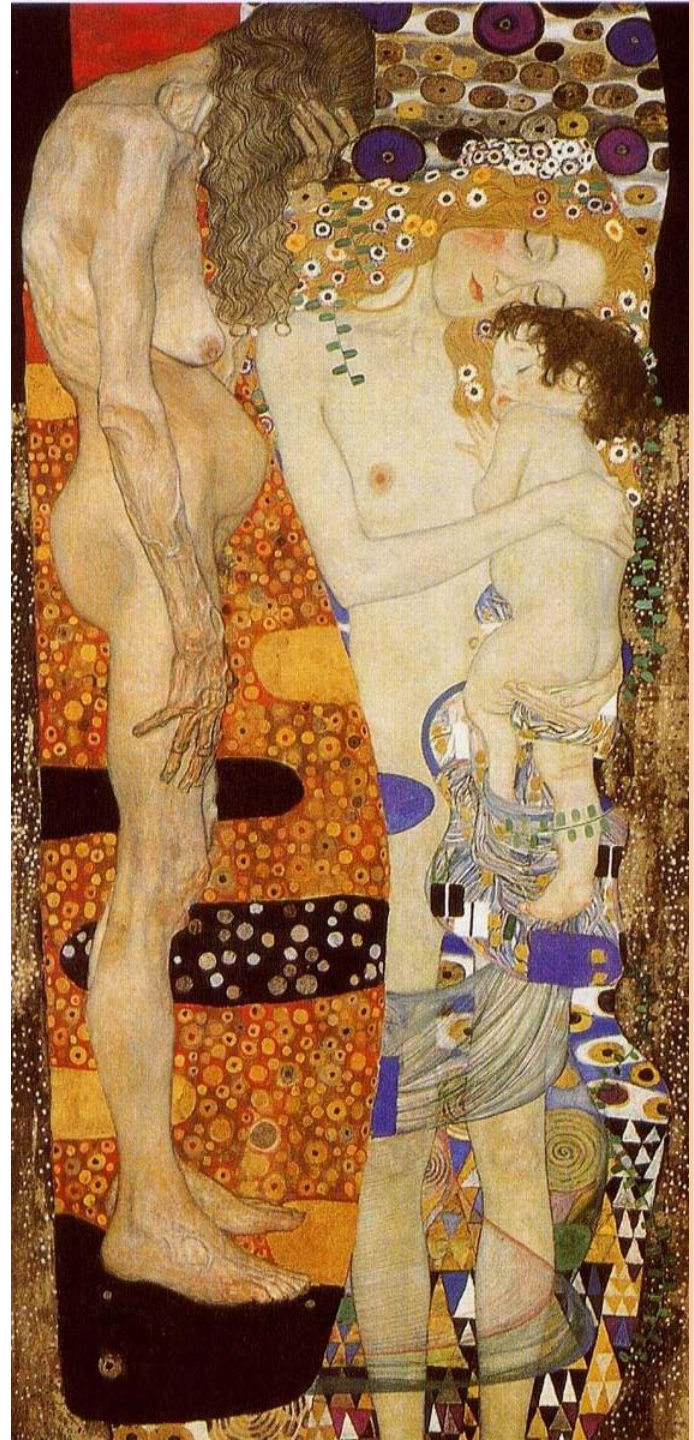


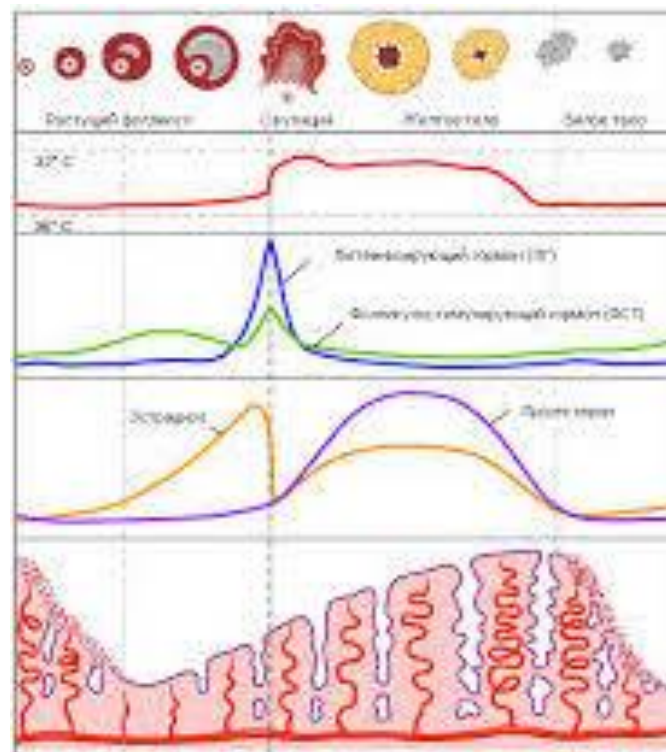
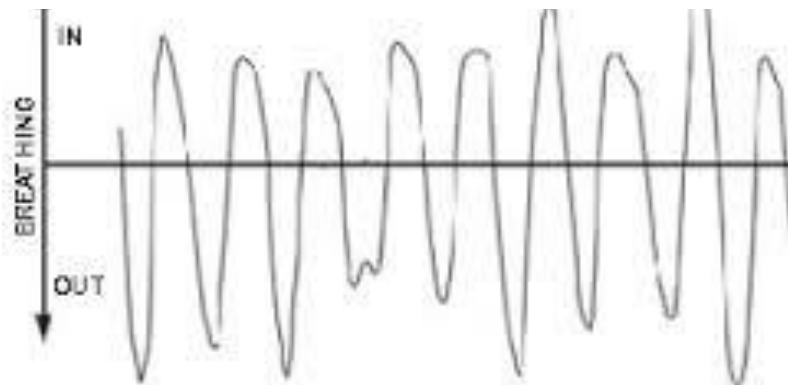
ТРИ ВОЗРАСТА ЖЕНЩИНЫ

Денис Игоревич Бурчаков

Сеченовский Университет



ВИТАЛЬНЫЕ ПРИЗНАКИ ОРГАНИЗМА



Согласно положению Американской Колледжа Акушерства и Гинекологии менструальный цикл является витальным признаком наравне с сердцебиением и дыханием.

Using the Menstrual Cycle as a Vital Sign
ACOG Committee Opinion, Number 349, November 2006

КАК ЖЕНЩИНЫ НАЗЫВАЮТ МЕНСТРУАЦИИ

«Посетители»	«Проблемы»	«Эвфемизмы»
Они пришли	Повесить красный флаг	Меськи
Крылышки прилетели	День закрытых дверей	Эти дни
Гости из Краснодара	Повестка в Красную Армию	Регулы
Красная дивизия	Корабль дал течь	Менестрели
Тетя Ася приехала	Критические дни	Мурсики

Walker A., 2001

Кузнецова И.В., Бурчакова М.Н., 2016



Менструация – естественный физиологический процесс. При этом открытое обсуждение темы менструаций в значительной степени закрыто.

