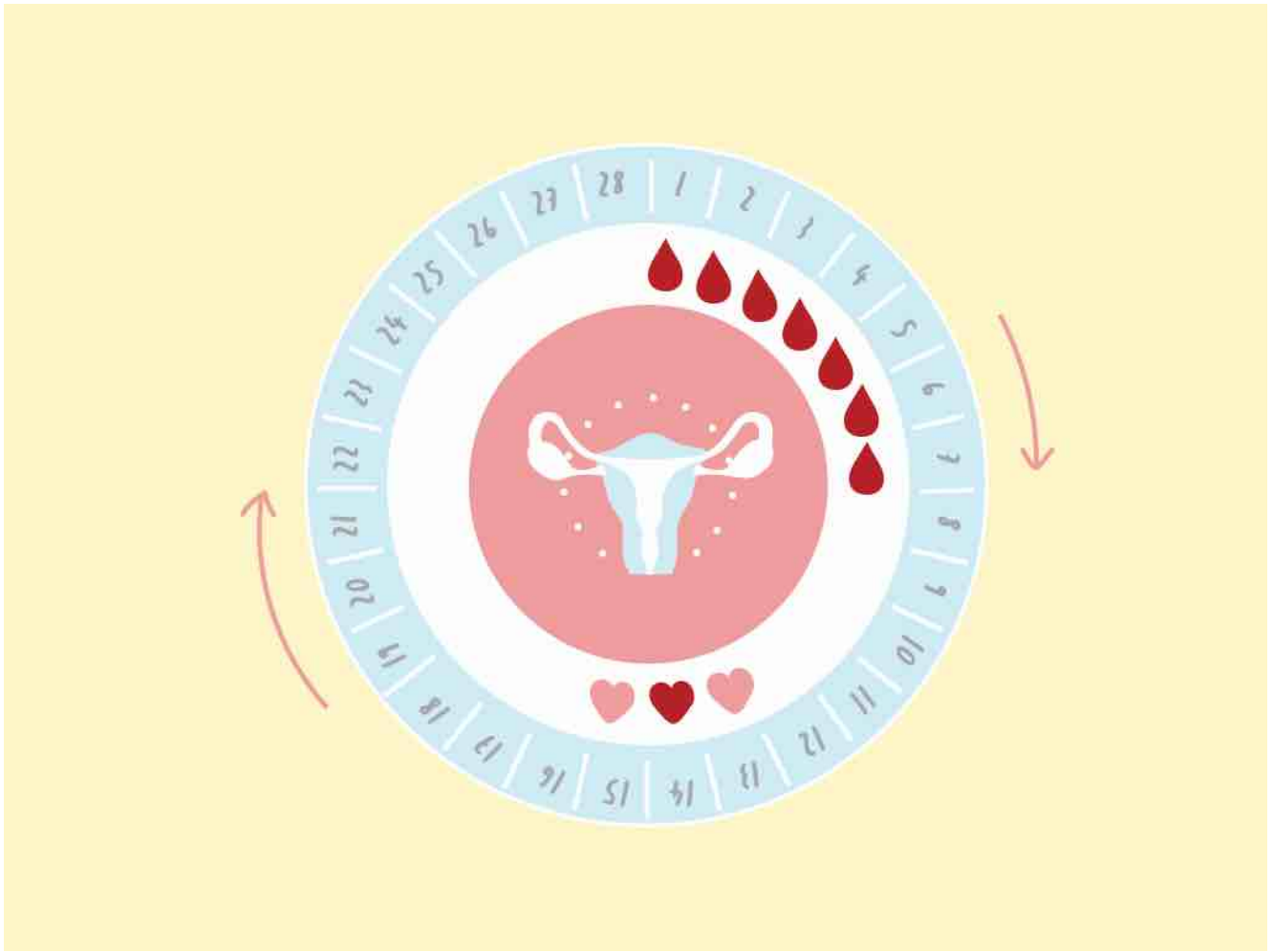


# Cicli irregolari

Il ciclo mestruale normale ha un intervallo tra i 25 e i 35 giorni. **Si parla di cicli irregolari** quando l'intervallo è minore di 25 giorni o superiore ai 35 giorni. Da questa chiara definizione, puoi dedurre se veramente hai **cicli irregolari**. Spesso donne con cicli ogni 26 giorni pensano di avere i **cicli irregolari**, ma non è vero.

I cicli mestruali irregolari in genere sottendono cicli ovulatori irregolari, tanto che una donna che ha cicli regolari tende a ovulare quasi sempre.

Quindi, hai i **cicli irregolari**? Non riesci a capire le cause? **Cicli irregolari: quando preoccuparsi?** Ci sono rimedi? Nel **ciclo irregolare** la gravidanza è più difficoltosa? Sono queste le domande cui cercherò di rispondere. Spero che questo articolo sia utile, soprattutto per quanto riguarda il rapporto tra **cicli irregolari** e gravidanza.



**CICLO REGOLARE.** Un esempio di ciclo regolare con intervallo costante di 28 giorni. Le goccioline indicano i giorni della perdita mestruale, mentre i cuoricini indicano i giorni di presunta ovulazione.

[sitemap]

## Cicli irregolari

Una donna ha un **ciclo mestruale irregolare** quando fra i giorni di inizio di due mestruazioni successive si osserva:

- un intervallo superiore ai 35 giorni (**oligomenorrea**)
- un intervallo inferiore ai 25 giorni (**polimenorrea**)

In caso di cicli mancanti:

- l'assenza di mestruazioni per almeno tre mesi (in una donna che le ha già avute) è detta **amenorrea**

## **secondaria**

- se la donna non ha mai avuto cicli mestruali, si parla di **amenorrea primaria**

# **Le cause dei cicli irregolari**

Le cause di oligomenorrea e di polimenorrea sono generalmente ormonali e legate proprio alla anovulazione (mancanza dell'ovulazione).

