

Menopausa

HARTMANN



Quali sono le cause di questa perdita urinaria ?

Generalmente la menopausa si verifica dopo i 45 anni. **Oltre l'80% delle donne ha sintomi fisici e fisiologici** quali vampate di calore, secchezza vaginale e disturbi urinari¹ che possono ridurre la qualità di vita. La diminuzione dei livelli di estrogeni associata alla menopausa indebolisce anche i muscoli del pavimento pelvico, aumentando il rischio di incontinenza urinaria.

Oltre

1.2 MILIARDI DI DONNE IN TUTTO IL MONDO saranno in menopausa o in post-menopausa entro il 2030.²

Come si possono individuare ? *Alcuni esempi*

Con una prescrizione: terapia ormonale sostitutiva
(estradiolo, estriolo, ecc.)

Trattamenti omeopatici
per le **vampate di calore**

Acquisto di **integratori per la menopausa** (isoflavoni, DHEA, ecc.)

Trattamenti per l'osteoporosi (il rischio aumenta durante la menopausa)

Come affrontare il problema della vescica debole ? *Alcuni esempi*

- Ha notato cambiamenti fisici di recente ?
Il Suo medico Le ha parlato dei sintomi della menopausa ?
- Alcune pazienti riferiscono una lieve debolezza della vescica in questo periodo.
Ha notato qualcosa di insolito a questo riguardo ?

SÌ

Non si preoccupi - non riguarda solo Lei. Molte persone sono nella Sua stessa situazione. Abbiamo alcune soluzioni per Lei.

NO

Vorrei lasciarLe un opuscolo informativo su questo argomento. Se il problema dovesse presentarsi, si senta libera di tornare a parlarne. Le offriamo delle soluzioni che potrà provare. Posso consegnarLe un campione ?

Consigli sul prodotto *Quali campioni fornire ?²*

Nella maggior parte dei casi le mutandine assorbenti MoliCare® con inserto assorbente monouso X-Change Pad, assorbenti MoliCare® lady da 0,5 a 2 Gocce saranno la scelta corretta.



Ma è importante tenere conto delle preferenze e delle esigenze della singola paziente :

- **Qual è l'intensità/la frequenza delle Sue perdite vescicali ?**
 - Qualche goccia ogni tanto →
 - Mutandine assorbenti MoliCare® lady con inserto assorbente monouso X-Change Pad
 - Assorbenti MoliCare® lady pad da 0,5 a 2 Gocce.
- **Preferisce le mutandine assorbenti lavabili o gli assorbenti anatomici ?**
- **Riesce a cambiare gli assorbenti regolarmente ?**
 - SÌ → basso assorbimento
 - NO → assorbimento medio.

Si senta libero di offrire più campioni diversi.



BUONA PRASSI

MERCHANDISING

Adottare una **strategia di doppio posizionamento** nel **reparto igiene personale**.

Migliore qualità della vita quotidiana.

Qualche consiglio per limitare il rischio di incontinenza urinaria



Iniziare una **moderata attività fisica** (passeggiate, yoga, pilates, nuoto, ecc.)



Sottoporsi a terapia del pavimento pelvico e riabilitazione sfinteriale con un fisioterapista



Ridurre fumo ed alcol che irritano la vescica



Adottare una dieta ad alto contenuto di fibre per prevenire la stitichezza e ridurre la pressione sulla vescica.

Guarda il video



1. Nisar, Nusrat, and Nisar Ahmed Soho. „Frequency of menopausal symptoms and their impact on the quality of life of women: a hospital based survey.“ JPMA 59.11 (2009): 752-56.

2. Delanerolle, Gayathri, et al. „Menopause: a global health and wellbeing issue that needs urgent attention.“ The Lancet Global Health 13.2 (2025): e196-e198.

Data di creazione : 06/2026. Ref.: 847390.