Общество подталкивает женщину к тому, чтобы воспринимать менструации одновременно:

- Как символ типично «женского» (но не материнского)
- Как признак сохранности репродуктивной функции
- Как нечто стыдное — то, что нужно скрывать
- Как нечто мешающее жить — то, что нужно контролировать

Walker A., 2001

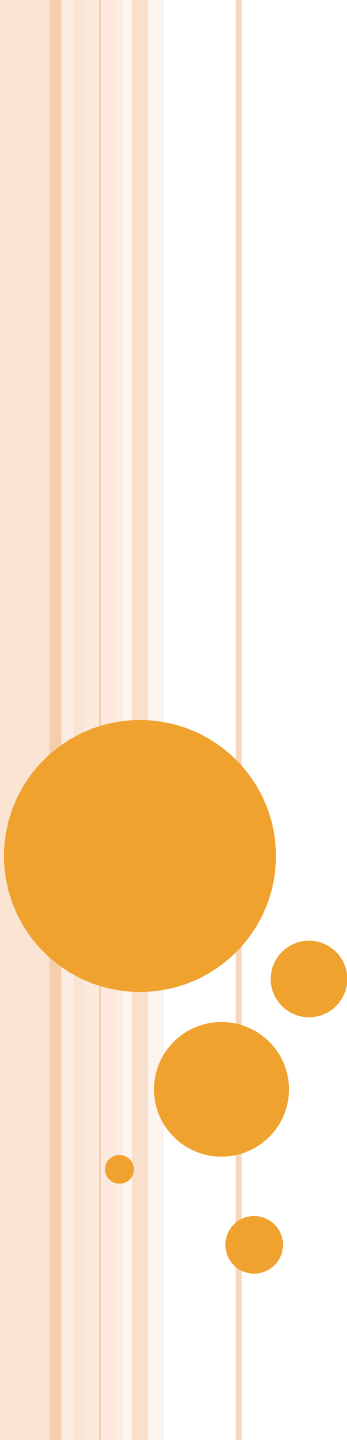
Thompson, 2016

van Gesselteen M., 2013

Кузнецова И.В., Бурчаков Д.И., 2016

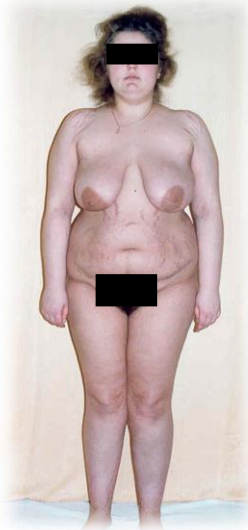
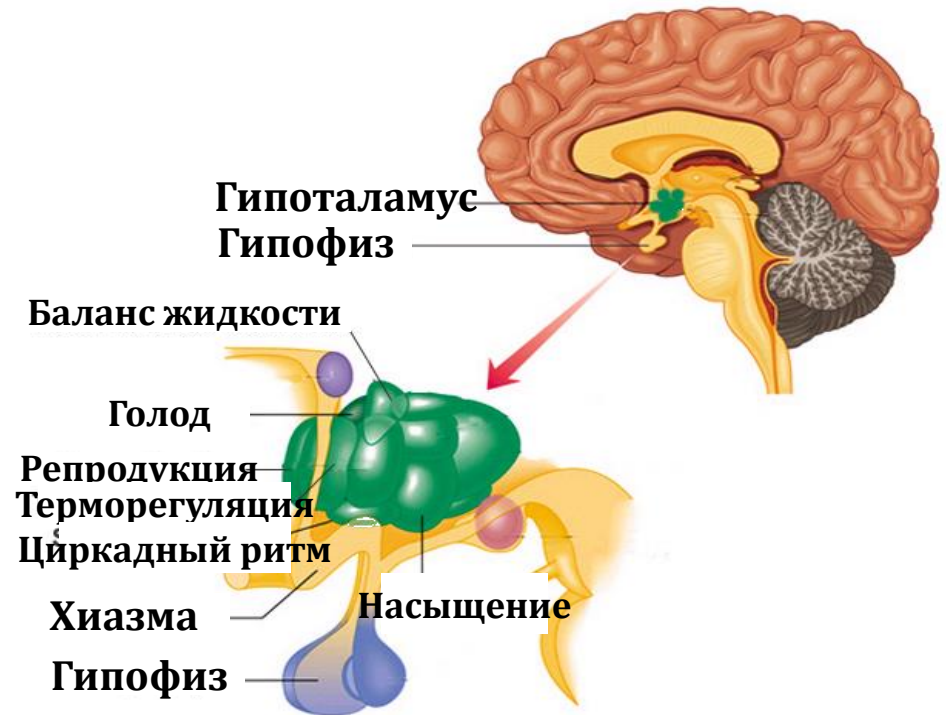
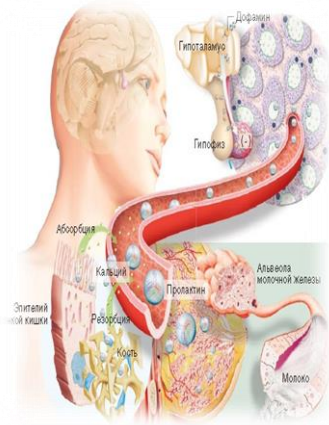






НАРУШЕНИЯ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА – ПРОБЛЕМА ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЫХ ЖЕНЩИН

ВАРИАНТЫ СТРЕССОВЫХ РЕАКЦИЙ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ



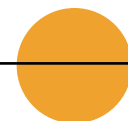
- Гипоталамическая гипогонадотропная олиго/аменорея
- Транзиторная гиперпролактинемия
- Гипоталамический синдром с гиперкортизолемией
- Функциональная надпочечниковая гиперандрогения
- Функциональная яичниковая гиперандрогения

ПРОЛАКТИН: ТРЕБОВАНИЯ К ТЕСТУ

- Забор крови примерно между 08:00 и 10:00
- Без выраженной физической нагрузки накануне вечером и утром перед забором
- Без выраженного эмоционального стресса в течение суток перед забором крови
- Без любой формы стимуляции сосков и молочных желез в течение суток



Типичные антипсихотики		Трициклические антидепрессанты	
Фенотиазины	+++	Кломипрамин	+++
Бутирофеноны	+++	Амитриптилин	+
Тиоксантены	+++	Дезипрамин	+
Атипичные антипсихотики		Селективные ингибиторы ОЗС	
Рisperидон	+++	Флуоксетин	Ед. сл.
Молиндон	++	Пароксетин	±
Клозапин	0	Циталопрам	±
Кветиапин	+	Флувоксамин	±
Оланзапин	+		



Олиго/АМЕНОРЕЯ – САМЫЙ ЧАСТЫЙ СПУТНИК ГИПЕРПРОЛАКТИНЕМИИ

- Олигоменорея – редкие менструации, при которых межменструальный промежуток составляет более 38 дней
- Аменорея – отсутствие менструаций
 - на протяжении 3-х месяцев у женщины с исходно регулярным менструальным циклом
 - на протяжении 6-ти месяцев при наличии исходных нарушений менструального цикла



ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ СТРЕСС-ЗАВИСИМАЯ ГИПЕРПРОЛАКТИНЕМИЯ

- Дифференциальный диагноз с *синдромом гиперпролактинемии!*
- Уровень пролактина *умеренно повышен*
- Возможна *макропролактинемия*
- У 25—40% гиперпролактинемия – *транзиторная*
- Характерны жалобы со стороны молочных желез – *масталгия*
- Стресс-зависимая гиперпролактинемия – не диагноз;
олигоменорея – диагноз



