



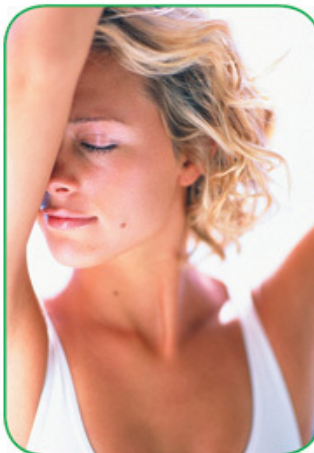
ЖЕНСКИЕ ГОРМОНАЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Врач высшей
категории

Юлия ПОПОВА



**Самые эффективные
методы лечения**



Эндокринная
система — дирижер
женского здоровья

Инфекции,
воспаления,
опухоли
половой сферы

Гормональная
терапия
при бесплодии,
климаксе

Травы, упражнения,
диеты помогут
при любых
нарушениях



«КРЫЛОВ»

Юлия Сергеевна Попова
Женские гормональные
заболевания. Самые
эффективные методы лечения
Серия «Ваш семейный врач»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=4952669

*Женские гормональные заболевания. Самые эффективные методы
лечения: Издательство «Крылов»; Санкт-Петербург; 2009
ISBN 978-5-9717-0911-4*

Аннотация

Многие женщины, особенно жительницы больших городов, сталкиваются с проблемами гормональных расстройств. Пытаясь вновь обрести утраченное здоровье при помощи медикаментов, а иногда и хирургических операций, они зачастую наносят своему организму еще больший вред. В книге подробно рассматриваются различные периоды в жизни женщины с точки зрения работы ее эндокринной системы. Менструальные нарушения, осложнения во время беременности, «сюрпризы» до, во время и после менопаузы – все это можно или предупредить, или грамотно скорректировать. Гормоны правят здоровьем женщины! И наша задача – создать оптимальные условия для их гармоничной

выработки. Выбирая метод лечения при гормонозависимых заболеваниях, обратите особое внимание на щадящие средства – лечебные диеты, травы, дыхательные методики, массаж, физические упражнения и другие возможности альтернативной медицины. *Данная книга не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.*

Содержание

Введение	5
Глава 1	8
ФУНКЦИИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ	10
СТРОЕНИЕ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ	12
НЕЙРОСЕКРЕТОРНЫЕ КЛЕТКИ	13
ЖЕЛЕЗЫ ВНУТРЕННЕЙ СЕКРЕЦИИ	14
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Юлия Сергеевна Попова

Женские гормональные заболевания

Самые эффективные методы лечения

Введение

В организме человека, так же как и в природе, все взаимосвязано. Работа каждой из его систем – кровеносной, пищеварительной, эндокринной, лимфатической, выделительной и т. д. – напрямую зависит от того, как функционируют все остальные. Более того, на наше здоровье гораздо сильнее, чем мы можем предположить, влияют такие факторы, как экологическая ситуация в регионе проживания, питание и образ жизни.

Особенно уязвим для различных неблагоприятных воздействий женский организм, в частности репродуктивная сфера. Многие жительницы больших городов сталкиваются с проблемами гормональных расстройств, бесплодия, образования опухолей и раннего наступления климакса. Пыта-

ясь вновь обрести утраченное здоровье при помощи медикаментов, а иногда и хирургических операций, зачастую они наносят своему организму еще больший вред. Вот почему так важно, выбирая метод лечения, обратить особое внимание на щадящие средства – лечебные диеты, травы, дыхательные методики, массаж, физические упражнения и другие возможности народной медицины. Природа очень мудра, и в ее арсенале имеется немало эффективных и безвредных натуральных лекарственных веществ. Находясь в гармонии с окружающим миром и используя все то, что он нам предлагает, мы тем самым гармонизируем работу собственного организма.

При этом, однако, каждой женщине следует помнить о необходимости своевременной и точной диагностики гормональных нарушений, провести которую может только квалифицированный специалист – гинеколог-эндокринолог. Самые лучшие результаты в лечении любого заболевания приносит комплексный подход, включающий в себя как здоровый образ жизни и грамотное использование народных рецептов, так и неукоснительное выполнение рекомендаций врача. Поэтому в нашей книге вы найдете не только рецепты полезных для здоровья травяных настоев, проверенные многими поколениями наших бабушек и прабабушек, комплексы физических упражнений и рекомендации относительно здорового питания, но и ознакомитесь с самыми современными диагностическими, лечебными и профилактическими

методами.

