

Poruchy spojené s menstruačním cyklem a jejich léčba

MUDr. Zdeňka Vyhnánková



Hormonální změny během menstruačního cyklu

- do ovulace stoupá hladina estrogenů 10x, hladina progesteronu je nulová
- v druhé polovině cyklu stoupá hladina progesteronu 30x
- před menstruací rychlý pokles hladin obou hormonů
- přes zpětné vazby cestou hypofýzy a hypothalamu dochází ke změnám aktivity neurotransmitterových systémů (dopaminergního, serotonergního, endorfinového)



Premenstruační syndrom (PMS)

- Psychologický diskomfort, otoky, napětí v prsech, pocity tlaku a bolesti, bolest hlavy, zhoršená koncentrace, poruchy spánku, změny chuti k jídlu, úzkost, afektivní labilita, zlostnost, podrážděnost
- Příznaky odeznívají během prvních dnů menstruace
- Jde o období, kdy se častěji začíná rozvíjet depresivní epizoda , u těchto žen se častěji rozvine poporodní deprese
- Zlepšení životosprávy, dietní opatření, relaxační techniky, hypnóza
- Kombinovaná hormonální kontraceptiva



Premenstrační dysforická porucha (PMDD)

- **Závažné příznaky premenstruačního syndromu**
 - nejméně 5 příznaků, nejméně 1 příznak poruch nálady (pokles nálady, úzkost nebo tenze, střídání nálad, hněv, podrážděnost), příznaky se objevují ve většině cyklů, vedou k funkčnímu postižení
- **Postihuje sociální a rodinné aktivity na podobné úrovni jako deprese**



Léčba PMDD

- v premenstruačním období snížit nadměrný stres, změnit životní styl, relaxační techniky, tělesné cvičení, vynechat kofein, sůl
- vitamin B6 100 mg denně, kalcium, rybí tuk, akupunktura
- SSRI (fluoxetin, paroxetin, sertralin), SNRI – účinnost podávání i jenom v premenstruačním období
- KBT



Příčiny klimaktéria

- Pokles počtu ovariálních folikulů
- Postupný pokles reaktivity ovária na hypofyzární gonadotropiny
- Perimenopauza (až 1 rok po menopauze)
 - Vasomotorické příznaky (návaly horka, pocení, palpitace, bolesti hlavy, nespavost, poruchy koncentrace, parestézie, bolesti končetin)
- Postmenopauza (období déle než 1 rok po menopauze)
 - Nízká hladina estrogenů, nulová hladina progesteronu, vysoká hladina gonadotropinů



Změny v menopauze

- snížení produkce estrogenů vaječníky
- zvýšená sekrece hypofyzárních hormonů LH a FSH
- změny v reaktivitě mediátorových systémů CNS
- změny v cyklickém vylučování pohlavních hormonů
- změny v sexuálních funkcích



Důsledky hormonálních změn

- Klimakterický syndrom
 - návaly horka a noční poty
- Organický estrogen deficitní syndrom
 - atrofizace sliznic a kůže
- Metabolický estrogen-deficitní syndrom
 - rozvoj osteoporózy, vzestup rizika kardiovaskulárních příhod, Alzheimerova nemoc
- Stoupá prevalence deprese a úzkostných poruch



Estrogeny a mediátorové systémy

- vztah je polymorfní, složitý a individuálně rozdílný
- zvyšují hladinu serotoninu
 - usnadňují nástup down regulace 5-HT₂ receptorů
 - přímo aktivují genovou transkripci
- antidopaminergní účinek
- aktivují syntézu acetylcholinu



Estrogeny a deprese

- Antidepresivní účinek
- Potencují účinek TCA, SSRI
- Rizikové faktory pro vznik deprese v menopauze
 - anamnéza deprese, špatný zdravotní stav, nepříznivé sociální podmínky, partnerské a rodinné problémy, chronický stres



Léčba deprese v menopauze

■ lehká forma

- estrogeny
- nejsou vegetativní př. a je pozitivní PA:
ATD (SSRI a SNRI)

■ střední a těžší forma

- jsou vegetativní příznaky: estrogen + ATD
- nejsou vegetativní příznaky: ATD (v dalším kroku estrogeny)



Substituce estrogenů

■ Výhody

- redukuje somatické příznaky, snižuje riziko osteoporózy, snižuje riziko kardiovaskulárních onemocnění, redukuje výskyt psychických poruch (poruchy nálady a paměti), úprava nespavosti

■ Rizika

- zvýšení rizika Ca prsu – spíše u estro-gestagenní substituce (5 let substituce bez rizika, do 10 let přínos přesahuje rizika, déletrvající individuálně)
- zvýšení rizika rozvoje malignit endometria?, změny krevního obrazu, přírůstek na váze, bolesti hlavy



Vliv pohlavních hormonů na jaterní parenchym

- inhibice oxidačních jaterních pochodů
 - zvýšení hladiny TCA a BZD (diazepamu, clonazepamu, chlordiazepoxidu, alprazolamu)
- indukují konjugační oxidační enzymy
 - snižují hladinu oxazepamu
- carbamazepin snižuje účinnost kontraceptiv