

ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ - ΜΗΤΡΟΡΡΑΓΙΑ

(πληροφορίες για το κοινό σύμφωνα με το Αμερικάνικο κολλέγιο μαιευτήρων-γυναικολόγων - ACOG) – για περισσότερες πληροφορίες η γυναίκα πρέπει να συμβουλευτεί το γυναικολόγο της



Η **περίοδος** είναι η φάση εκείνη του κύκλου της γυναίκας, στην οποία συμβαίνει αιμορραγία από τον κόλπο. Η αιμορραγία μπορεί να διαρκέσει πάνω από 7 ημέρες. Όταν ο καταμήνιος κύκλος δεν είναι φυσιολογικός, η αιμορραγία διαρκεί περισσότερο ή είναι βαρύτερη από το φυσιολογικό, ή υπάρχει αιμορραγία μεταξύ των περιόδων, αναφερόμαστε σε διαταραχές τις περιόδου.

Οι διαταραχές της περιόδου μπορεί να **περιλαμβάνουν**:

- Απουσία περιόδου
- Αιμορραγία ανάμεσα στις περιόδους
- Αιμορραγία μετά από σεξουαλική επαφή
- Κηλίδες αίματος
- Κάθε αλλαγή στη φυσιολογική ροή του αίματος

Παρακάτω θα εξηγήσουμε:

- Τις αιτίες των διαταραχών της περιόδου
- Πως διαγιγνώσκονται
- Πως θεραπεύονται

Εάν βρεθεί η αιτία της αιμορραγίας, συνήθως θεραπεύεται με επιτυχία.

Ο κύκλος της γυναίκας

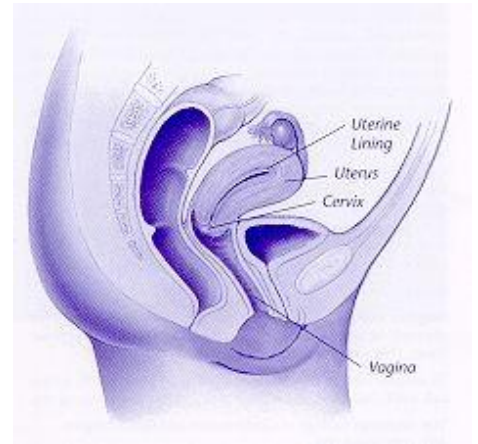
Ο **κύκλος** της γυναίκας αρχίζει με την πρώτη ημέρα της περιόδου και τελειώνει με την πρώτη ημέρα της επόμενης περιόδου. Κατά μέσο όρο ο κύκλος διαρκεί περίπου 28 ημέρες.

Κατά τη διάρκεια του κύκλου, τα **οιστρογόνα** και η **προγεστερόνη** – δυο ορμόνες που παράγονται από τις **ωοθήκες** – προκαλούν αλλαγές στο ενδομήτριο (το εσωτερικό στρώμα της μήτρας). Περίπου την 14^η μέρα του κύκλου σου, ένα ωάριο ελευθερώνεται από την μια ωοθήκη σου. Αυτό ονομάζεται **ωορρηξία**. Το ωάριο μετακινείται μέσα σε μια από τις δυο σάλπιγγες που είναι συνδεδεμένες με τη μήτρα, όπου και μπορεί να γονιμοποιηθεί από το σπέρμα. Εάν το ωάριο δεν γονιμοποιηθεί, δεν έχουμε εγκυμοσύνη. Τα επίπεδα των ορμονών μετά πέφτουν. Αυτό προκαλεί την απόπτωση του εσωτερικού χιτώνα της μήτρας (το ενδομήτριο). Αυτή η απόπτωση είναι η **περίοδος** που εμφανίζεται κάθε μήνα και σηματοδοτεί την έναρξη ενός νέου κύκλου.