ЭКСТРАКТ ВИТЕКСА

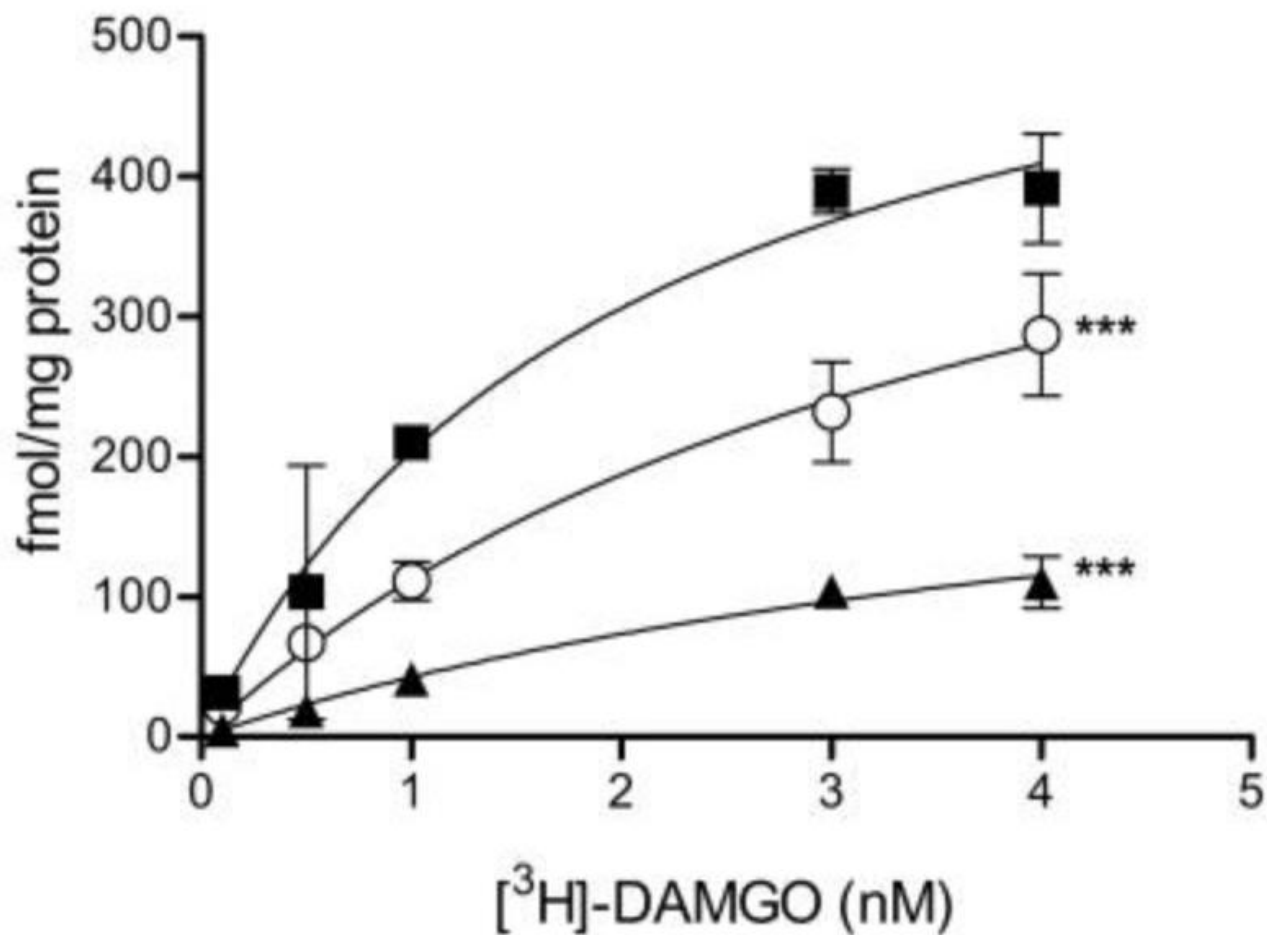
VITEX AGNUS-CASTUS

Используется в лечении женских болезней с 1 века нашей эры, в особенности для улучшения менструального цикла и «обуздания желания».

Основные функции:

- Снижает уровень пролактина
- Нормализует уровень прогестерона
- Ослабляет проявления цефалгии и масталгии





Флавоноиды в составе экстракта Витекса
священного конкурируют с энкефалинами
за взаимодействие с опиатными рецепторами

ЦИКЛОДИНОН — ТЕРАПИЯ НАРУШЕНИЙ АССОЦИИРОВАННЫХ С ТРАНЗИТОРНОЙ ГИПЕРПРОЛАКТИНЕМИЕЙ

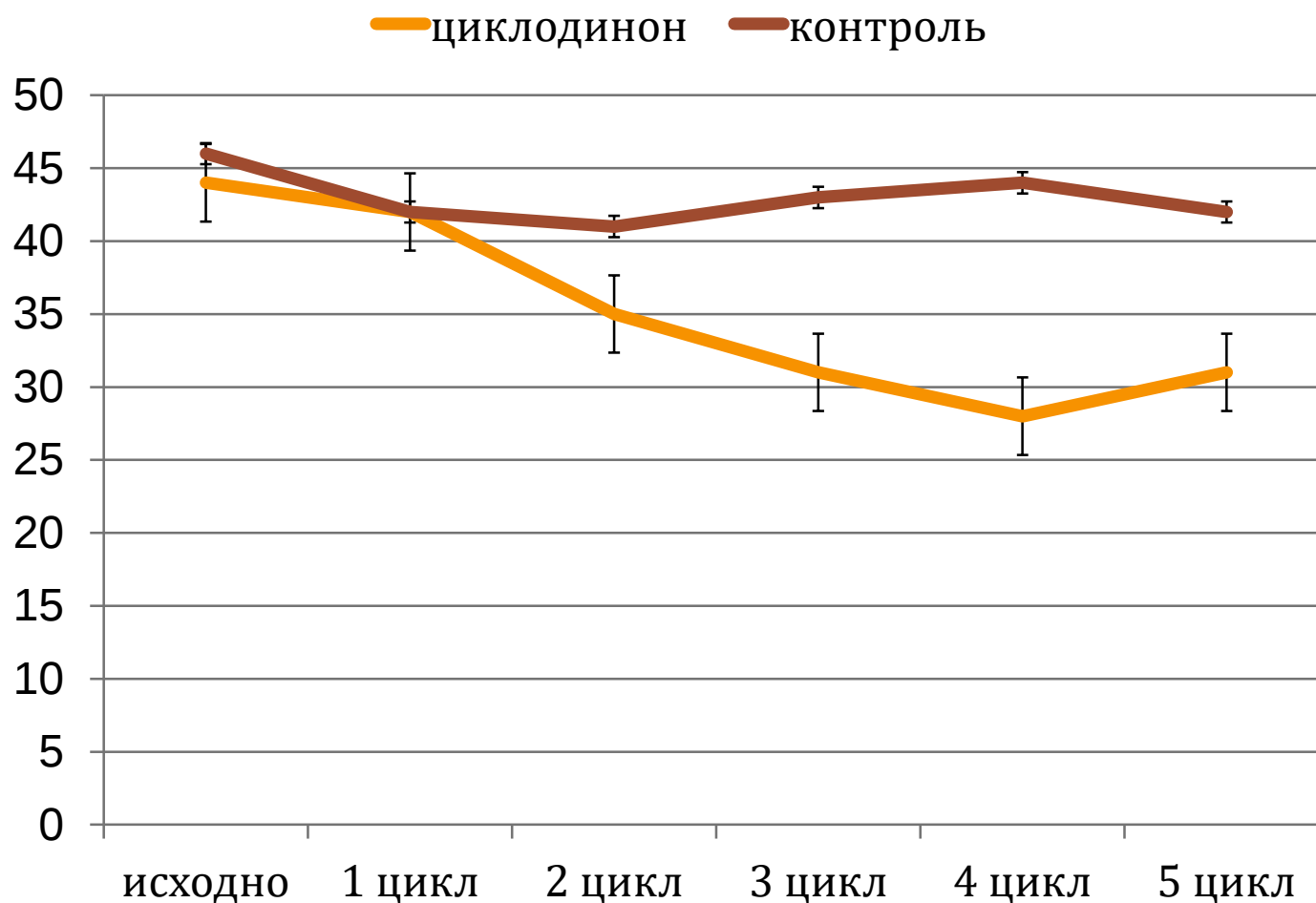
Эффекты Витекса Священного

- ❑ Дофаминергический эффект
- ❑ Нормализует повышенный уровень пролактина
- ❑ Влияние на опиоидные рецепторы
- ❑ Антиоксидантный эффект
- ❑ Повышает антиоксидантную способность сыворотки крови и снижает концентрацию продуктов перекисного окисления липидов

Циклодинон применяется в дозе 40 мг
один раз в сутки в течение 6-ти месяцев



ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЦИКЛОДИНОНА В ЛЕЧЕНИИ ОЛИГОМЕНОРЕИ У БОЛЬНЫХ С ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ГИПЕРПРОЛАКТИНЕМИЕЙ



ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ЦИКЛОДИНОНА У БОЛЬНЫХ С ОЛИГОМЕНОРЕЕЙ

- При нарушениях менструального цикла по типу олигоменореи следует оценить вероятность транзиторной ГПРЛ
 - клиническая оценка – симптомы со стороны молочных желез
 - лабораторная оценка – определение уровня пролактина (исключение синдрома гиперпролактинемии!)
 - Применение циклодинона улучшает клинические и лабораторные параметры
 - у больных со стресс-зависимым функциональным расстройством как монотерапия
 - у больных с вторичным нарушением секреции пролактина при эндокринопатиях в составе комплексной терапии
- 

АЛГОРИТМ ВЕДЕНИЯ ПАЦИЕНТОК С НАРУШЕНИЯМИ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА

Нарушения ритма менструаций



ДГЭА — дегидроэпиандростерон, СПКЯ — синдром поликистозных яичников; ФСГ — фолликулостимулирующий гормон, ЛГ — лютеинизирующий гормон; МРТ — магнитно-резонансная томография.