Искренне надеемся, что информация, которую вы почерпнете из этой книги, поможет вам сохранить здоровье, красоту и отличное настроение на долгие годы.

Глава 1

ЭНДОКРИННАЯ СИСТЕМА ЖЕНЩИНЫ

Первая часть этой книги – теоретическая. Возможно, что информация, изложенная в ней, сначала покажется интересной не всем нашим читательницам. Если вы сразу хотите получить готовые рецепты, то можете начать чтение со следующего раздела – «Основные периоды в жизни женщины». К материалу, предложенному здесь, вы потом все равно обязательно вернетесь. Понимание того, как устроен ваш организм, позволит вам систематизировать полученные знания и самостоятельно сделать выводы о том, насколько полезным именно для вас окажется тот или иной совет.

Ведь самое дорогое, что у нас есть, – это наше здоровье. И чем больше мы знаем о нем, тем проще нам правильно выбирать оптимальные для нашего организма методы лечения и диагностики, профилактики, контрацепции и т. д. К счастью, те времена, когда больному не полагалось задавать врачу лишних вопросов относительно своего диагноза и выбора метода лечения, давно остались в прошлом. Современный подход подразумевает высокую компетентность самого пациента и конструктивное сотрудничество больного и врача в общем деле противостояния болезни. Так что наберем-

ся терпения и приступим к изучению устройства нашей эндокринной системы.

ФУНКЦИИ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ

Деятельность всех наших внутренних органов регулирует эндокринная система. Эндокринные железы расположены в разных частях нашего тела, но функционально тесно взаимосвязаны. Это означает, что в проблеме возникновения, скажем, бесплодия нельзя винить только лишь плохую работу яичников. Наша эндокринная система функционирует как единый механизм, и «поломка» любого звена этого механизма может сказаться на работе всех остальных.

Эндокринные железы производят биологически активные вещества – гормоны (от *греч.* «гормео» – двигаю, возбуждаю), которые влияют на обмен веществ и работу как отдельных органов и систем, так и всего организма в целом. Клетки эндокринных желез выделяют гормоны непосредственно в кровь либо – через межклеточное пространство – в соседние клетки. С током крови гормоны разносятся по всему организму и оказывают влияние на деятельность всех органов и систем.

В отличие от сердечно-сосудистой, дыхательной, выделительной и многих других систем нашего организма, «полномочия» которых строго разграничены, эндокринная выполняет множество разных функций. Она играет ключевую роль в выполнении таких важных задач, как переваривание

пищи, размножение и гомеостаз (поддержание оптимального состояния организма в изменяющихся условиях внешней среды), регулирует рост и развитие. Соответственно, имеет место и обратная связь: например, причиной ухудшения деятельности репродуктивной функции организма могут оказаться инфекция, переохлаждение или стресс.

Деятельность эндокринной системы тесно взаимосвязана с работой нервной системы посредством нейросекреторных клеток, о которых мы расскажем чуть позже. Совместно с центральной нервной системой гормоны принимают участие в обеспечении эмоциональных реакций и психической деятельности человека. Эндокринная секреция способствует нормальному функционированию иммунной и нервной систем, которые, в свою очередь, оказывают влияние на работу эндокринной системы (нейроэндокринно-иммунная регуляция).

СТРОЕНИЕ ЭНДОКРИННОЙ СИСТЕМЫ

Эндокринная система состоит:

- из эндокринных желез – органов, вырабатывающих гормоны (щитовидная железа, надпочечники, эпифиз, гипофиз и др.);
- гормонопродуцирующих частей органов, совмещающих как эндокринные, так и другие функции (гипоталамус, поджелудочная железа, тимус и др.);
- одиночных клеток, расположенных в различных органах (клеток диффузной эндокринной системы).

Некоторые эндокринные функции выполняют также печень, почки, желудок, кишечник, селезенка. Эндокринные клетки содержатся практически во всех тканях организма. Они вырабатывают соки (секрет желез), содержащие специфические для каждого эндокринного органа гормоны, и выделяют их непосредственно в кровоток. В этом заключается отличие желез внутренней секреции, или эндокринных (от *греч.* «эндос» – внутрь и «крино» – выделяю), от желез экзокринных, которые выделяют свой секрет в протоки, выходящие на наружную поверхность тела (слюнные железы, потовые, железы желудка, легких).