Αιτίες ανώμαλης αιμορραγίας

Είναι φυσιολογικό η περίοδος να μην είναι κανονική σε κάποιες **φάσεις της ζωής**. Στα πρώτα χρόνια μετά την έναρξη της περιόδου (περίπου στην ηλικία 9-16), η περίοδος δεν είναι κανονική. Επίσης καθώς η γυναίκα πλησιάζει την εμμηνόπαυση (γύρω στην ηλικία των 50), η περίοδος ξανά εμφανίζει διαταραχές. Η περίοδος μπορεί να γίνεται ελαφρύτερη ή βαρύτερη, επειδή η γυναίκα σ' αυτήν την ηλικία κάνει ωορρηξία λιγότερο συχνά.

Εάν είσαι στην εμμηνόπαυση και δεν παίρνεις ορμόνες, κάθε κολπική αιμορραγία είναι ανώμαλη. Η αύξηση της αιμορραγίας καθώς μια γυναίκα πλησιάζει την εμμηνόπαυση επίσης είναι ανώμαλη.



Κύκλος που είναι μεγαλύτερος από 35 μέρες (περίοδος σπάνια) ή μικρότερος από 21 μέρες (περίοδος πολύ συχνή) δεν είναι φυσιολογικός. Γυναίκες που έχουν τέτοιους κύκλους θα πρέπει να ελέγχονται από γιατρό.

Η ανώμαλη αιμορραγία μπορεί να **οφείλεται σε καταστάσεις** όπως:

- Εγκυμοσύνη
 - Φυσιολογική εγκυμοσύνη
 - **Αποβολή**
 - **Εξωμήτριος εγκυμοσύνη**
- Προβλήματα που σχετίζονται με μεθόδους αντισύλληψης, όπως το ενδομήτριο σπείραμα ή το αντισυλληπτικό χάπι
- Μολύνσεις της μήτρας ή του τραχήλου
- **Ινομώματα της μήτρας**
- Προβλήματα με την πήξη του αίματος
- Κάποιες μορφές καρκίνου, όπως ο καρκίνος της μήτρας, του τραχήλου, ή του κόλπου
- Χρόνια ιατρικά προβλήματα (για παράδειγμα ο υπερθυρεοειδισμός και ο διαβήτης)

Ανώμαλη ή βαριά αιμορραγία μπορεί να οφείλεται και σε **ορμονικές διαταραχές**. Διαταραχή στην ορμονική ισορροπία έχουμε όταν το σώμα παράγει μεγάλες ή μικρές ποσότητες κάποιων ορμονών. Αυτό μπορεί να προκληθεί από:

- Απώλεια ή απόκτηση βάρους

- Βαριά εργασία
- Άγχος
- Νόσος
- Χρήση κάποιων φαρμάκων

Η πιο συχνή διαταραχή της ορμονικής ισορροπίας είναι η **ανωοθυλακιορρηξία** – όταν οι ωοθήκες δεν ελευθερώνουν ωάρια και η γυναίκα δεν έχει περίοδο. Η ανωοθυλακιορρηξία μπορεί να προκαλέσει υπερπλασία στο ενδομήτριο. Αυτή είναι η κατάσταση κατά την οποία το εσωτερικό στρώμα της μήτρας αναπτύσσεται πάρα πολύ. Συμβαίνει όταν διαταράσσεται η ισορροπία μεταξύ των οιστρογόνων και της προγεστερόνης στο σώμα της γυναίκας. Εάν μείνει χωρίς θεραπεία για μεγάλο χρονικό διάστημα, η υπερπλασία του ενδομητρίου μπορεί να εξελιχθεί σε καρκίνο.

Ανωοθυλακιορρηξία μπορεί να έχουμε και όταν οι ωοθήκες παράγουν μεγάλα ποσά **ανδρογόνων** – μια ανδρική ορμόνη. Συχνά, όταν συμβαίνει ανωοθυλακιορρηξία, οι ωοθήκες αναπτύσσουν πολλές κύστες. Αυτή η κατάσταση είναι γνωστή σαν **σύνδρομο πολυκυστικών ωοθηκών**.

