

## Prolattina alta:

una causa di infertilità comune

**C'è una causa abbastanza comune di infertilità nelle donne: i livelli elevati di un ormone, della prolattina, che è responsabile di circa il 20% dell'infertilità femminile e che può essere trattata efficacemente e molto semplicemente.**

La prolattina è un ormone secreto dalla ghiandola pituitaria sia negli uomini che nelle donne. È noto per il suo ruolo chiave nell'inizio e nel mantenimento della lattazione e nello sviluppo delle ghiandole mammarie. Agisce anche nella secrezione del progesterone nelle donne e del testosterone negli uomini e ha un ruolo nella funzione della libido. L'eccessiva secrezione di prolattina è chiamata iperprolattinemia.

### Quali sono i livelli normali di prolattina?

I risultati dei livelli di prolattina variano da laboratorio a laboratorio, ma generalmente il livello normale sarebbe tra 5 e 20 ng/ml e può raggiungere 250 ng/ml in tarda gravidanza. Anche se gli standard variano da laboratorio a laboratorio, dopo la menopausa varia tra 1 e



15 nanogrammi/ml. I valori di riferimento con un'altra unità sono da 100 a 500 mIU/l nelle donne e da 85 a 325 mIU/l negli uomini. Il limite patologico è di 900 mIU/l. A volte il test viene ripetuto per confermare il risultato in un laboratorio esperto.

### Qual è la causa di questo disturbo ipofisario?

Ci sono diverse cause. Ci può essere un piccolo tumore benigno chiamato adenoma ipofisario. In passato, il trattamento si faceva per via chirurgica attraverso il naso, cioè andando dietro la cavità nasale senza aprire il cranio, con controllo visivo grazie a una lente d'ingrandimento binoculare. Oggi, molto più spesso, quando l'adenoma è piccolo e non minaccia i nervi della vista, che è il caso comune, viene prescritto un trattamento con pillole (spesso una sola compressa a settimana).

### Leggi il resto dell'articolo:

<https://medimall.gr/it/prolattina-alta-una-causa-di-infertilita-comune/>



## Il box recinto per bambini: Allegria e sicurezza per i vostri piccoli bambini

Il box dovrà essere utilizzato per proteggere il bambino garantendo la sicurezza. La recinzione si adatta per circondare zone determinate della casa prevenendo situazioni pericolose. Così potete gestire facilmente qualsiasi situazione di crisi. Per esempio, mentre vostro figlio è nel box potete cucinare senza preoccuparvi. In questo modo si può sempre tenere sotto controllo il bambino e fare qualcos'altro allo stesso tempo. Inoltre, anche i bambini più grandi amano utilizzare il box semplicemente incorporandolo in modo creativo nel loro gioco!

[https://www.ma-trading.eu/it/bebe-bambini/mobili-per-bambini/recinti/baby-vi-vo-box-per-bambini-sicurezza-parte-principale-estensibile\\_98748246\\_2079/](https://www.ma-trading.eu/it/bebe-bambini/mobili-per-bambini/recinti/baby-vi-vo-box-per-bambini-sicurezza-parte-principale-estensibile_98748246_2079/)



# Meditazione:

## guida per principianti

La meditazione è un antico metodo di rilassamento, attraverso l'attenzione e la concentrazione. Qual è lo scopo della meditazione? La meditazione ti permette di riconnetterti con la tua mente e il tuo corpo in un determinato momento e quindi migliorare la tua percezione di te stesso e del tuo ambiente.

### Cos'è la meditazione consapevole?

Fai una pausa. Chiudi gli occhi. Nota cosa sta succedendo dentro di te. Senti il tuo respiro, le sensazioni del tuo corpo, il flusso dei pensieri. Comprendi cosa c'è intorno a te: suoni, odori, ecc. Basta esercitarsi ad essere presenti e osservare intorno a te.

Leggi il resto dell'articolo:

<https://medimall.gr/it/meditazione-guida-per-principianti/>



# Ovulazione:

## il timing della fertilità!

C'est important pour une femme  
È importante che una donna sappia che la sua ovulazione corrisponde alla fase di espulsione di un ovocito dall'ovaio, che è pronto per essere fecondato da uno spermatozoo per creare eventualmente un embrione. Una bambina nasce con 500.000 ovociti distribuite nelle sue due ovaie, la maggior parte delle quali scompariranno. Solo 450 di loro matureranno e saranno eliminati. Dopo i 40 anni lo stock di ovociti diminuisce. L'ovulazione è un processo fisiologico che è continuo: inizia nell'adolescenza e termina in menopausa dove l'attività delle ovaie cessa e la donna non ha più l'ovulazione o le mestruazioni.

Leggi il resto dell'articolo:

<https://medimall.gr/it/ovulazione-il-timing-della-fertilita/>



# Fecondazione assistita - FIVET: come aumentare le possibilità di successo



Ci sono molti fattori che influenzano il corso della FIVET e quindi una gravidanza di successo. I nostri consigli ti aiuteranno ad aumentare le tue possibilità di rimanere incinta.

### Prima e dopo la FIVET

#### Adotta uno stile di vita migliore

- La nutrizione equilibrata, dormire abbastanza, l'attività fisica, smettere di fumare e l'alcool ma anche la riduzione dello stress sono abitudini sane che si dovrebbero praticare ogni giorno. Evita anche le zone in cui si fuma, perché anche il fumo passivo è dannoso per la tua salute.
- Scegli degli integratori che aiutano il tuo corpo a prepararsi alla gravidanza. L'acido folico, la vitamina D, gli omega 3, le vitamine B6 e B12 sono

ingredienti che ti aiuteranno a rimanere incinta più facilmente, a preparare il tuo corpo sia per la gravidanza che per il successivo sviluppo del tuo bambino.

- Segui i consigli medici e farmaceutici che accompagnano la tua terapia.
- Attieniti al tuo programma di trattamento, cercando di prendere le tue medicine alla stessa ora ogni giorno. Nel caso delle supposte vaginali, si raccomanda di sdraiarsi per 15-20 minuti dopo averle inserite per permettere il miglior assorbimento possibile.

Leggi il resto dell'articolo:

<https://medimall.gr/it/ivf-how-to-increase-your-chances-of-success/>