

Klimakterium a menopauza

KLIMAKTERIUM JE OBDOBÍ ŽENY Z FÁZE HORMONÁLNÍ CYKLICKÉ ČINNOSTI A SCHOPNOSTI REPRODUKCE DO OBDOBÍ HORMONÁLNÍHO KLIDU A UKONČENÍ REPRODUKČNÍ SCHOPNOSTI. MŮŽE BÝT PROVÁZENO NEPŘÍJEMNÝMI SUBJEKTIVNÍMI I OBJEKTIVNÍMI PŘÍZNAKY.

KLIMAKTERIUM A MENOPAUAZA

Od puberty až do období přechodu je život ženy doprovázen cyklickou hormonální činností. S postupujícím věkem dochází k poruchám v této oblasti, která je z hlediska fyziologie značně komplikovaná. Každá žena se tak dostává do **období přechodu neboli klimakteria**, kdy končí její reprodukční funkce. Toto období je pro většinu žen dosti složité, protože se objevují změny a nepříjemné příznaky jak po stránce fyzické, tak i duševní a mění se i její role v oblasti sociálního postavení.

Počínající nevyváženost sexuálních řídicích a výkonných hormonů vyúsťuje v trvalý deficit estrogenů. Jejich přítomnost má významný ochranný vliv. Jejich nedostatek proto startuje či urychluje mnoho různých chronických a degenerativních onemocnění, která výrazně snižují kvalitu života. Proto velmi záleží na preventivních opatřeních, která musejí být komplexní a včas aplikovaná, aby dokázala těmto nežádoucím změnám zabránit.

Věk menopauzy kolísá kolem 50. roku věku. Je dán především geneticky. Nástup menopauzy snižuje o 1,5 roku kouření, podvýživa a určitý vliv má i chirurgická sterilizace a hysterektomie (operační odstranění dělohy).

Předčasná menopauza před 45. rokem věku (někdy uváděno 40. rokem) může mít pro zdravotní stav ženy velmi vážné důsledky.

Slovníček pojmů

KLIMAKTERIUM je fáze stárnutí ženy označující přechod z reprodukční fáze do nereproduktivního stavu.

MENOPAUAZA je poslední krvácení v životě ženy (dá se určit jen zpětně, rok po něm).

KLIMAKTERICKÝ SYNDROM je přítomnost nepříjemných příznaků v tomto období.

PREMENOPAUAZA je období několika let před posledním krvácením, kdy se již začínají objevovat poruchy v hormonální činnosti ženy.

PERIMENOPAUAZA je období zahrnující premenopauzu a období do posledního krvácení.

POSTMENOPAUAZA je období začínající déle než rok po posledním krvácení.

GERIPAUAZA je období nad 65 let věku ženy (časná) a nad 85 let (pozdní).

ORGANICKÝ ESTROGENDEFICITNÍ SYNDROM je postižení sliznic atrofii (ztenčení a snížená kvalita sliznice) způsobené nedostatkem estrogenů.

METABOLICKÝ ESTROGENDEFICITNÍ SYNDROM je rozvoj metabolických chorob, jako je dyslipidémie, ateroskleróza, porucha glukózové tolerance a osteoporóza, akcelerovaná nedostatkem estrogenů.

Klimakterický syndrom – je souborem typických příznaků, charakteristickým pro hormonální změny.

Mezi nejčastější příznaky patří návaly horka do hlavy, náhlé zrudnutí, pocení, nespavost, bušení srdce a poruchy jeho rytmu, chvění a třesy, podrážděnost, nespavost, psychická labilita a deprese, ale i např. bolesti kloubů apod.

Období premenopauzy a perimenopauzy je charakterizováno nepravidelnostmi menstruačního cyklu, které jsou často řešeny operačními zákroky (kyretáž – výškrab, hysterektomie – odnětí dělohy).

Období postmenopauzy je zákeřné v tom, že zprvu nemá žena žádné zjevné či závažné potíže, ale ty se pak náhle objevují po několika letech jako atrofické záněty sliznic (pochvy, močových cest, očí, dásní, střeva...) či ještě později jako metabolické choroby (ateroskleróza s vyústěním v infarkt myokardu či cévní mozkovou příhodu, diabetes, osteoporóza se zlomeninou apod.).

Diagnostika

Opírá se hlavně o klinické příznaky a nález při gynekologickém vyšetření se zhodnocením stavu sliznic a také o hormonální vyšetření (v časném období premenopauzy j e téměř bezcenné). Důležitou roli hraje dnes také vyšetření vaginálním ultrazvukem ke zhodnocení děložní sliznice. Ke zhodnocení tíže klimakterického syndromu slouží dotazníky (např. Kuppermanův index).

