

Què és?

- **Dismenorrea** significa menstruació dolorosa i es pot definir com el dolor abdominal i/o pèlvic intens que apareix abans de la menstruació o coincidint-hi.
- Es calcula que entre el 25% i el 60% de les dones la pateixen i que entre l'1% i el 15% dels casos presenten més intensitat.
- Cal considerar-la un trastorn de certa rellevància, ja que **és una causa important d'incapacitació laboral, d'automedicació i de consulta.**

Síntomes

- Pot presentar-se no només com a dolor aïllat, sinó com un **conjunt de símptomes que engloba altres problemes**, com nàusees i vòmits (89%), fatiga (85%), diarrea (60%) i mal de cap (45%), i també mareig, dolor a les cames, ansietat, irritabilitat, depressió i inflamant.
- Aquesta disfunció és, per tant, una **síndrome de tensió premenstrual** que pot arribar a representar un deteriorament de l'estat físic i psíquic en les dones que la pateixen de forma periòdica.

Tipus

- La dismenorrea es diu que **és primària quan es presenta com un dolor agut o espasmòdic a la zona baixa de l'abdomen**. En aquest cas, comença entre 24 i 48 hores abans de l'inici de la menstruació i desapareix de forma gradual al final del primer dia. Sol presentar-se en dones d'entre 17 i 25 anys i és poc habitual en edats posteriors o després d'haver tingut fills.
- **S'anomena dismenorrea secundària quan el dolor és més continu i pesat**. Sol aparèixer una setmana abans de la menstruació, i pot alleujar-se o empitjorar durant els dies de la menstruació, o fins i tot persistir durant tot el cicle. Es presenta més sovint en dones majors de 30 anys i, sobretot, en les que han tingut fills. La dismenorrea secundària pot ser un símptoma d'una malaltia subjacent, i per això és recomanable consultar el metge.

Recordi

- El dolor de la dismenorrea està **relacionat amb l'activitat de les prostaglandines**, substàncies químiques que tenen un paper important en diferents processos de l'organisme.
- **Els analgèsics que impedeixen que es formin les prostaglandines són el tractament més eficaç.**