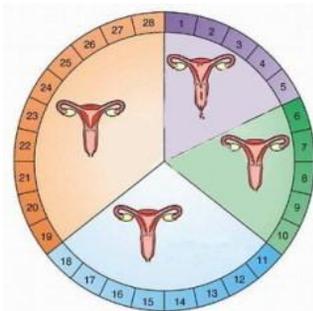


## Нарушения менструального цикла



Примерно раз в месяц каждая женщина начинает жалеть, что не родилась мужчиной. Ох уж эти «месячные», с их вечными тампонами и прокладками, с ноющей болью внизу живота и немотивированной плаксивостью! И кто их только придумал? Если верить теории Чарльза Дарвина, этот механизм развился в процессе эволюции, чтобы помочь женщине справиться со сложными задачами зачатия, вынашивания и рождения ребенка. По латыни “menstruus” означает – «ежемесячный», соответственно, менструальный цикл – всего лишь ежемесячные изменения. Просто происходят они в половых органах женщины под жестким контролем специальных гормонов. Основным признаком нормального менструального цикла считаются регулярные менструации –

кровянистые выделения из половых путей. Возникают они каждые 28 (5) дней и идут в течение 3-5 суток.

### Как же распознать?

О сбоях менструального цикла судят по менструациям. Все очень просто и логично: если менструации нормальные – значит, все в порядке, если нет – менструальный цикл нарушен. Наиболее ярко выраженная форма нарушений цикла – аменорея: полное отсутствие месячных больше полугода. Кроме того, подозрительными считаются слишком скудные или, наоборот, слишком обильные месячные, а также их нерегулярность (очень частые или редкие). Женщину должны настораживать кровотечения, идущие только 1-2 дня или больше недели. О нарушениях цикла могут говорить и чересчур болезненные месячные.

### Причины возникновения

Нарушения менструального цикла – это не болезнь, а всего лишь признак того, что в работе половых органов произошел какой-то сбой. В истоках нарушения цикла обычно стоят дефекты в гормональной системе. Причем совсем не обязательно, чтобы эти дефекты касались именно половых гормонов. Виновниками могут запросто оказаться гормоны щитовидной железы, надпочечников и даже гипофиза (важного участка мозга).

Причин подобных гормональных сбоев может быть несколько:

- постоянные стрессы или поражения нервной системы;
- серьезные заболевания половых органов или каких-нибудь других внутренних органов;
- наследственная предрасположенность;
- прием некоторых лекарственных препаратов;
- резкая перемена места жительства (например, переезд из Сыктывкара в Мурманск);
- радиация и отравления;
- слишком жесткая диета.

В то же время гигиенические тампоны, вопреки некоторым заблуждениям, не оказывают негативного влияния на менструальный цикл (хотя могут приводить к другим проблемам).

### Чем же опасно?

Иногда за незначительным нарушением менструального цикла могут стоять очень серьезные заболевания: внематочная беременность, доброкачественные и злокачественные опухоли яичников или матки.

### Диагностика

Заметив, что месячные вдруг стали не такими, как обычно, женщина должна сразу же отправляться на прием к гинекологу. Чем быстрее выяснится причина нарушений менструального цикла, тем лучше. В первую очередь доктор назначит исследование гормонального профиля пациентки. Также необходимо сделать УЗИ, чтобы выяснить, нет ли повреждений внутренних половых органов. Еще одно нужное исследование – проверка на инфекции: обычный влагалищный мазок или проведение более сложной ПЦР - диагностики. В зависимости от того, что показал анализ гормонов, пациентке может потребоваться консультация специалиста-эндокринолога.

## **Лечение**

Нарушенный менструальный цикл нужно обязательно сделать нормальным. При этом лечат не само нарушение цикла, а убирают причины, которые к нему привели:

- инфекционные и воспалительные процессы лечат специальными таблетками и физиотерапией;
- при изначальных гормональных нарушениях назначают гормонотерапию;
- в случае опухолей может потребоваться хирургическое вмешательство;
- поддержать ослабленный организм помогут занятия физкультурой, рациональное питание, витамины.