



# AUTOTEST AL FEMMINILE

## TRE DISPOSITIVI DIAGNOSTICI

**La pandemia di Covid-19 ha reso familiare il “fai da te” per la diagnosi di alcune malattie e condizioni fisiologiche. In commercio esistono ormai moltissimi autotest di facile esecuzione e affidabili anche se utilizzati da persone non esperte, che si possono acquistare in farmacia senza necessità di una prescrizione medica.**

### **COS'È UN AUTOTEST DI CONTROLLO**

Gli autotest di controllo (detti anche autotest di screening) sono dispositivi medico diagnostici che consentono di individuare rapidamente la presenza di una particolare sostanza in un campione biologico, costituito, a seconda dei casi, da urina, saliva, muco o sangue. La sostanza che si ricerca è detta “marcatore biologico” ed è specifica per una determinata malattia (es. infezioni da virus e batteri) o per uno stato fisiologico (es. gravidanza, menopausa).

Le sofisticate tecnologie analitiche che stanno alla base di questi autotest rendono estremamente semplici le procedure da seguire, cosicché anche persone prive di esperienza specifica riescono ad utilizzarli senza problemi, a condizione che si attengano scrupolosamente alle istruzioni fornite dal produttore.

In questo articolo vengono descritti tre esempi di autotest utili per diagnosticare tre differenti condizioni fisiologiche della donna.

### **TEST DI GRAVIDANZA**

La disponibilità di autotest di gravidanza ha consentito alla donna di ridurre in modo significativo il tempo di attesa fra sospetto e conferma di essere o non essere incinta, con evidenti risvolti sanitari, psicologici e sociali. Rilevare la gravidanza durante il primo mese consente di adottare



tempestivamente misure correttive sugli stili di vita (alimentazione, cessazione del fumo, eliminazione dell'alcool o di farmaci potenzialmente pericolosi, sospensione di integratori alimentari o prodotti erboristici non strettamente necessari). Confermare precocemente la gravidanza consente inoltre di fissare rapidamente un appuntamento con un ginecologo e iniziare ad assumere farmaci o integratori alimentari dimostratisi utili durante la gravidanza (es. acido folico, vitamine, sali minerali come calcio e ferro).

In commercio esistono diversi tipi di test di gravidanza, ma tutti utilizzano come marcatore biologico la gonadotropina corionica umana (HCG), un ormone che viene prodotto solo dalle cellule da cui si svilupperà la placenta ed è pertanto specifico per indicare se una donna è incinta oppure no.

Poiché la produzione di questo ormone inizia subito dopo l'annidamento nell'utero dell'ovulo fecondato, la sua rilevazione è indicativa di gravidanza a partire dal giorno previsto per la comparsa delle mestruazioni. Il test può essere effettuato in ogni momento del giorno, evitando di bere molti liquidi nelle ore precedenti per non ridurre la concentrazione dell'ormone nell'urina.



Nelle condizioni ottimali di esecuzione, la sensibilità è superiore al 99%, cioè il test ha solo una probabilità inferiore all'1% di dare un risultato falso negativo (ossia la gravidanza è iniziata ma il test non l'ha rilevata).

Il test può anche essere eseguito in anticipo di alcuni giorni rispetto alla data prevista di inizio delle mestruazioni, utilizzando la prima urina del mattino, in cui la concentrazione dell'ormone è più elevata. In questo caso la sensibilità del test si riduce, perciò, se il risultato è negativo ma le mestruazioni non compaiono, è necessario ripetere il test dopo alcuni giorni, in quanto la gravidanza potrebbe essere iniziata ma la concentrazione dell'ormone potrebbe non essere ancora sufficiente per essere rilevata.

### TEST DI OVULAZIONE

Il test di ovulazione è un test utile per conoscere quando è probabile che avvenga l'ovulazione e si entra nel periodo di massima fertilità del ciclo. Il test è quindi utile quando si vuole iniziare una gravidanza. In questo caso il marcatore biologico che viene misurato nell'urina mediante una striscia reattiva è l'ormone luteinizzante (LH), un ormone che nella donna ha il compito di stimolare l'ovulazione. La concentrazione di LH nell'urina inizia ad aumentare 24-48 ore prima dell'ovulazione, raggiungendo il valore massimo 10-12 ore prima che questa avvenga. Avere rapporti sessuali in quel momento e nel giorno successivo aumenta la probabilità di restare incinta. Prima di utilizzare il test, la donna dovrebbe avere un'idea approssimativa di quando avviene l'ovulazione. In media, quando il ciclo è di

28 giorni, l'ovulazione avviene attorno al 14° giorno dall'inizio delle mestruazioni. Tuttavia, questo evento può verificarsi in giorni diversi ed è necessario iniziare ad effettuare il test alcuni giorni prima (2-4) e ripeterlo fino a quando il risultato è positivo. Il test può essere effettuato in qualsiasi momento della giornata, ma è importante ripeterlo sempre alla stessa ora e, anche in questo caso, è necessario ridurre l'assunzione di liquidi nelle ore precedenti. Se il test non mette in evidenza l'insorgenza del picco della concentrazione di LH, può significare l'assenza di ovulazione, una condizione che può avere cause diverse che andranno accertate con il proprio ginecologo.

### TEST DI MENOPAUSA

Il test di menopausa misura la quantità dell'ormone follicolo stimolante (FSH). Durante il periodo di fertilità della donna, la produzione di FSH aumenta temporaneamente ogni mese per stimolare le ovaie a produrre ovociti. Quando inizia la menopausa (periodo perimenopausale), normalmente fra i 45-50 anni di età, le ovaie smettono progressivamente di funzionare e i livelli di FSH aumentano. Nonostante il nome, il test non rileva in modo certo la condizione di menopausa, definita come sospensione delle mestruazioni per 12 mesi consecutivi, ma rileva solo se i livelli di FSH stanno aumentando. Questa informazione è comunque utile per capire se i sintomi che la donna avverte in questa fase della vita (es. cicli irregolari, vampate di calore, secchezza vaginale, disturbi del sonno) sono dovuti alla menopausa o ad altre cause. Un risultato positivo del test e la presenza

di sintomi particolarmente disturbanti possono suggerire trattamenti specifici, per cui è buona norma rivolgersi ad un medico. Un risultato positivo non deve essere considerato indicativo della fine del periodo fertile della donna e una gravidanza può ancora essere possibile se si sospendono eventuali pratiche anticoncezionali in essere. I meccanismi che regolano la concentrazione degli ormoni sessuali nella donna sono molto complessi e può anche verificarsi il caso in cui il risultato del test sia negativo ma siano presenti i sintomi della menopausa. Anche in questo caso è bene rivolgersi al proprio medico per effettuare eventuali ulteriori accertamenti.

