



*“Dott. Rossi, le scrivo perché vorrei che lei mi togliesse una curiosità: anche gli uomini hanno la menopausa? E se sì, quali sono i sintomi? Poiché ho l'impressione che mio marito sia nella mia stessa situazione”. Lara*

Il

‘corrispettivo’ della menopausa nell’uomo si definisce “andropausa”. Essendo la fertilità maschile più prolungata nel tempo rispetto a quella femminile, in genere questa interruzione coincide con l'ingresso nella vecchiaia e molti uomini vengono presi da un vero e proprio ‘panico’.

Sentire

che si sta cambiando, e perdere il controllo della propria ‘virilità’ spesso è vissuto come un’esperienza molto negativa. I sintomi dell’andropausa sono meno evidenti e riconoscibili di quella femminile. Infatti non vi è la mancanza delle mestruazioni, che è il chiaro sintomo della menopausa. Per quanto riguarda l’andropausa si può verificare una certa difficoltà a vivere la sfera sessuale, un lento e progressivo calo del desiderio e delle performance. Tutto diventa più lento e ritardato.



*Dott. Marco Rossi*

Alcuni uomini riscontrano anche cambiamenti nel tono dell'umore: diventano più irritabili e taciturni. Anche la capacità di ripresa da traumi e malattie risulta sempre più lenta. Altri uomini riscontrano perdita dei capelli e un diradamento dei peli e una riduzione dello spessore cutaneo.

Anche l'osteoporosi è uno dei sintomi dell'andropausa, poiché il calo della produzione di testosterone influisce sul contenuto minerale delle ossa, con conseguente rischio di fratture.

#### L'andropausa

è un avvenimento grazie al quale la vita insegna all'uomo come spostare i propri interessi verso aspetti sempre mutevoli della quotidianità. La cosa più importante, per meglio affrontare questi cambiamenti, è non nascondere la testa sotto la sabbia e rendersi conto che il declino e la vecchiaia sono eventi naturali della nostra vita e quindi si deve imparare a coglierne gli aspetti positivi.

È anche consigliabile, se si riscontrano i 'sintomi' sopra citati che lei convinca suo marito a sottoporsi a una visita specialistica da un andrologo.