

## Ifeelgood La salute prima di tutto

a cura di Annaleni Pozzoli



di **Chiara Di Pietro**  
specialista in ginecologia  
e ostetricia, [f](#) [i](#) [ginecologo\\_roma](#)

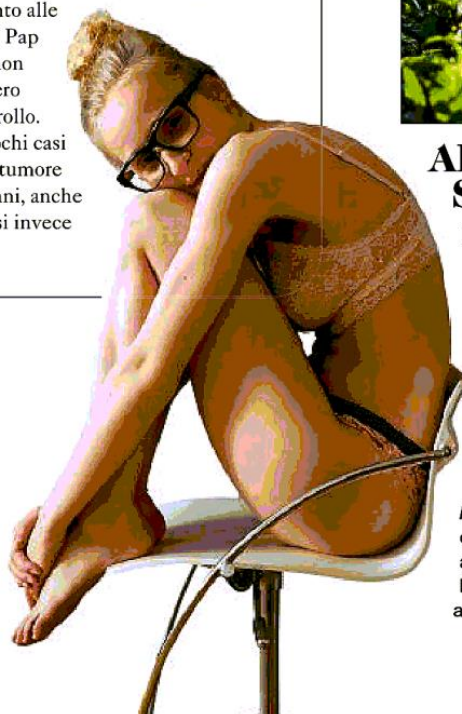
### HO IL PAPILOMA VIRUS: VUOL DIRE CHE MI HA TRADITA?

DAGLI ULTIMI CONTROLLI dal ginecologo sono risultata positiva al test HPV. Oltre alla preoccupazione che questa infezione possa trasformarsi in un tumore al collo dell'utero, sono angosciata perché temo che mio marito mi abbia tradita. Siamo sposati da 4 anni e io ho avuto rapporti solo con lui. Come posso essermi contagiata? **Adele**

MIA CARA ADELE capita spesso che quando si scopre di avere contratto il Papilloma virus ci si senta in colpa e sporche perché si sa che avere diversi partner aumenta il rischio di contagio. Oppure, come nel tuo caso Adele, scatta il sospetto di un tradimento da parte del proprio compagno perché si crede che l'unica via di trasmissione sia quella sessuale. In realtà non è così. Si può contrarre il virus anche utilizzando i bagni pubblici o la biancheria o gli asciugamani di una persona infetta. E, anche se il contagio fosse avvenuto attraverso i rapporti sessuali, il contatto incriminato potrebbe essere avvenuto in un passato per niente recente. Il Papilloma virus può rimanere latente per molto tempo e manifestarsi clinicamente dopo diversi anni, magari in concomitanza con un calo delle difese. Quanto alle conseguenze sulla salute, se il Pap test è negativo, significa che non ci sono lesioni al collo dell'utero e che dovrà tenersi sotto controllo. Tenga presente che solo in pochi casi l'infezione da HPV evolve in tumore e ci mette comunque molti anni, anche 20: nella maggior parte dei casi invece guarisce spontaneamente.

Dottore ho un problema

Si può  
contrarre  
l'HPV anche  
usando  
i bagni  
pubblici



### Diverticoli NON VI TEMO

SONO IN TANTI gli italiani che soffrono di quel problema all'intestino chiamato **malattia diverticolare**. Per loro ora è nata una linea specifica di integratori. **Divertikur dolore (Guna, 21,50 euro)**, per esempio, a base di estratti di verbena e perilla, oli essenziali di timo bianco, camomilla e menta piperita, aiuta a contrastare sintomi come il gonfiore addominale.



### ADDIO STRESS vado nell'orto

Curare le piante è un potente calmante. Tanto che aiuta a ridurre lo stress in caso di anoressia nervosa. Lo ha provato uno studio della Università di Pisa, del Cnr, della Fondazione Stella Maris e della Clinica Riabilitativa Gli orti di Ada, pubblicato nella rivista *Nutrients*: nelle pazienti che oltre alle cure convenzionali avevano seguito anche l'ortoterapia il livello di risposta allo stress era migliorato.