* Чтобы перевести показатели из системы СИ в МЕ, необходимо воспользоваться формулой: $\text{нг/мл} \times 21,2766 = \text{мМЕ/л}$. Важно: $1 \text{ нг/мл} = 1 \text{ мкг/л}$.

** Назначение «Циклодинона» оправдано при уровне пролактина до 1000–1200 мМЕ/л (Подзолкова Н.М., Полетова Т.Н., Глазкова О.Л., Созаева Л.Г. Клиническая оценка негормональной монотерапии при нарушениях менструальной функции // Вопросы гинекологии, акушерства и перинатологии. — 2009. — Т. 8. — № 3. — С. 33–36).

УБЕЖДЕНИЯ ЖЕНЩИН О ПРЕДМЕНСТРУАЛЬНОМ СИНДРОМЕ



Татьяна Лотанова Знаток (250) 4 года назад

ПМС - это предменструальный синдром. он возникает по велению матушки-природы. а ведут себя каждая девушка по разному_некоторые в этот период становятся настоящими стервами, а некоторые нежными и ласковыми))

👍 1 Нравится 💬 2 Комментария 🚫 Пожаловаться



РыЖая_БеСтИя... Знаток (315) 4 года назад

Предмесячный синдром обычно возникает перед тем как они должны прийти, мы становимся вредными, капризными, нервными, раздражительными и все такое!

👍 1 Нравится 💬 Комментировать 🚫 Пожаловаться



@NET@ Оракул (94696) 4 года назад

просто в эти праздничные дни с любимкой стоит быть терпимее и не принимать всё близко к сердцу)))))))))) хех

👍 1 Нравится 💬 Комментировать 🚫 Пожаловаться

ПРЕДМЕНСТРУАЛЬНЫЙ СИНДРОМ

- Масталгия – наиболее частая соматическая жалоба при ПМС (75-82%)
- Причина №1 – транзиторное повышение уровня пролактина
- Причина №2 – повышение активности ренин-ангиотензин-альдостероновой системы (в рамках общего отеочного синдрома)



Предменструальный синдром – комплекс симптомов, появляющихся перед менструацией и исчезающих с ее началом

**НАРУШЕНИЯ,
АССОЦИИРОВАННЫЕ С
МЕНСТРУАЛЬНЫМ ЦИКЛОМ –
ПРОБЛЕМА ВЗРОСЛЫХ ЖЕНЩИН**

ЦИКЛИЧЕСКАЯ МАСТАЛГИЯ

- Циклическая масталгия – боль, возникающая за 1–2 недели до менструации
- Боль обычно диффузная и двусторонняя
- Возможна иррадиация в плечо и лопатку
- Боль облегчается с наступлением менструального кровотечения
- Возраст пациенток от 30 до 40 лет
- Боль спонтанно исчезает у 22%, у 65% сохраняется, несмотря на лечение
- Боль зависит от гормонального статуса организма



ФАКТОРЫ РИСКА МАСТАЛГИИ

Факторы риска	ОШ	Р
Возраст от 35 до 50 лет	1,614	0,012
Высшее образование	3,207	<0,001
Индекс массы тела выше 30	2,068	0,013
Употребление чая	1,434	0,098
Употребление кофе	1,090	0,666
Курение	1,375	0,261
Употребление алкоголя	2,008	0,311
Активное использование пищевой соли	1,687	0,023
Прибавка в весе в последние 5 лет	1,411	0,039
Бюстгальтер с маленькими чашками	3,260	<0,001
Бюстгальтер с большими чашками	1,896	0,002
Ношение бюстгальтера весь день	0,866	0,409

Одномоментное исследование, 752 женщины



МАСТАЛГИЯ КАК ФАКТОР РИСКА РАКА МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

- Согласно исследованиям 2006 года, включившим 1150 женщин и проведенными в течение 16 ± 5 лет доказано, что существует прямая связь между масталгией и развитием рака молочной железы.

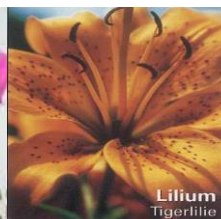


Женевьев Плю-Бюро и др. Циклическая масталгия и риск рака молочной железы: Результаты когортного исследования во Франции, 2006



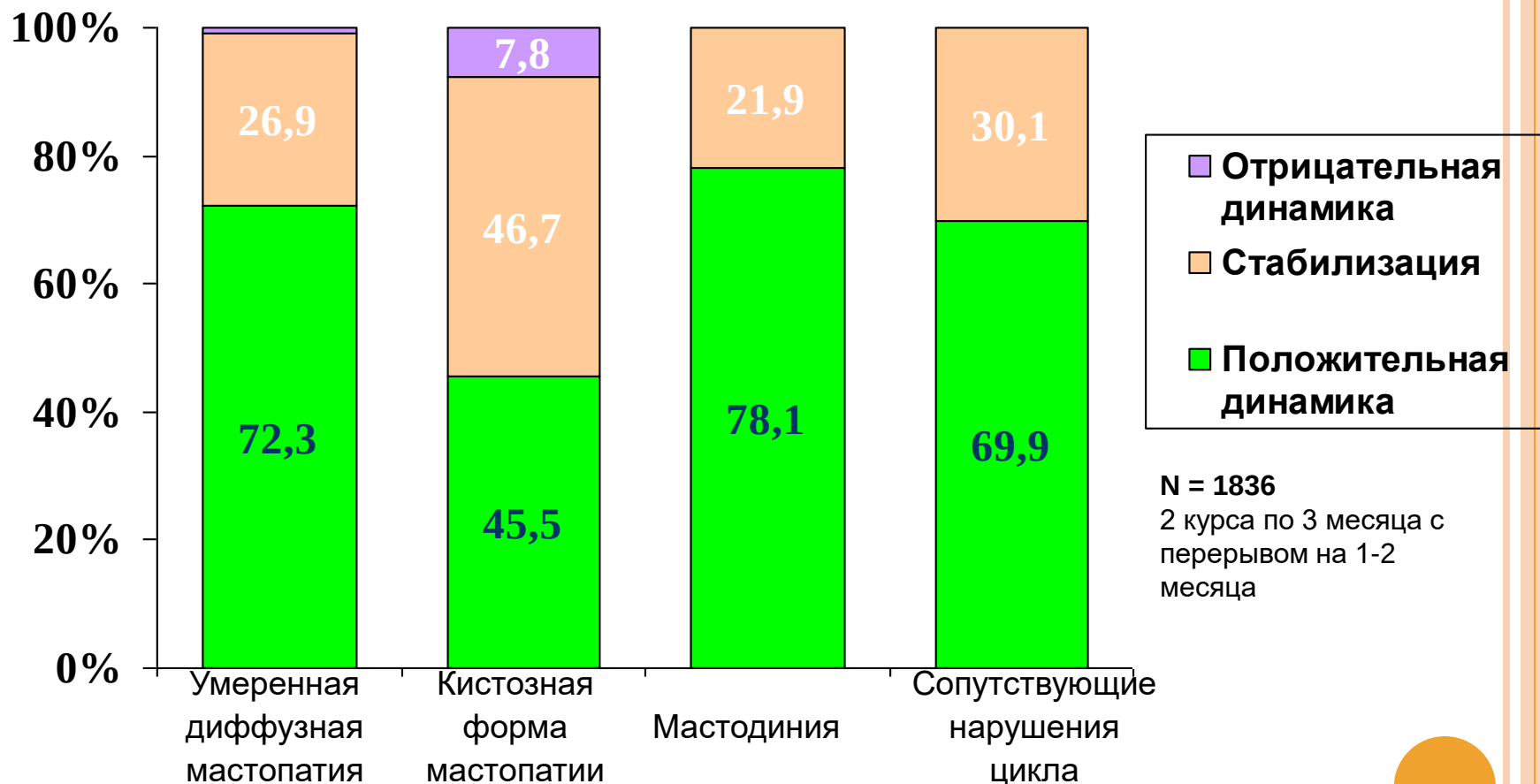
Мастодинон – комплексный препарат с экстрактом ВИТЕКСА СВЯЩЕННОГО

