SĄ UTRAPIENIEM KOBIET MIĘDZY 35. A 50. ROKIEM ŻYCIA

ŁAGODNE GUZY A PŁODNOŚĆ

Niepłodność, będąca jedną z chorób cywilizacyjnych, to tragedia dla wielu par marzących o własnym dziecku. Często jest spowodowana występowaniem mięśniaków.

Utrudniają one zapłodnienie, uniemożliwiając zajście w ciążę. Szacuje się, że mięśniaki mogą być związane z niepłodnością u 5 – 10 proc. kobiet, a u 2 – 3 proc. są jedyną jej przyczyną.

ŁAGODNE GUZY

Mięśniaki macicy są najczęstszymi guzami łagodnymi żeńskich narządów płciowych. Pojawiają się u kobiet, które jeszcze nie rodziły dzieci. Są zazwyczaj wykrywane u kobiet pomiędzy 35. a 50. rokiem życia, gdyż są guzami zależnymi od wpływu hormonów i to zarówno estrogenów, jak i progesteronu.

– Estrogeny działają stymulująco na wzrost guzów, dlatego też po klimakterium nie tworzą się nowe, a istniejące już nie powiększają się lub ulegają zmniejszeniu – mówi dr **Grażyna Robecka**. – Wiąże się to z niskim poziomem estrogenów – hormonów wytwarzanych przez jajniki w okresie dojrzałości płciowej. Podobny wpływ ma progesteron, który może powodować pojawienie się lub znaczny wzrost mięśniaków podczas ciąży i zmniejszanie się w okresie poporodowym.

Typy mięśniaków w zależności od umiejscowienia:

- śródścienne (znajdują się w ścianie macicy);
- podsurowicówkowe (znajdują się w błonie surowiczej pokrywającej macicę od strony jamy brzusznej);
- podśluzówkowe, tzw. endometrium (w błonie śluzowej wyścielającej jamę macicy od strony pochwy).

CO POWINNO NIEPOKOIĆ

Mięśniaki macicy w początkowej fazie wzrostu nie powodują dolegliwości. Wystąpienie objawów jest zależne od ich umiejscowienia, liczby i wielkości.

Kobiety, które nie mają problemów ze zdrowiem, łatwiej zachodzą w ciążę. ▼

Mięśniaki często uciskają na pęcherz i cewkę moczową, powodując zaleganie moczu i zapalenia tych narządów. Nieprawidłowe i obfite krwawienia powodują ponadto niedokrwistość. Kobiety odczuwają wówczas osłabienie, duszność, przyspieszenie tętna oraz bóle głowy.

Aż 20 proc. kobiet z mięśniakami macicy nie ma żadnych objawów. Natomiast 30 proc. skarży się na obfite i bolesne krwawienia miesiączkowe, a około 40 proc. ma objawy ucisku. Pozostałe najczęściej obserwują nieregularne, międzymiesiączkowe krwawienia oraz plamienia z dróg rodnych. Mięśniaki, które zniekształcają jamę macicy, mogą powodować bezpłodność lub być przyczyną poronień.

FOT. ŁUKASZ KASPRZAK

LEKARZ RADZI

JAK LECZYĆ MIĘŚNIAKI

Doc. Jarosław Kalinka, kierownik Kliniki Perinatologii w szpitalu im. Madurowicza.

– Mięśniaki leczy się zazwyczaj dopiero wtedy, gdy występują objawy kliniczne, takie jak: krwawienie, bóle, nacisk na odbytnicę, kłopoty z zajściem w ciążę. Ponadto – gdy szybko powiększają się one, co widać w badaniu ultrasonograficznym. W większości przypadków jest to leczenie operacyjne. Decyduje wielkość, położenie, wiek, przeszłość i przyszłość ginekologiczna kobiety. Szczególnie bierzemy pod uwagę fakt, czy np. chce urodzić dziecko. Operuje się duże guzy, ale także małe zlokalizowane blisko jamy macicy, które powodują krwawienia. Najprostszą metodą jest wyłuszczenie mięśniaka przy zachowaniu macicy. Jeżeli nie da się tego zrobić, wycinana jest dana część macicy, a pacjentkom po menopauzie, które mają mięśniaki, usuwa się cały ten narząd. U kobiet po 35. roku życia, u których występuje krwawienie z powodu mięśniaków, można zastosować wkładkę wewnątrzmaciczną z hormonami, które hamują ich wzrost. Guzy, które nie powodują objawów, należy tylko obserwować. Jeżeli nic się nie dzieje, wskazane są wizyty kontrolne u ginekologa raz na pół roku.

