

# WORLD MENOPAUSE DAY 2020



## CHE COS'È LA INSUFFICIENZA OVARICA PREMATURA (DALL'INGLESE PREMATURE OVARIAN INSUFFICIENCY POI)?

La POI si verifica quando le ovaie di una donna esauriscono gli ovociti prima dei 40 anni di età.

- Le mestruazioni che diventano irregolari o si interrompono sono un sintomo di insufficienza ovarica prematura (POI).
- Altri sintomi includono vampate di calore, sudorazione notturna, sonno disturbato, sbalzi d'umore, dolorabilità diffusa/dolori, secchezza vaginale.
- Il tuo dottore raccoglierà informazioni sulla storia familiare e prescriverà esami del sangue per misurare i livelli di ormone follicolo-stimolante (FSH).
- I sintomi possono essere trattati con successo grazie alla terapia ormonale ed alleviati grazie ad una dieta sana, al regolare esercizio fisico e al raggiungimento di un buon equilibrio emotivo.
- Contatta il tuo medico per ricevere ulteriore supporto.

International **IMS**  
Menopause Society  
Promoting education and research on midlife women's health

[www.imsociety.org](http://www.imsociety.org)