Мастодинон:

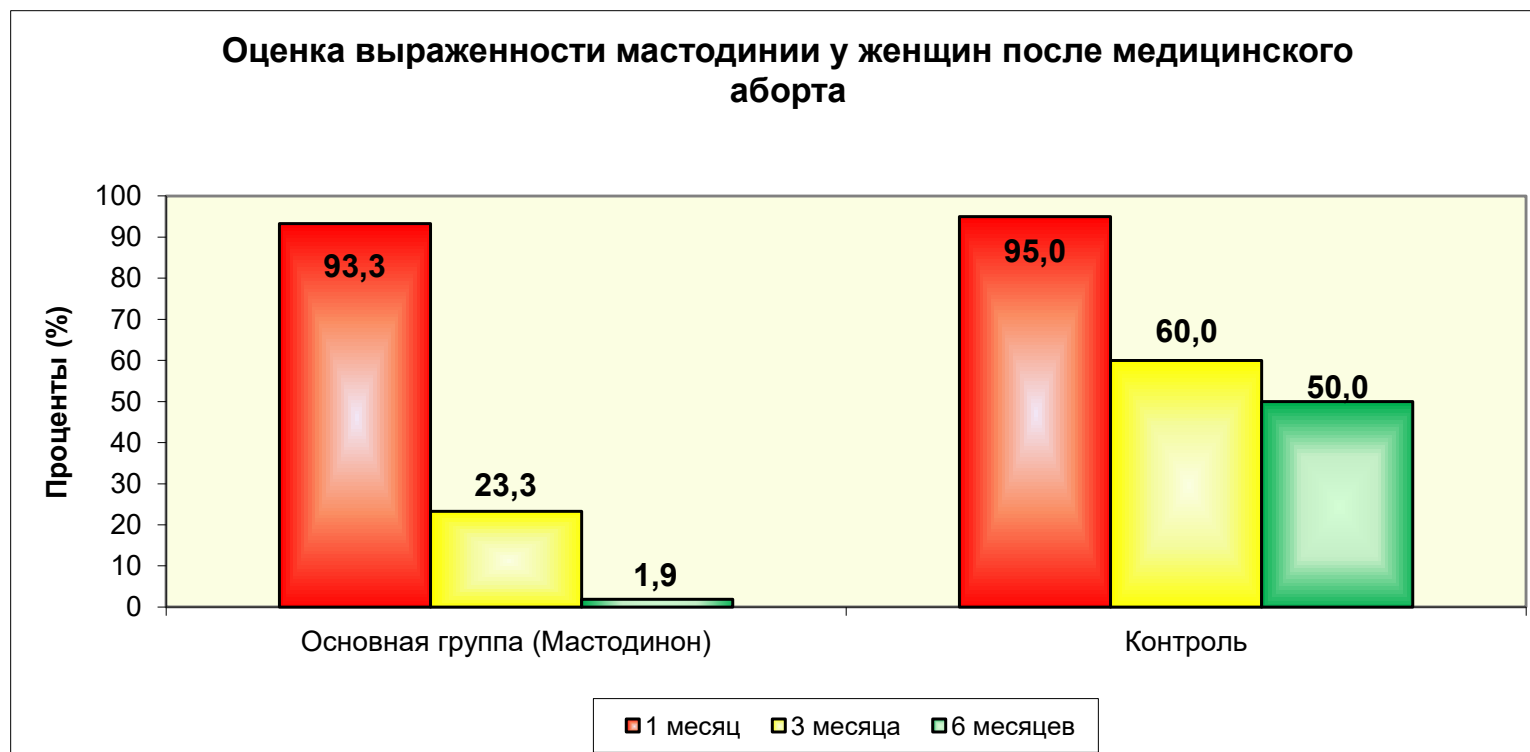


Область применения	Витекс священный	Грудешник горький	Стеблелист василистни-ковидный	Фиалка альпийская (Цикламен)	Лилия тигровая	Ирис разноцветный
Разведение	D1~аллопатич. концентрация (33,4 мг/таб)	Гомеопатич. D6	Гомеопатич. D4	Гомеопатич. D4	Гомеопатич. D3	Гомеопатич. D2
Нервные, психические расстройства		✕		✕	✕	
Мигрени, головные боли				✕		✕
Боли в молочной железе	✕✕					●
Менструальные расстройства	✕✕		✕		✕	

Мастодинон в качестве монотерапии эффективно купирует симптомы и улучшает рентгенологическую картину при мастопатии



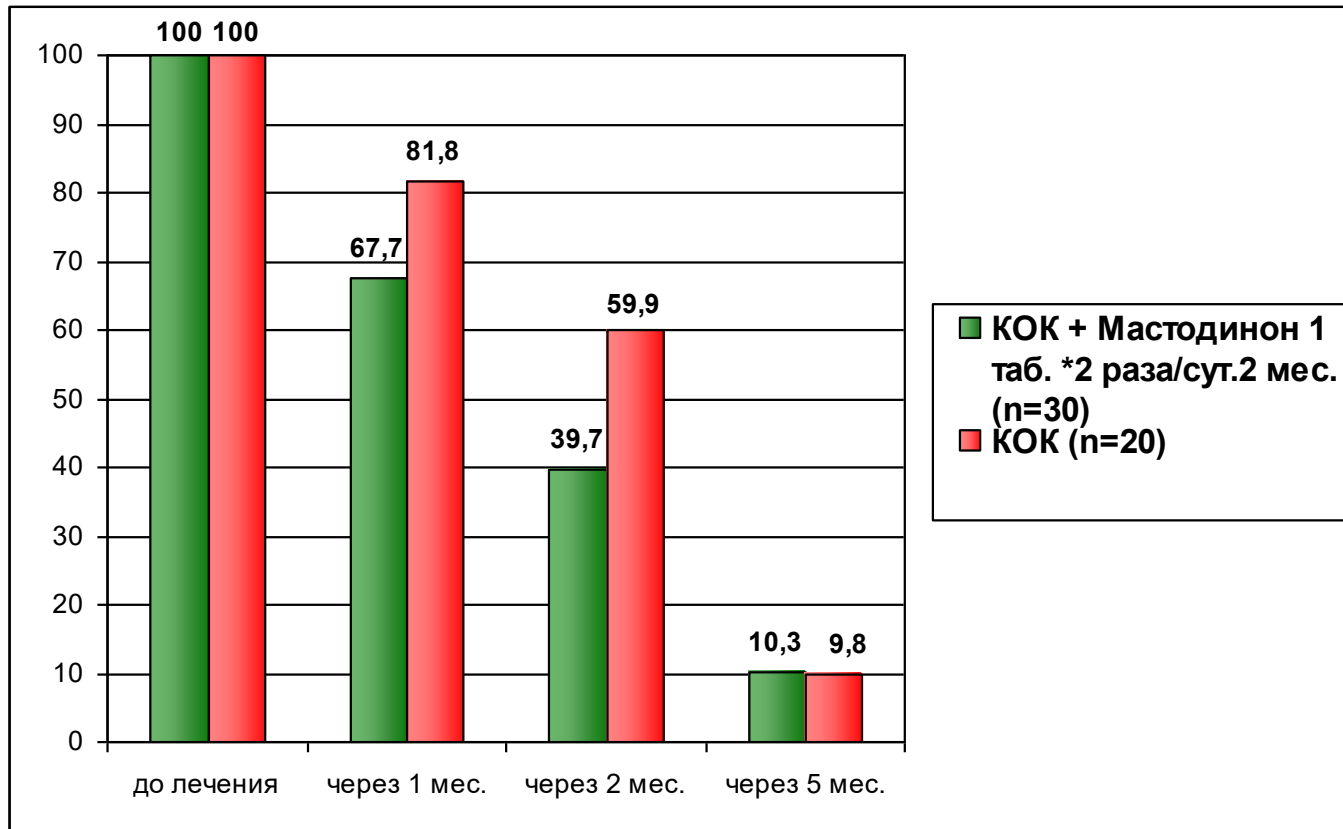
Мастодинон эффективно снижает выраженность мастодинии в постабортной реабилитации