FOT. ŁUKASZ KASPRZAK

KWAS FOLIOWY I ŻELAZO

PRZED ZAJŚCIEM W CIĄŻĘ należy przyjmować preparaty zawierające kwas foliowy.

– Niedobór folacyny grozi urodzeniem dziecka z wrodzoną wadą układu nerwowego, która może powstać już na przełomie 3. i 4. tygodnia ciąży – mówi dr **Ewa Kornaś**.

–Kobiety ciężarne muszą systematycznie badać krew i brać preparaty, które uzupełnią zapas żelaza, aby nie dopuścić do anemii. Ta może spowodować poronienie oraz wady rozwojowe dziecka. Anemię ma 40 proc. ciężarnych kobiet. Przyszłe matki potrzebują dziennie 26 mg żelaza, gdyż jest ono niezbędne rosnącemu dziecku i łożysku. Niedobór tego pierwiastka potęguje niewłaściwa dieta i zaburzenia jego wchłaniania w przewodzie pokarmowym.

Kobiety w ciąży muszą uzupełniać zapas żelaza i kwasu foliowego.

FOT. ŁUKASZ KASPRZAK

KOLUMNĘ REDAGUJE ELŻBIETA WŁODARCZYK

Zanim zostaniesz mamą

Zadbaj o zdrowie intymne

Jeśli podjęłaś decyzję, że chcesz być mamą, zadbaj zawczasu o siebie. Przygotuj odpowiednio swój organizm do tej ważnej roli. Poddaj się szczegółowym badaniom kontrolnym.

– Prawidłowe postępowanie nie tylko pomoże zachować zdrowie intymne, zmniejszyć ryzyko zaburzeń ekosystemu i pH pochwy, ale także pomoże stworzyć odpowiednie i dogodne warunki fizjologiczne sprzyjające zapłodnieniu – mówi dr **Agnieszka Maliszewska**. – Właściwa flora bakteryjna pochwy zapobiega występowaniu dysfunkcji narządu rodnego kobiety na tle zachwianego dobrostanu pochwy, a przez to zmniejsza liczbę przypadków kobiecej niepłodności.

Warto brać jedną kapsułkę dziennie preparatu LaciBios femina, który skutecznie, i bezpiecznie pomaga dbać o zdrowie intymne.

Preparat ten zawiera bakterie probiotyczne, które podawane drogą doustną, zasiedlają intymne części ciała kobiety. Ich działanie polega na odtworzeniu prawidłowej biocenozy w skolonizowanej przez drobnoustroje chorobotwórcze pochwie i cewce moczowej. Preparat zalecany jest też jako suplement diety wspomagający leczenie zakażeń układu moczowo-płciowego. Bakterie probiotyczne zawarte w LaciBios femina mają zdolność do koegzystencji z pałeczkami kwasu mlekowego, które są w układzie moczowo-płciowym kobiety. Drobnoustroje probiotyczne (Lactobacillus rhamnosus typ GR-1 oraz Lactobacillus reuteri typ RC-14) zasiedlają pochwę i dolny odcinek cewki moczowej, uniemożliwiając lub utrudniając namnażanie drobnoustrojów chorobotwórczych, nie wypierając przy tym pałeczek kwasu mlekowego, które ochraniają intymne części ciała kobiety.

FOT. ŁUKASZ KASPRZAK

Zagrożenia dla ciąży

GDY MIĘŚNIAKI SĄ MAŁE, ryzyko dla ciąży jest znikome. W tym stanie niekiedy się powiększają, ale sytuacja zazwyczaj normalizuje się tuż po urodzeniu dziecka. Tylko duże mięśniaki, modelujące jamę macicy lub zlokalizowane w okolicy cieśni mogą, ale wcale nie muszą, być przyczyną problemów podczas porodu. Lokalizacja mięśniaka nie powinna mieć żadnego znaczenia, jeżeli chodzi o funkcję implantacyjną endometrium.

Nie należy jednak zaniedbywać żadnych dolegliwości dotyczących narządów kobiecych. Same najlepiej znamy swoje ciało i powinnyśmy możliwie jak najwcześniej wyłapywać różne anomalie. Warto wiedzieć, że większość wcześnie wykrytych chorób kobiecych, nawet o wiele groźniejszych niż mięśniaki, można wyleczyć.