НЕЙРОСЕКРЕТОРНЫЕ КЛЕТКИ

Тесная взаимосвязь работы нервной и эндокринной систем объясняется наличием в организме нейросекреторных клеток. Нейросекретция (от *лат. secretio* – отделение) – свойство некоторых нервных клеток вырабатывать и выделять особые активные продукты – нейрогормоны. Распространяясь (подобно гормонам эндокринных желез) по организму с током крови, нейрогормоны способны оказывать влияние на деятельность различных органов и систем. Они регулируют функции эндокринных желез, которые, в свою очередь, выбрасывают гормоны в кровь и осуществляют регуляцию активности других органов.

Нейросекреторные клетки, как и обычные нервные клетки, воспринимают сигналы, поступающие к ним от других отделов нервной системы, но далее передают полученную информацию уже гуморальным путем (не по аксонам, а по сосудам) – посредством нейрогормонов. Таким образом, совмещая свойства нервных и эндокринных клеток, нейросекреторные клетки объединяют нервные и эндокринные регуляторные механизмы в единую нейроэндокринную систему. Этим обеспечивается, в частности, способность организма адаптироваться к изменяющимся условиям внешней среды. Объединение нервных эндокринных механизмов регуляции осуществляется на уровне гипоталамуса и гипофиза.

ЖЕЛЕЗЫ ВНУТРЕННЕЙ СЕКРЕЦИИ

Как уже было сказано выше, эндокринные железы, или железы внутренней секреции, не имеют выводных протоков. продукты их секреции попадают непосредственно в кровь, лимфу или в соседние клетки. Поэтому все эндокринные железы имеют богатое кровоснабжение.

Гормоны, вырабатываемые железами внутренней секреции, осуществляют химическую регуляцию деятельности всего организма и оказывают выраженный эффект в минимальных количествах. Регуляция количества гормонов в организме и их воздействие на различные системы и органы происходят очень быстро – не даром гормональные препараты являются одними из самых сильнодействующих средств, которыми располагает современная медицина. Поэтому ни в коем случае нельзя принимать гормональные препараты без назначения врача. Оптимальный баланс этих веществ в организме необычайно важен.

Основные железы эндокринной системы – это гипоталамус, гипофиз, щитовидная железа, околощитовидные железы, надпочечники, эпифиз и половые железы (у мужчин – яички, у женщин – яичники).

Центральное звено эндокринной системы составляют гипоталамус, эпифиз и гипофиз. Главным центром, регулирующим производство гормонов эндокринными железами и

выброс их в кровь, является гипоталамус, расположенный в головном мозге. Он получает информацию из центральной нервной системы и переключает ее на гипофиз.

Гипофиз регулирует секрецию всех зависимых от него эндокринных органов, представляющих собой периферическое звено эндокринной системы (щитовидная железа, кора надпочечников, яички и яичники). К периферическому звену эндокринной системы относятся также паращитовидные железы, некоторые клетки островков поджелудочной железы, гормонопродуцирующие клетки других органов.

В свою очередь, гормоны эндокринных желез оказывают обратное действие на гипоталамо-гипофизарную систему. Многое во взаимодействии этих систем остается еще не изученным, и исследователи интенсивно занимаются этими вопросами.

Гипоталамус

Гипоталамус объединяет нервную и эндокринную системы в нейросекреторную и является высшим центром регуляции вегетативных функций. Иначе говоря, этот небольшой отдел головного мозга весом всего около 5 г и есть тот самый дирижер, благодаря которому все системы нашего организма функционируют, как слаженный оркестр.

От поверхности тела и внутренних органов в гипоталамус поступают сигналы о состоянии организма. В медиаль-

ной области гипоталамуса существуют особые нейроны, воспринимающие информацию о важнейших параметрах крови и спинномозговой жидкости – температуре, водно-электролитном составе плазмы, содержании гормонов в крови. Посредством нервных механизмов медиальная область гипоталамуса управляет деятельностью гипофиза. Таким образом, эта область служит промежуточным звеном между нервной и эндокринной системами.