Мастодинон®

Мастодинон® эффективно снижает интенсивность масталгии на фоне приема КОК* при отсутствии побочных эффектов

А.В. Ледина, В.Н. Прилепская (ФГУ НЦАГиП им. академика В.И. Кулакова Минздравсоцразвития России)

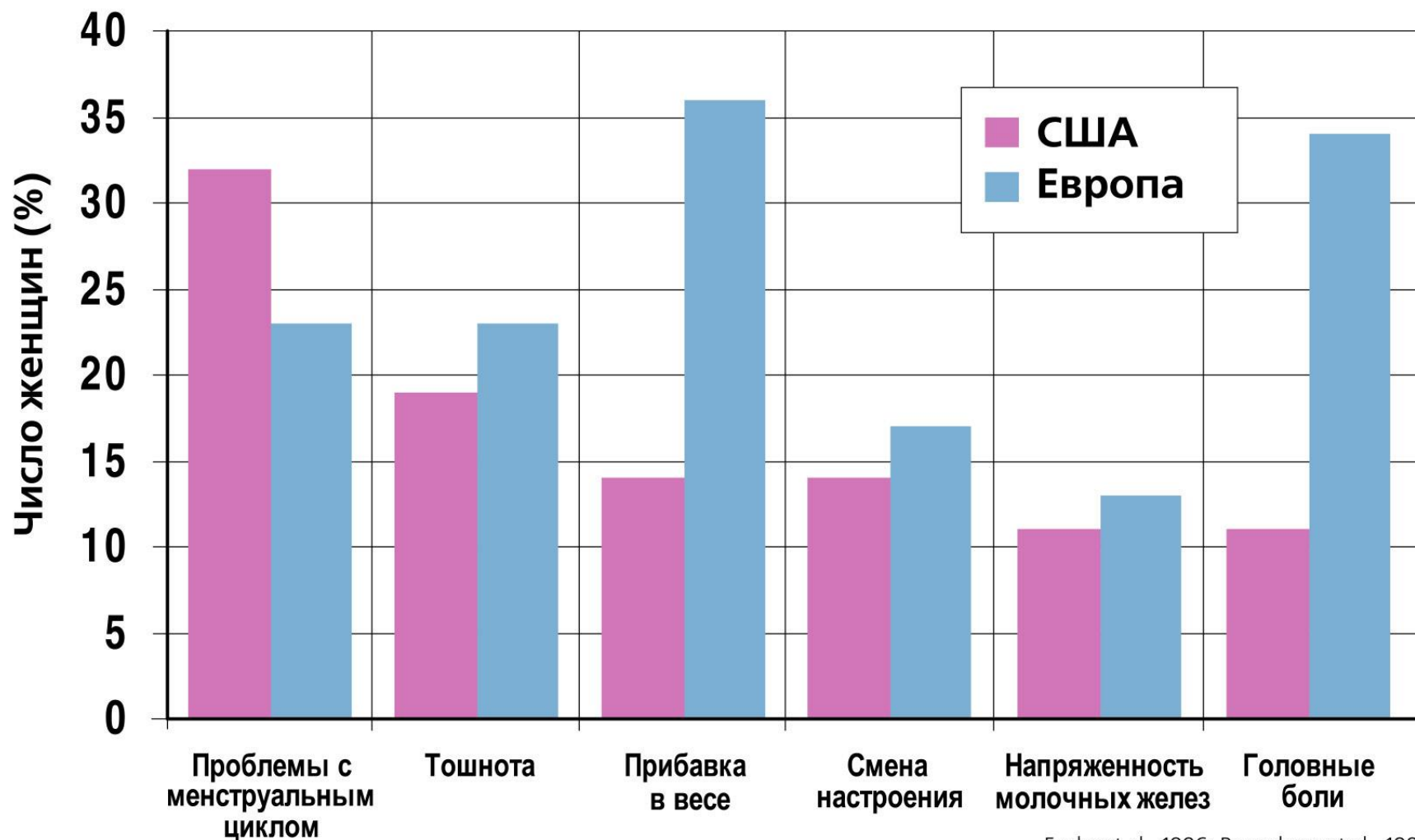


ИНТЕНСИВНОСТЬ
МАСТАЛГИИ,
ОЦЕНЕННОЙ ПО ВАШ
(ВИЗУАЛЬНАЯ
АНАЛОГОВАЯ ШКАЛА)
В ДИНАМИКЕ
(% ПАЦИЕНТОВ)

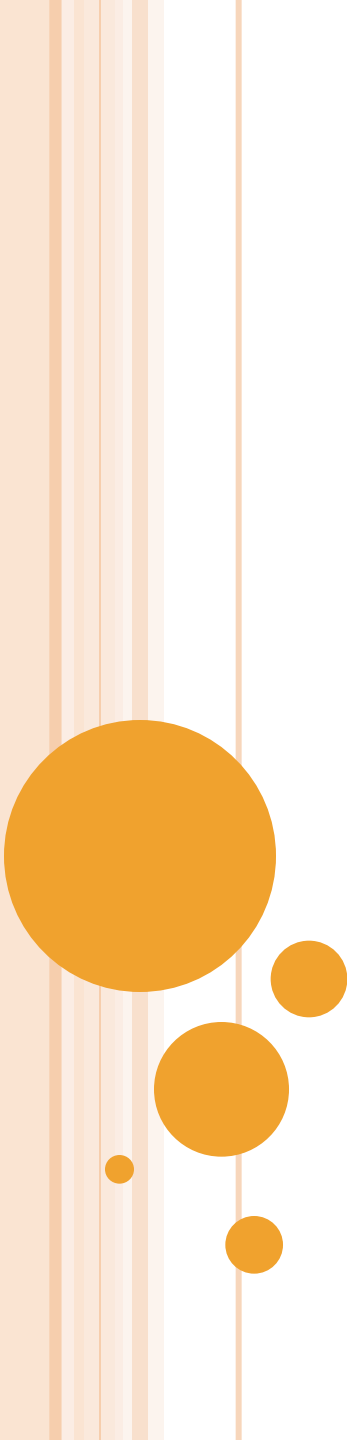


* А.В. Ледина, В.Н. Прилепская «Мастодинон в лечении масталгии, возникшей при приеме комбинированных пероральных контрацептивов», Научно- практический журнал «Акушерство и Гинекология» 7-1, Москва, 2011, стр.63-68