Τα συμπτώματα του συνδρόμου πολυκυστικών ωοθηκών περιλαμβάνουν:

- Ανώμαλες αιμορραγίες από τη μήτρα
- Ανώμαλες περίοδοι από μικρή ηλικία
- Υπογονιμότητα
- Ακμή
- Υπερτρίχωση στο πρόσωπο, στην κοιλιά και στο στήθος

Εάν έχεις περισσότερα από ένα από αυτά τα συμπτώματα, πρέπει να δεις το γιατρό σου.

Διάγνωση

Για να διαγνώσει ανώμαλη αιμορραγία από τη μήτρα, ο γιατρό σου θα σου πάρει ένα ιατρικό ιστορικό. Αυτό περιλαμβάνει πληροφορίες σχετικά με νόσους που είχες στο παρελθόν, με φάρμακα που παίρνεις και το αν χρησιμοποιείς αντισυλληπτικές μεθόδους. Θα ερωτηθείς για πιθανές αλλαγές στο βάρος σου, στη διατροφή σου, στη σωματική άσκηση και στα επίπεδα του άγχους σου. Ο γιατρός θα ζητήσει επίσης πληροφορίες για την περίοδό σου. Είναι επίσης χρήσιμο να καταγράψεις σε ένα ημερολόγιο τις ημέρες που σου ήρθαν και τη διάρκεια των περιόδων σου. Μπορεί επίσης να σου ζητηθεί να καταγράψεις την ημερήσια διακύμανση της θερμοκρασίας σου. Αυτό μπορεί να μας βοηθήσει να διαπιστώσουμε αν κάνεις ωορρηξία.

Ο γιατρός σου επίσης θα σου κάνει μια γυναικολογική εξέταση. Ίσως κάνεις και εξετάσεις αίματος για να δούμε το επίπεδο των ορμονών σου και εάν είσαι έγκυος.

Άλλες εξετάσεις μπορεί να χρειασθείς ανάλογα με τα συμπτώματα που έχεις:

- **Βιοψία ενδομητρίου** – ένα μικρό ποσό ιστού λαμβάνεται προσεκτικά από το εσωτερικό στρώμα της μήτρας και εξετάζεται στο μικροσκόπιο.
- **Υπέρηχος** – κύματα ήχου χρησιμοποιούνται για να δημιουργήσουν μια εικόνα των πυελικών οργάνων. Ο υπέρηχος μπορεί να γίνει από την κοιλιά ή τον κόλπο.
- **Υστεροσκόπηση** – ένα λεπτό εργαλείο εισάγεται διαμέσου του κόλπου και του τραχήλου έτσι ώστε ο γιατρός να μπορεί να δει το εσωτερικό της μήτρας.
- **Λαπαροσκόπηση** – ένα λεπτό εργαλείο εισάγεται διαμέσου μιας μικρής τομής στον ομφαλό έτσι ώστε ο γιατρός να μπορεί να δει το εσωτερικό της κοιλιάς.
- **Απόξεση** – ο τράχηλος διανοίγεται και μικρά τμήματα ιστού του εσωτερικού της μήτρας λαμβάνονται με απόξεση ή αναρρόφηση και στη συνέχεια εξετάζονται στο μικροσκόπιο.
- **Υστεροσαλπιγγογραφία** – είναι μια απλή ακτινογραφία στην οποία ένα ακτινοσκιερό υγρό εγχύεται στην μήτρα και στις σάλπιγγες. Βοηθάει να δούμε αν το μέγεθος και το σχήμα του εσωτερικού της μήτρας είναι φυσιολογικά, καθώς και αν οι σάλπιγγες είναι ανοιχτές.

Κάποιες από αυτές τις εξετάσεις μπορεί να γίνουν στο ιατρείο, ενώ άλλες απαιτούν χειρουργείο και διαμονή στην κλινική για μια ημέρα.

Θεραπεία

Η θεραπεία των διαταραχών της περιόδου εξαρτάται από την αιτία. Μπορεί να σου δοθούν ορμόνες ή άλλα φάρμακα, ή μπορεί να απαιτηθεί χειρουργική επέμβαση.

