

TPM – TENSÃO PRÉ-MENSTRUAL

Tensão pré-menstrual ou TPM é um conjunto de sintomas físicos e emocionais que se manifestam um pouco antes da menstruação e desaparecem quando ela vai embora.

Atinge cerca de 80% das mulheres em idade fértil e são mais intensos em algumas mulheres do que em outras.



Causas:

A causa não é conhecida, mas pelas características está relacionado com as alterações hormonais (estrógeno e progesterona).

Sintomas:

Os sintomas da TPM são variados, mas os mais comuns são:

- Irritabilidade
- ansiedade acentuada
- depressão
- dor nos seios
- agressividade
- dor abdominal
- dor de cabeça e/ou enxaqueca
- choro fácil sem motivo aparente

Diagnóstico:

Não há exames laboratoriais específicos que possam diagnosticar a TPM, mas o fato dos sintomas desaparecerem após a menstruação, é um importante fator de diagnóstico.

Tratamento:

O tratamento vai depender da gravidade dos sintomas, mas para a maior parte das mulheres, a mudança para um estilo de vida saudável com a prática de atividade física já é suficiente.

Para os casos mais graves, pode ser necessário o uso de medicamentos antidepressivos ou pílula de uso contínuo, que interfere diretamente no ciclo menstrual.

No caso das doenças tipicamente femininas a prevenção faz toda a diferença, por isso é muito importante que a mulher procure um médico para um esclarecimento ou diagnóstico mais preciso.