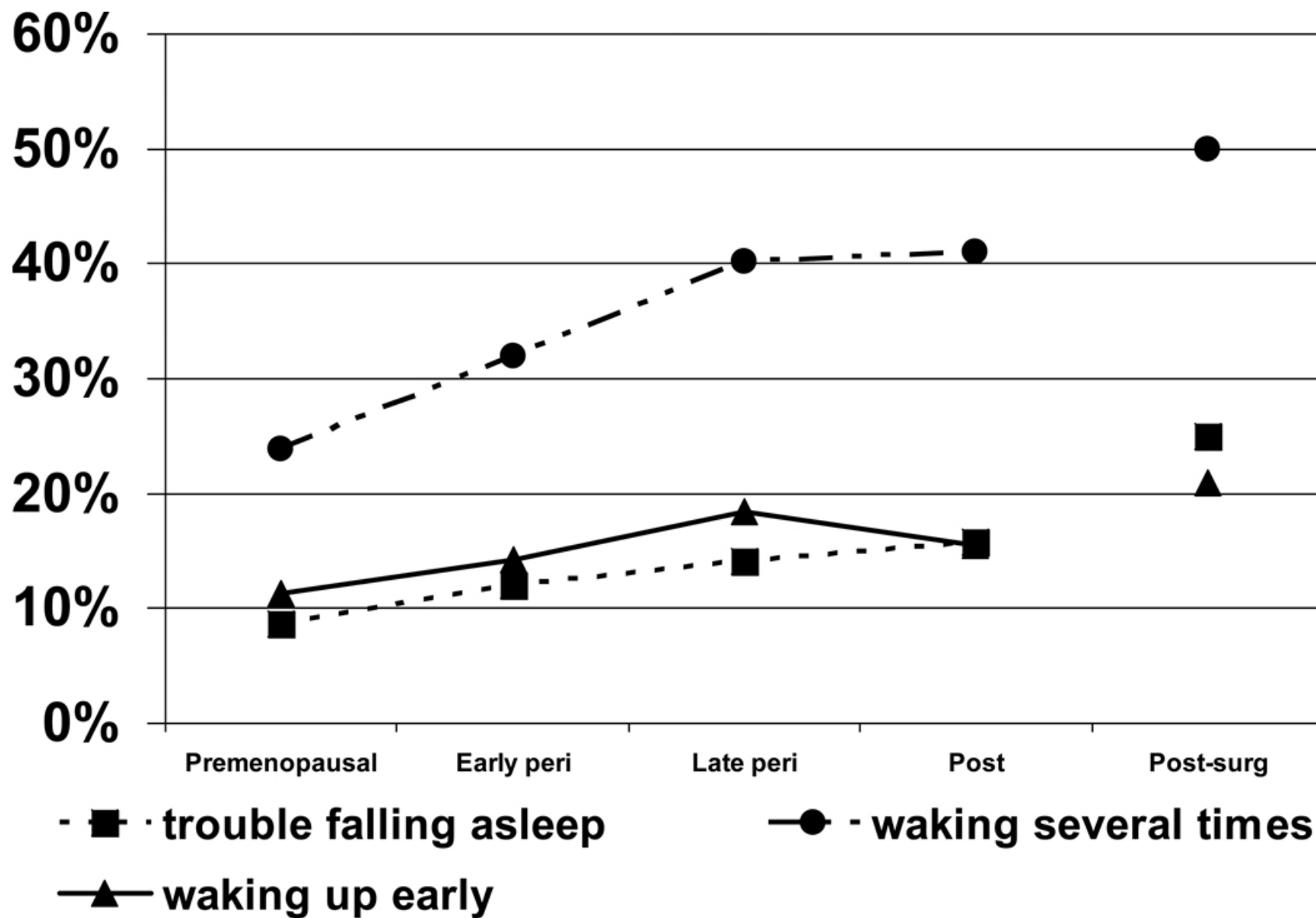
Побочные эффекты ведут к прекращению приёма ОК