Klasická léčba

Nejúčinnější, ale leckdy kontroverzní je hormonální léčba. U žen s dělohou je nutné podávat oba hormony, tj. estrogeny i gestageny k ochraně děložní sliznice, u žen po odstranění dělohy pak jen samotné estrogeny. Tyto léky označujeme jako „HRT či HST“ (hormonální substituční terapie). U zdravých žen v premenopauze lze také užít nízkodávkovanou antikoncepci.

HRT je u žen s předčasnou menopauzou či se závažnějším nedostatkem estrogenů jedinou kauzální léčbou, která vede ke zlepšení jejich zdraví. Musí být však nasazována ve správném čase a po řádném vyšetření gynekologickém, interním a mamografickém, po vyloučení všech kontraindikací a stanovení individuálního rizika. Má být tzv. „šitá na míru“ (tailoring) každé pacientce individuálně. Zároveň existuje celá škála aplikačních forem léčby od tablet po krémy, náplasti, injekce až po podkožní implantáty a spreje. Ostatní nehormonální léčba má poměrně malý význam, naopak na významu nabývají léky s účinkem na hormonální receptory, které nemají některá rizika estrogenů. V posledních letech jsou populární preparáty obsahující tzv. fytoestrogeny (látky izolované z rostlin – např. sója a červený jetel – které mají také účinek na hormonální receptory). Součástí komplexní léčby jsou i takové postupy jako akupunktura, cvičení, psychoterapie a jiné.

Klimakterium, menopauza a přípravky Energy

Preparáty Energy harmonizují hormonální děje, regenerují orgány produkující hormony, zamezují rozvoji patologických řetězových reakcí a dodávají potřebné stavební látky. Včasným a správným nasazením preparátů zabráníme mnohdy zbytečným operacím a také rozvoji degenerativních a metabolických chorob, které souvisejí s nedostatkem estrogenů.

Hlavní produkty

Gynex – harmonizuje hormonální činnost, upravuje nepravidelný cyklus, a tím omezuje operační zákroky jako kyretáž či hysterektomii, je prevencí vzniku vaječnickových cyst a silného menstruačního krvácení, odstraňuje bolesti prsů, pomáhá při lehčí a střední formě klimakterického syndromu, odstraňuje návaly a hlavně působí na destabilizovanou psychiku ženy. Je nejdůležitějším preparátem pre- a perimenopauzy, výrazně zvyšuje kvalitu života (dávka 7–9 kapek 3x denně).

Cytovital – krém se nanáší na podbřišek, křížovou oblast, prsa, jinové akupunkturální dráhy a reflexní zóny orgánů malé pánve. Výrazně zesiluje účinky Gynexu. Při psychické nevyrovnanosti nanášíme na čelo a pod nos (akupunkturální bod GV26).

Korolen – působí dobře při psychickém vyčerpání a u návalů eliminuje stresové spouštěcí reakce. Upravuje nepravidelné krvácení při užívání hormonálních léků působením na mikrocévy děložní sliznice. Při včasném nasazení lze příznaky klimakterického syndromu minimalizovat nebo zcela vyloučit (dávka 6–9 kapek 3x denně).

Peralgin – u mnoha žen má významný vliv na redukci a vymizení i silnějších návalů horka, odstraňuje bolesti hlavy a bolestivou menstruaci. V potlačení návalů bývá ještě účinnější než Gynex (dávka 1 kapsle 2–3x denně).

Doplňkové produkty

Skeletin – pro organismus velmi dostupná forma hořčíku a vápníku je účinnou prevencí řídnutí kostí a želatina působí proti rozvoji degenerace kloubních chrupavek (dávka 2–3x denně 1 kapsle).

Vitamarin – nenasycené mastné kyseliny mají „anti-aging“ efekt (proti stárnutí buněk) a zabraňují vzniku a rozvoji metabolických a degenerativních chorob (dávka 2–3x denně 2 kapsle).

Spirulina Barley – zelené potraviny – mají příznivý vliv na metabolismus buněk a dodávají enzymy a další potřebné látky (dávka 2–3x denně 1 tableta).

Vzhledem k rozmanitým příznakům klimakteria lze využít i ostatních produktů Energy jako: **Regalen, Celitin, Fytomineral, Geriatrim, Balneol a Biotermal.**

Doplňkové přípravky je vhodné střídat a je možné je vzájemně kombinovat. Uvedené dávkování je pouze orientační a musí být upraveno podle stavu onemocnění, věku a reaktivity pacientky.

Pro přesnější diagnostiku a správný výběr přípravků doporučujeme podstoupit vyšetření přístrojem **Supertronic** na bázi EAV nebo přístroji na bázi hodnocení nelineární analýzy biopole. Tyto přístroje jsou schopny určit postižený orgán, a tím i správný a účinný preparát.