Гипоталамус выделяет вещества, обладающие гормональной активностью (так называемые *рилизинг-гормоны*, от *англ.* release – выделять). Они имеют сравнительно простое химическое строение и оказывают влияние на гипофиз, заставляя его выделять различные более сложные гормоны. При избыточном выделении активирующих гипофиз гормонов может наблюдаться усиление функции щитовидной железы, половых желез. Это дало возможность применять рилизинг-гормоны в клинической практике и использовать их в диагностике некоторых эндокринных заболеваний. Наряду с гормонами, активирующими гипофиз, в гипоталамусе выделяются биологически активные вещества, подавляющие выработку гормонов гипофизом (ингибиторы).

Регуляция деятельности нашего организма со стороны гипоталамуса определяет все самые сложные вегетативные и поведенческие реакции: терморегуляцию, пищевые рефлекс, половое поведение и т. д.

Влияние гипоталамуса на половые функции связано с

регуляцией им деятельности половых желез и участием в организации нервных механизмов, необходимых для осуществления полового поведения. Регуляция половой функции осуществляется посредством синтеза и выделения гонадотропин-релизинг-гормонов (ГС-РГ). В отличие от мужского организма, в женском выделение гонадотропинов происходит не только в тоническом (постоянном), но и в циклическом (периодическом) режиме.

При наличии патологии гипоталамической области наблюдаются сбои в работе половой системы (например, нарушения менструального цикла). В детском возрасте патология гипоталамуса может проявляться в изменении сроков полового созревания.

Во время внутриутробного развития плода гипоталамус будущего ребенка влияет на формирование его пола. В период полового созревания по сигналу, поступающему из гипоталамуса через гипофиз, половые железы начинают интенсивно вырабатывать соответствующие мужские или женские половые гормоны, под влиянием которых у подростка появляются вторичные половые признаки и эротические переживания.

В гипоталамусе происходит выработка таких важнейших гормонов, как окситоцин и вазопрессин. При нарушении продукции вазопрессина клетками гипоталамуса развивается тяжелое заболевание – несхарный гипоталамический диабет.

Пищевое поведение также связано с гипоталамусом. При электрическом раздражении соответствующей зоны животное с искусственно вызванным пищевым поведением начинает есть, даже если оно не голодно, и при этом пережевывает несъедобные предметы. При поражениях латеральных областей гипоталамуса имеет место *афагия* (отказ от пищи). Разрушение медиальных областей гипоталамуса, напротив, сопровождается *гиперфагией* (чрезмерным потреблением пищи).

Однако области гипоталамуса, раздражение которых приводит к различным поведенческим реакциям, широко перекрываются. Это означает, что нельзя рассматривать данные процессы вне их взаимодействия (на что могло бы натолкнуть существование таких терминов, как «центр голода» и «центр насыщения»). На сегодняшний день нейронная организация гипоталамуса, благодаря которой это небольшое образование способно управлять множеством жизненно важных поведенческих реакций и нейрогуморальных регуляторных процессов, остается загадкой и объектом дальнейших научных исследований.

Гипофиз

Гипофиз представляет собой округлое образование, расположенное на нижней поверхности головного мозга. Этот орган, относящийся к центральному звену эндокринной си-

стемы, состоит из двух крупных, различных по происхождению и структуре долей: передней – *аденогипофиза* (составляет 70–80 % всей массы железы) и задней – *нейрогипофиза*. Промежуточная (средняя) доля гипофиза хорошо развита у многих животных, а у человека она представляет собой тонкую прослойку клеток между передней и задней долями. Эти клетки синтезируют свои специфические гормоны.

Передняя доля является самой активной. Она выделяет различные гормоны: адренкортикотропный, стимулирующий деятельность коры надпочечников; тиреотропный, оказывающий влияние на работу щитовидной железы; гонадотропные гормоны, влияющие на половые железы; пролактин, стимулирующий функцию молочной железы, и др.

Гонадотропные гормоны гипофиза стимулируют деятельность яичников. Выделено три таких гормона: *фолликулостимулирующий* (ФСГ), способствующий развитию фолликулов яичника; *лютеинизирующий* (ЛГ), вызывающий лютеинизацию фолликулов; *лютеотропный* (ЛТГ), поддерживающий функцию желтого тела во время менструального цикла и оказывающий лактотропное действие.