Fuchs et al., 1996; Rosenberg et al., 1998



НАРУШЕНИЯ, СВЯЗАННЫЕ С МЕНОПАУЗОЙ – ПРОБЛЕМА ЖЕНЩИН СТАРШЕГО ВОЗРАСТА



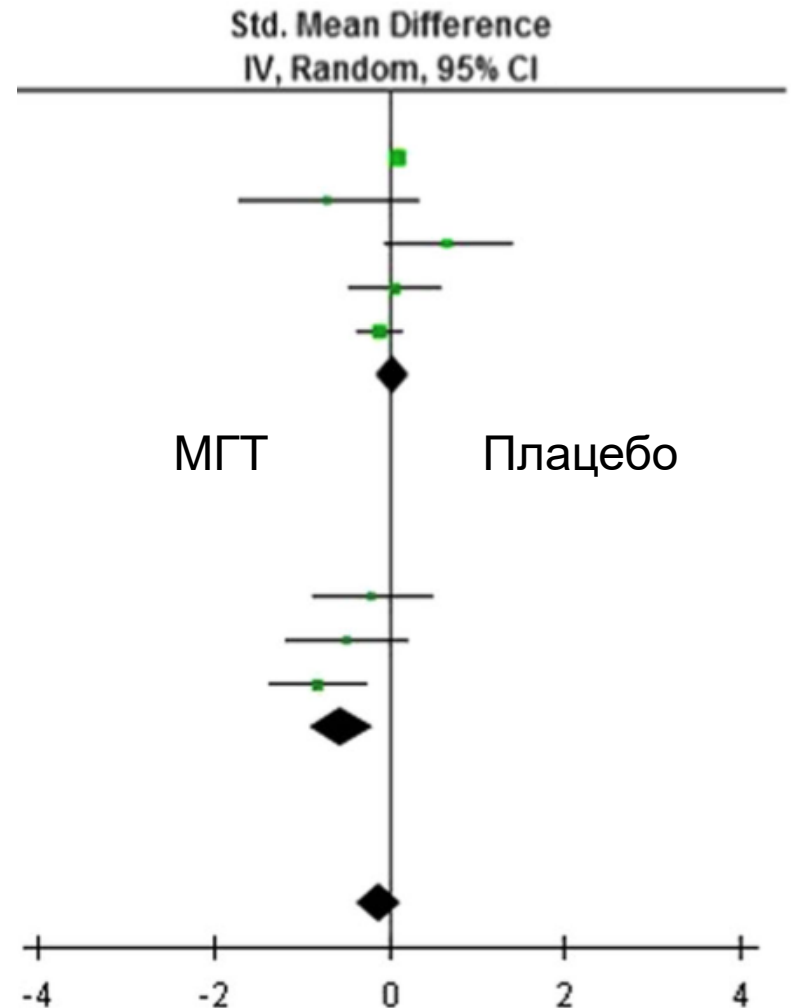
ИНСОМНИЯ НА ФОНЕ ПРИЕМА ЛЕКАРСТВ

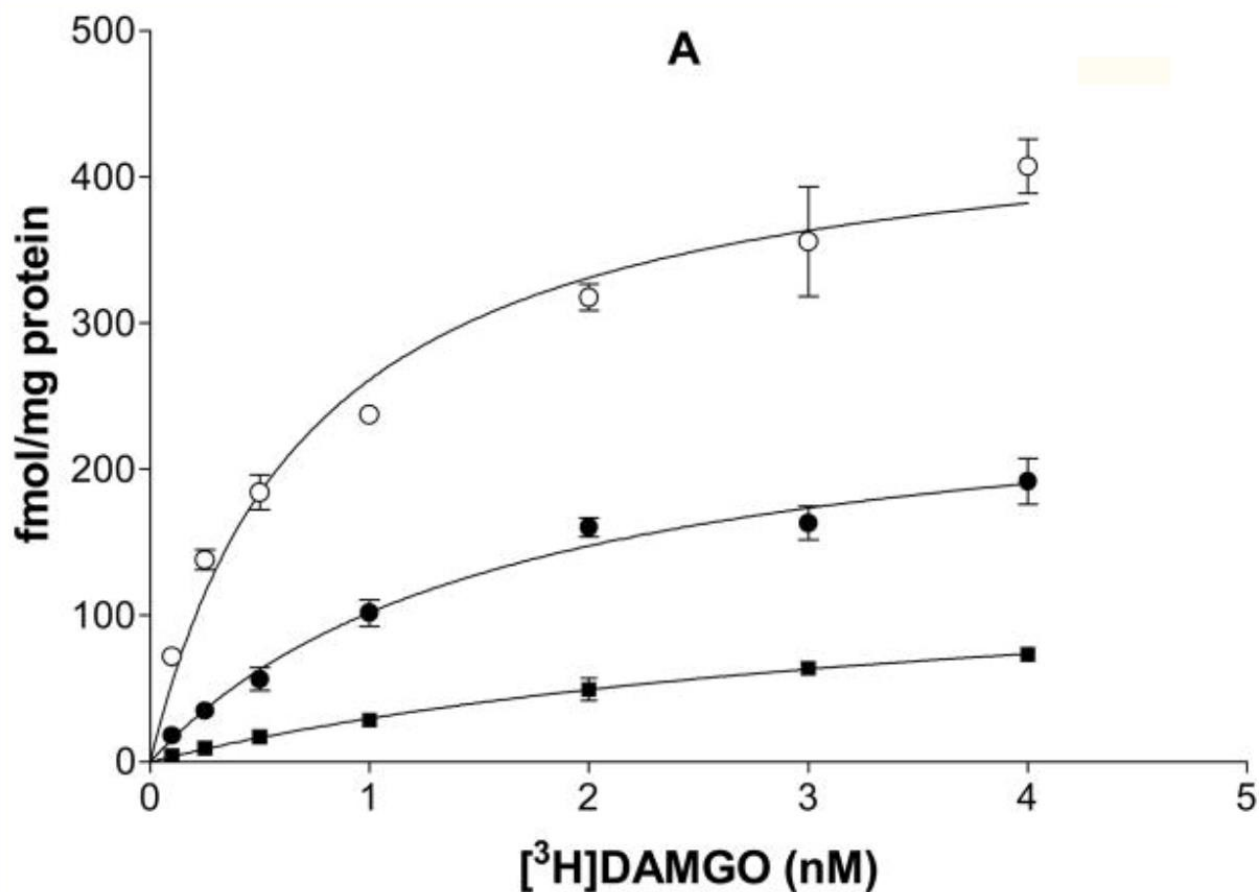


МГТ и сон

По данным мета-анализа исследований 15 486 женщин МГТ улучшает качество сна у женщин с вазомоторными симптомами.

-0.54

 $(-0.91, -0.17)$ 



Экстракт цимицифуги модулирует активность опиоидэргической системы как агонист

АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ МЕНОПАУЗАЛЬНЫХ РАССТРОЙСТВ

○ **Нейротропные средства**

- Селективные ингибиторы обратного захвата серотонина и серотонина/норэпинефрина (циталопрам, флуоксетин, ...)
- Противосудорожные средства (габапентин, прегабалин)
- Синтетические аналоги мелатонина

○ **Фитоэстрогены**

○ **Лекарственные экстракты**

- Цимицифуга
- Пьюситонин

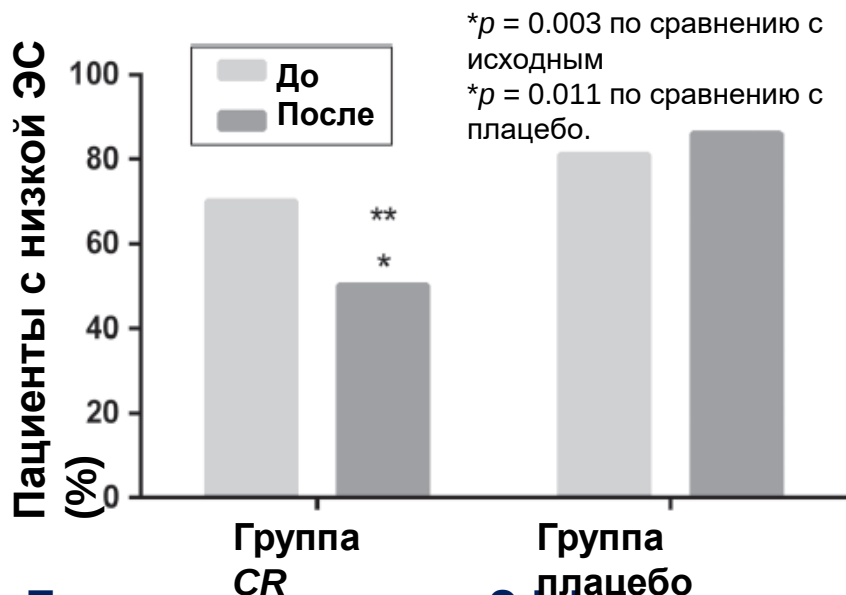
○ **Нелекарственные методы**

- Йога и дыхательная гимнастика
- Гипноз и самогипноз
- Акупунктура
- Когнитивно-поведенческая терапия



Влияние *Cimicifuga racemosa* на эффективность СНА

Двойное слепое, рандомизированное, плацебо-контролируемое исследование



Процент пациентов с Эффективностью Сна (ЭС) < 85% до и после терапии в двух группах

- 42 женщины в постменопаузе с нарушениями сна
- Длительность терапии – 6 месяцев.
- **Терапия:**
 - группа CR (n=20) – экстракт *Cimicifuga racemosa* 20мг x 2 раза/день
 - Группа плацебо (n=22)

Процент женщин с низкой Эффективностью Сна в группе *Cimicifuga r.* достоверно уменьшился с 70% до **50%** ($p = 0.003$)

Исследование экстракта CR BNO 1055 (Климадинон) в отношении безопасности для эндометрия (открытое проспективное многоцентровое исследование в 44 клиниках Чехии и Польши)



Данные биопсии эндометрия на фоне применения Климадинона® показали отсутствие возникновения патологической гиперплазии эндометрия.

Частота выявления различной степени гиперплазии по классификации Kurman и Mazur у тех пациентов, чьи биопсии были пригодны для оценки (n=335) на момент до исследования (Визит 1) и после 52 недель лечения (Визит 7).

Классы:

- 1 – 0 - недостаточно эндометриальной ткани для оценки, толщина эндометрия 5 мм или меньше
- 2 – 0 - атрофический и/или неактивный эндометрий)
- 3 – 1 - секреторный эндометрий, циклическая форма
- 3 – 2 - секреторный эндометрий, гестагенный вид
- 4 – 0 - пролиферативный эндометрий

СТРУКТУРА ЖИЗНИ: ГИГИЕНА СНА

- Фиксация времени отхода ко сну
 - Важна постоянность, а не само время отхода ко сну
 - Оптимальный промежуток с 22:00 до 01:00
 - Продолжительность сна не менее 7-8 часов
- Утренний и вечерний ритуалы
 - 20-30 минут, включая ванную комнату
 - Должны включать приятные пункты
- Пространство сна
 - Убрать информационные, шумовые и световые раздражители, особенно ТВ и электронику



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

★ Циклодинон

- ★ При нарушениях цикла и ПМС
- ★ По 40 капель или 1 таблетке 1 раз в день

★ Мастодинон

- ★ При масталгии и мастопатии
- ★ По 30 капель или 1 таблетка 2 раза в день

★ Климадинон

- ★ При климактерических симптомах и расстройствах сна
- ★ По 1 таблетке 2 раза в день
- ★ Климадинон УНО по 1 таблетке 1 раз в день

Бурчаков Денис Игоревич

+7 906 799-59-91

Врач-эндокринолог, сомнолог

burchakov.ru