Ορμονική θεραπεία

Ο γιατρός σου μπορεί να σου συνταγογραφήσει ορμόνες, όπως τα αντισυλληπτικά χάπια, προγεστερόνη ή χάπια για το θυρεοειδή. Αυτές οι ορμόνες θα κάνουν την περίοδό σου πιο κανονική και μπορεί να βελτιώσουν και άλλα συμπτώματα. Η προγεστερόνη μπορεί να προλάβει και να θεραπεύσει την υπερπλασία του ενδομητρίου. Μπορεί να πάρει **κάποιους μήνες** ώστε οι ορμόνες να ελέγξουν την ανώμαλη αιμορραγία. Ο τύπος των ορμονών που θα σου δώσει ο γιατρός σου εξαρτάται από το αν θέλεις να μείνεις έγκυος.

Μετά από κάποιους μήνες ο γιατρός σου θα μπορεί να κρίνει την αποτελεσματικότητα της θεραπείας. Μπορεί να χρειασθεί να εξετασθείς ξανά. Εάν νομίζεις ότι είσαι έγκυος, ενημέρωσε το γιατρό σου πριν λάβεις ορμονική θεραπεία.

Άλλα φάρμακα

Κάποια φάρμακα, όπως τα αντιφλεγμονώδη (για παράδειγμα η ιβουπροφαίνη), μπορεί να βοηθήσουν σε μεγάλες αιμορραγίες. Επίσης μπορεί να ανακουφίσουν από τις κράμπες της περιόδου. Εάν έχεις κάποια μόλυνση θα σου χορηγηθούν αντιβιοτικά.

Χειρουργική επέμβαση

Κάποιες γυναίκες με διαταραχές της περιόδου, θα πρέπει να υποβληθούν σε χειρουργική επέμβαση για να αφαιρέσουν όγκους (όπως οι πολύποδες ή τα ινομώματα) που προκαλούν την αιμορραγία. Αυτό μπορεί να γίνει με το **υστεροσκόπιο**.

Η **καταστροφή του ενδομητρίου** (endometrial ablation) είναι μια άλλη μέθοδος θεραπείας των διαταραχών της περιόδου. Η καταστροφή του ενδομητρίου έχει ως σκοπό να μειώσει ή να σταματήσει την αιμορραγία μόνιμα. Χρησιμοποιεί διάφορες μορφές ενέργειας για να καταστρέψει το εσωτερικό τοίχωμα της μήτρας.

Η **υστερεκτομή** – η αφαίρεση της μήτρας – μπορεί να χρησιμοποιηθεί επίσης. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί όταν άλλες μέθοδοι θεραπείας έχουν αποτύχει.

Η υστερεκτομή και η καταστροφή του ενδομητρίου είναι μεγάλες επεμβάσεις. Μετά από αυτές τις επεμβάσεις η γυναίκα δεν θα έχει περίοδο και δεν θα μπορεί να μείνει έγκυος. Πριν αποφασίσεις τι θεραπεία θα ακολουθήσεις σκέψου όλες τις εναλλακτικές λύσεις.

Τελικά.....

Αν παρατηρήσεις ότι η περίοδό σου έγινε ανώμαλη, επισκέψου το γιατρό σου. Οι διαταραχές της περιόδου έχουν πολλές αιτίες. Δεν υπάρχει κανείς τρόπος να μάθεις γιατί η περίοδός σου είναι ανώμαλη χωρίς να επισκεφθείς το γιατρό σου. Εάν βρεθεί η αιτία, οι διαταραχές της περιόδου συνήθως θεραπεύονται με επιτυχία.

Dr. ΜΠΑΜΠΑΤΣΙΑΣ ΛΑΜΠΡΟΣ
ΧΕΙΡΟΥΡΓΟΣ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΟΣ-ΜΑΙΕΥΤΗΡΑΣ
Μετεκπαιδευθείς στο Λονδίνο στη Λαπαροσκόπηση και Υστεροσκόπηση
(University dep. Of Obstetrics and Gynecology- Royal Free Hospital – London)