

Pozytywny wpływ antykoncepcji hormonalnej na wybrane aspekty zdrowia kobiety

Tabletki antykoncepcyjne to nie tylko sposób na zapobieganie ciąży. Mogą mieć również pozytywny wpływ na inne aspekty zdrowia kobiety, zarówno psychiczne, jak i fizyczne. Zależy to od tego, jak funkcjonuje gospodarka hormonalna i jakie jest stężenie poszczególnych hormonów w różnych etapach cyklu.

Często zdarza się, że naturalny, niemodyfikowany lekami cykl hormonalny kobiety jest nieprawidłowy na przykład z powodu nadprodukcji określonych hormonów. Brak kontroli nad tą sytuacją może doprowadzić do powikłań, takich jak przerost błony śluzowej trzonu macicy, a następnie do nowotworu czy poważnych problemów metabolicznych. Okazuje się wtedy, że ten narzucony z zewnątrz cykl poprzez stosowanie antykoncepcji hormonalnej jest bliższy fizjologii niż własny – mówi prof. CMKP dr hab. n. med. Romuald Dębski, ginekolog, ekspert programu „Zdrowa ONA”.



Antykoncepcja hormonalna a jakość życia seksualnego



W przypadku niektórych kobiet antykoncepcja hormonalna ze względu na jej wysoką skuteczność może dać im poczucie bezpieczeństwa. Dzięki temu bez obaw decydują się na współżycie ze swoim partnerem, a w następstwie czerpią większą satysfakcję z seksu. U kobiet bardzo dużą rolę w sferze seksualnej odgrywa lęk przed zajściem w ciążę. Część z nich to paraliżuje do tego stopnia, że rezygnują z kontaktów seksualnych. Zniwelowanie tego lęku poprzez zastosowanie skutecznej antykoncepcji może bardzo znacząco wpłynąć na jakość życia seksualnego – tłumaczy prof. Zbigniew Lew-Starowicz, seksuolog, ekspert programu „Zdrowa ONA”.

Cykl hormonalny a samopoczucie psychiczne

Nie od dziś wiemy, że niektóre kobiety w okresie przedmiesiączkowym są bardziej drażliwe, czasami płaczliwe, szybko się denerwują. Wszystko to dzieje się za sprawą hormonów, a dokładnie zmian stężenia estrogenu i progesteronu. Tego typu objawy w większości przypadków są naturalne i nie świadczą o żadnych nieprawidłowościach.

Naturalny cykl hormonalny kobiety nie oznacza uregulowanej gospodarki hormonalnej, choć większość osób myśli, że jest dokładnie odwrotnie. Tego typu sytuacja występuje tak naprawdę dopiero po menopauzie, kiedy poziom hormonów jest stały przez cały czas. W okresie rozrodczym stężenie hormonów zmienia się w zależności od fazy cyklu. Dlatego część kobiet odczuwa zmiany nastroju czy niedogodności fizyczne, jak tendencja do obrzęków niektórych partii ciała. Dopóki poziom hormonów jest w normie określonej dla danej fazy cyklu, trzeba to potraktować jako jedną z naturalnych cech kobiety. Jednak, jeżeli dolegliwości są bardzo uciążliwe, nasilają od jakiegoś czasu lub dają o sobie znać także w innych fazach cyklu niż okres przedmiesiączkowy, trzeba koniecznie

zgłosić się do lekarza – tłumaczy prof. CMKP dr hab. n. med. Romuald Dębski, ginekolog, ekspert programu „Zdrowa ONA”.

mgr Dorota Gromnicka, psycholog, ekspert programu „Zdrowa ONA” dodaje: *Prawidłowe funkcjonowanie gospodarki hormonalnej jest jednym z czynników wpływających na zdrowie psychiczne kobiety. Wahania nastroju czy inne objawy, jak chociażby depresyjne, mogą właśnie od tego zależeć. Dlatego trzeba zgłaszać się na wizyty kontrolne i badania, które pokażą, czy nasz cykl jest prawidłowy, czy też wymaga interwencji z zewnątrz, np. poprzez zastosowanie tabletek antykoncepcyjnych. Jeśli kobieta zauważa zmiany w swoim samopoczuciu psychicznym i fizycznym takie jak: zła kondycja psychiczna, wahania nastroju, permanentne zmęczenie powinna zapytać lekarza, czy mogą wynikać z nieprawidłowego cyklu. Nie zawsze pogorszenie nastroju związane jest z trudnościami psychicznymi, czasami przyczyna leży w gospodarce hormonalnej czy trybie życia.*