Задняя доля значительно меньше. Она не содержит железистой ткани и очень напоминает по своему строению нервную ткань (отсюда и название – «нейрогипофиз»). Задняя доля гипофиза не выделяет гормонов, она является своеобразным их хранилищем. Здесь накапливаются вазопрессин и окситоцин, которые образуются в ядрах гипоталамуса и от-

туда проникают в заднюю долю гипофиза.

Вместе с гипоталамусом гипофиз образует гипоталамо-гипофизарную систему, контролирующую деятельность периферических эндокринных желез. Размеры гипофиза достаточно индивидуальны, в среднем у взрослого человека они варьируют от 0,5 до 0,7 г.

От деятельности гипофиза зависят: процессы роста; синтез белков; развитие и функции молочных желез. Он стимулирует рост фолликулов яичников, выработку йодсодержащих гормонов, а также осуществляет регуляцию жирового обмена. Нарушения секреции гормонов гипофиза вызывают в организме различные расстройства, характер которых зависит от степени и вида поражения гипофиза и связанного с этим избытка или недостатка выделения гормонов.

Недостаточность функции гипофиза у взрослых может быть связана с воспалительными процессами в нем, иногда с опухолевым поражением гипофиза, а у женщин – с кровопотерями в период родов. Она проявляется слабостью, снижением веса, понижением артериального давления, анемией, а также эндокринными расстройствами (отсутствие менструаций, уменьшение полового влечения и др.). Профилактика этого состояния у женщин во многом связана с предупреждением кровотечения во время родов.

Эпифиз

Этот орган изучен недостаточно, но в настоящее время его относят к эндокринной системе. Согласно последним биологическим исследованиям, эпифиз, или шишковидное тело, является частью фотонейроэндокринной системы. Свет оказывает блокирующее влияние на его активность, а темнота – стимулирующее.

Эпифиз здорового взрослого человека имеет массу немногим более 100 мг. Это небольшое образование вырабатывает гормоны *мелатонин* и *серотонин*. Деятельность эпифиза имеет четко выраженный суточный ритм: ночью синтезируется мелатонин, днем – серотонин. Предполагается, что циклическое действие этих гормонов позволяет организму ориентироваться и приспосабливаться к смене дня и ночи.

Полностью функциональная значимость эпифиза еще не определена. Возможно, его деятельность влияет на все гипоталамо-гипофизарные гормоны, а также на иммунную систему. К известным функциям эпифиза относят торможение полового развития и сексуального поведения, а также роста опухолей. Наиболее активно выработка мелатонина происходит у детей; по достижении половой зрелости она снижается.

Согласно опытам, препарат, представляющий собой экстракт мелатонина, увеличивает среднюю продолжительность

жизни животных на 20–25 %. Неудивительно, что многие исследователи проявляют большой интерес к этому потенциальному «эликсиру молодости» для человека.

Щитовидная железа

Это самая крупная железа внутренней секреции. У здорового взрослого человека ее масса составляет 20–30 г (с возрастом уменьшается). Железа получила свое название от щитовидного хряща и ничем не напоминает щит. Это непарный орган, расположенный на шее и состоящий из двух долей, соединенных узким перешейком.

Щитовидная железа вырабатывает гормоны, участвующие в регуляции обмена веществ и процессов роста, – *тироксин, трийодтиронин, тиреокальцитонин*. Они повышают интенсивность обмена веществ, уровень потребления кислорода органами и тканями. Биологическое действие тиреокальцитонина заключается в обеспечении правильного обмена кальция.

Регуляция функций железы осуществляется гипоталамусом. В свою очередь, гормоны щитовидной железы оказывают воздействие на функциональное состояние передней доли гипофиза. Выработка гормонов зависит от различных факторов: деятельности других желез внутренней секреции (передней доли гипофиза, надпочечников, гонад) и поступления йода с пищей. На производство гормонов влияет

также температура окружающей среды, различные эмоциональные и физические раздражители.

Гормоны щитовидной железы оказывают разностороннее действие на организм. Они необходимы для развития мозга и нервной системы у детей; регулируют созревание тканей и органов, определяя их функциональную активность, рост и обмен веществ.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.