Si riscontrano infatti di frequente in quelle condizioni caratterizzate da saltuaria o cronica mancanza di ovulazione, come:

- [ovaio policistico](#)
- premenopausa
- nell'assenza di mestruazione, la causa più ovvia e frequente, nonché fisiologica, è la gravidanza
- quando si verificano **cicli irregolari**, soprattutto in assenza di mestruazione, la cosa migliore da fare è un test di gravidanza

## **Cicli irregolari: quando preoccuparsi**

Le cause patologiche di amenorrea (assenza di mestruazioni) non causata dalla gravidanza sono numerose e di complessa diagnosi. Le principali condizioni che possono causare amenorrea secondaria sono:

- alterazioni anatomiche cerebrali o ipotalamiche: traumi, interventi chirurgici, tumori, infezioni (encefaliti), radioterapia
- droghe o farmaci che possono alterare i livelli di [prolattina](#):
  - antipsicotici
  - antidepressivi triciclici
  - oppiacei

- antiemetici
- amenorrea post-pillola, cioè un'assenza di mestruazioni, anche fino a sei mesi, dopo aver assunto per un periodo variabile la pillola contraccettiva. Si tratta di una condizione benigna e transitoria a risoluzione spontanea
- stress, esercizio fisico intenso (atlete professioniste)
- disturbi del comportamento alimentare (anoressia-bulimia)
- sindrome dell'[ovaio policistico](#)
- [esaurimento ovarico prematuro](#)
- alterazioni dell'ipofisi, la ghiandola che produce gli ormoni che stimolano l'attività delle ovaie: gli adenomi con iperproduzione di prolattina rappresentano la causa ipofisaria più frequente di amenorrea
- aderenze intrauterine (che impediscono meccanicamente la mestruazione) che possono formarsi quali:
  - esiti cicatriziali di raschiamenti uterini ([sindrome di Asherman](#))
  - infezioni dell'endometrio (endometriti)

Le anomalie di presentazione sono descritte come:

- **metrorragia** (perdita anomala inaspettata)
- **menometrorragie** (perdite inaspettate intermestruali combinate con mestruazioni che durano molti giorni)

Le **metrorragie** e le **menometrorragie** hanno sempre significato patologico.

Le anomalie di quantità e durata sono descritte come:

- **ipomenorrea** (scarsa quantità mestruale) in genere non è indicatore di patologia quando il ritmo mestruale sia adeguato. I casi patologici nella ipomenorrea sono pochi e sono rappresentati dalle stesse aderenze cicatriziali uterine, che nei casi gravi possono dare amenorrea
- **ipermenorrea** (abbondante quantità mestruale)

L'ipermenorrea, la menorragia, le metrorragie e le

menometrorragie sono sintomi che riconoscono le stesse cause:

- anovulazione, già citata prima come causa di anomalie del ritmo mestruale, può presentarsi altre volte sotto forma di menometrorragie (cosiddette menometrorragie disfunzionali)
- malattie organiche dell'apparato genitale, più spesso dell'utero: [fibromi](#), polipi, carcinomi del collo o del corpo dell'utero
- corpi estranei ad azione irritativa sulla mucosa uterina come alcune volte accade nelle portatrici di IUD (dispositivo contraccettivo intrauterino o spirale)
- malattie generali (cioè che interessano più globalmente l'individuo, manifestandosi in più organi corporei):
  - difetti della coagulazione
  - ipotiroidismo
  - iperprolattinemia
  - obesità
- farmaci:
  - antidepressivi
  - antipsicotici
  - ormoni sessuali tra cui anche la pillola contraccettiva. Soprattutto le moderne pillole a basso dosaggio estrogenico possono essere responsabili, come effetto collaterale, di sanguinamenti uterini anomali in alcune utilizzatrici, probabilmente non adatte costituzionalmente ad accettare un dosaggio molto basso di estrogeni senza che il loro utero non interpreti tale basso dosaggio come il momento di mestruare
- un capitolo particolare rappresentano invece le metrorragie della gravidanza

# Ciclo irregolare e gravidanza

Normalmente il ciclo viene ogni 25-35 giorni, che rappresenta l'intervallo normale di riferimento. Questo intervallo è quello nell'ambito del quale è molto probabile che i cicli siano normalmente ovulatori.

Le mestruazioni sono da considerarsi irregolari nel ritmo quando non compaiono tutti i mesi oppure quando compaiono più di una volta al mese, con un intervallo fra di esse che può essere sintomatico di mancanza di ovulazione.

Un capitolo particolare rappresentano invece le metrorragie della gravidanza. Una perdita di sangue in gravidanza deve sempre essere considerata patologica fino a prova contraria. Le principali cause di metrorragia in gravidanza sono:

- minaccia d'[aborto](#)
- l'aborto in atto
- la placenta previa
- il distacco di placenta

Una perdita di sangue in gravidanza deve sempre essere considerata patologica fino a prova contraria. Merita una valutazione specialistica.

## Cicli irregolari: rimedi

Le cause di oligomenorrea e di polimenorrea sono generalmente ormonali e legate proprio alla mancanza dell'ovulazione, come nell'[ovaio policistico](#).

In casi di ciclo irregolare dovuto a ovaio policistico, i rimedi sono:

- l'induzione dell'ovulazione in una donna che cerca una gravidanza
- pillola contraccettiva per una donna che non cerca una gravidanza

Nella premenopausa con ciclo irregolare, rimedio possibile è la terapia ormonale.