

CHIARA DI PIETRO

Una^{PD} ginecologa per amica?



Rizzoli

Una
ginecologa
per
amica

*A tutte le donne,
di oggi e di domani.*

Sommario

Introduzione 11

CAPITOLO 1

D come Donna 15

1. Come siamo fatte 18
2. Come funzioniamo 37

CAPITOLO 2

Ciclo e Tabù 61

1. Il mio ciclo è normale? 63
2. Perché il mio ciclo fa come gli pare? 67
3. Lo sapevate che... 88

CAPITOLO 3

La sindrome premestruale 93

1. Sintomi per tutti i «gusti» 96
2. Altri aspetti antipatici delle mestruazioni 110

CAPITOLO 4

Il ciclo dalla A alla Z 117

1. Le mestruazioni nelle neonate 119
2. La pubertà 120
3. L'età fertile 128
4. La menopausa 129

CAPITOLO 5

Il magico mondo degli assorbenti 131

1. Assorbenti esterni 137
2. Assorbenti interni 142
3. Coppetta mestruale, questa sconosciuta! 148
4. Il disco mestruale 159
5. La spugna mestruale 161
6. Mutande lavabili 165

CAPITOLO 6

L'igiene intima 169

1. Come fare il bidet 171
2. Il detergente più adatto 176

CAPITOLO 7

I peli pubici: amici o nemici? 187

1. Perché li abbiamo se sono così brutti? 190
2. Altri peli imbarazzanti 198

CAPITOLO 8

La scelta dell'intimo 201

1. Il reggiseno giusto 203
2. Le mutande 213

CAPITOLO 9

La prima visita ginecologica 223

1. La visita: come e quando 226

CAPITOLO 10

Le gin-emozioni 235

1. Il colore delle emozioni 239

CAPITOLO 11

Falsi miti da morir dal ridere! 259

1. Sulle mestruazioni 261

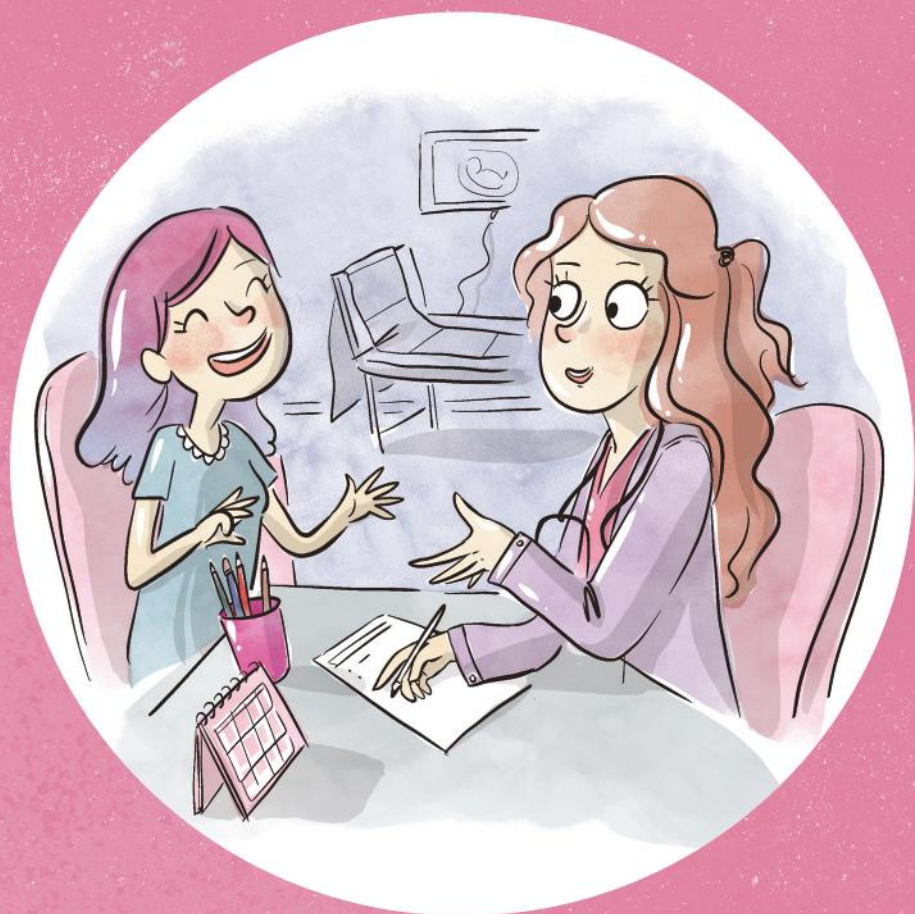
2. Sugli assorbenti interni 267

3. Sulla coppetta mestruale 270

4. Sul seno 273

4. Sui reggiseni 274

Ringraziamenti 277



Introduzione