

Тезисы лекции.
Тема.
Климатерический
период.



ПЛАН:

1. Определение климактерия.
 2. Периоды климактерия.
 3. Типы специфических расстройств.
 4. Типы реакций на менопаузу.
 5. Климактерический синдром.
 6. Методы профилактики КС.
 7. Периоды жизни мужчин.
 8. Особенности физиологии и психологии мужчин.
- 

1. Климактерий

Климактерий - это период жизни, который характеризуется общими возрастными инволюционными нарушениями в организме, на фоне которых происходят возрастные климактерические изменения репродуктивной системы.



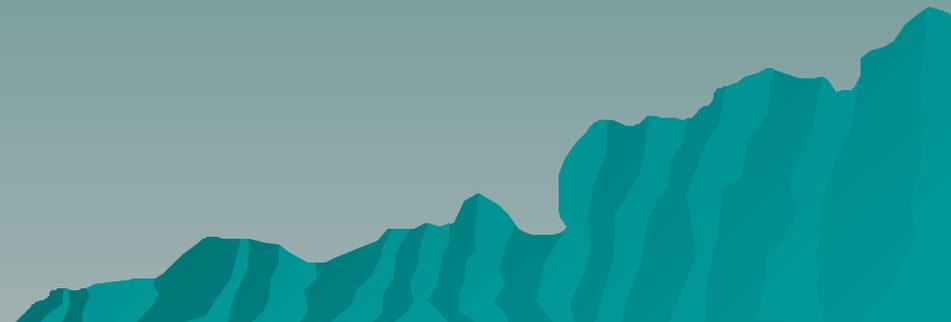
Климактерий

Климактерий - от гр. climacter - ступень лестницы.

КП - период физиологической перестройки организма, заключающийся в естественном, постепенном снижении половой функции.

Климактерий

Климакс наблюдается как у женщин, так и у мужчин. У женщин он протекает острее и довольно бурно, у мужчин - мягче и длительнее.



Климактерий



У мужчин в яичках уменьшается число клеток, вырабатывающих половые гормоны, в результате снижения содержания последних в крови, нарушается согласованная деятельность желез внутренней секреции, что ведет к расстройству той или иной функции организма.

Климактерий

Чаще всего нарушается деятельность сердечно-сосудистой системы: могут отмечаться сердцебиение, боли в области сердца, ощущение пульсации в голове, головокружение, повышение кровяного давления.

A stylized, dark teal silhouette of a mountain range is positioned in the bottom right corner of the slide, extending from the right edge towards the center.

Климактерий

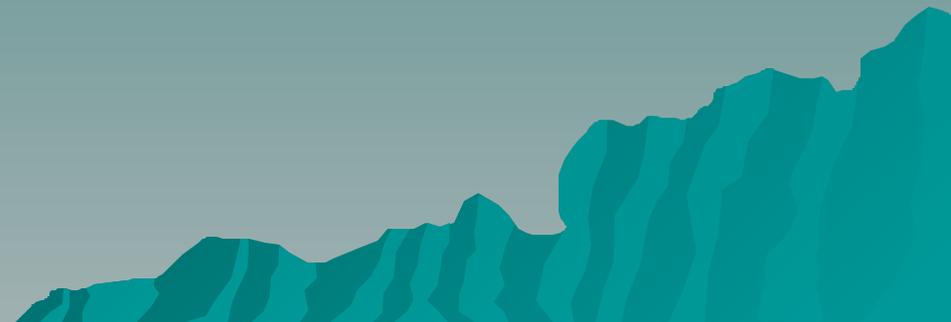
Иногда слабеет память, снижается работоспособность. Возможны бессонница, чувство беспокойства, злоупотребление никотином, ипохондрия, гипертония, снижение интереса к сексу, повышенная склонность к импульсивным поступкам, эгоцентризм.

Климактерий

У женщин наступление климакса связано с возрастными функциональными изменениями в системе гипоталамус - гипофиз - яичники.

Климактерий

Они выражаются в постепенном угасании менструальной функции, проявляющемся в увеличении промежутков между менструациями и постепенном их прекращении.

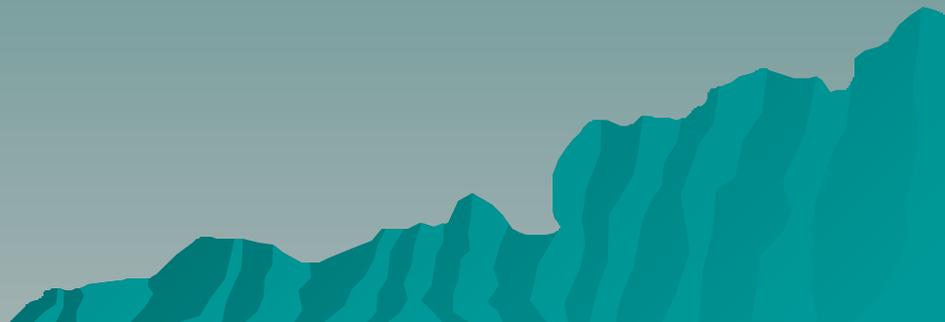


Климактерий

Объясняется это тем, что к 45-50 годам в тканях гипоталамуса возникают возрастные изменения. В яичниках перестают созревать яйцеклетки, истончается слизистая оболочка матки.

2. Периоды климактерия.

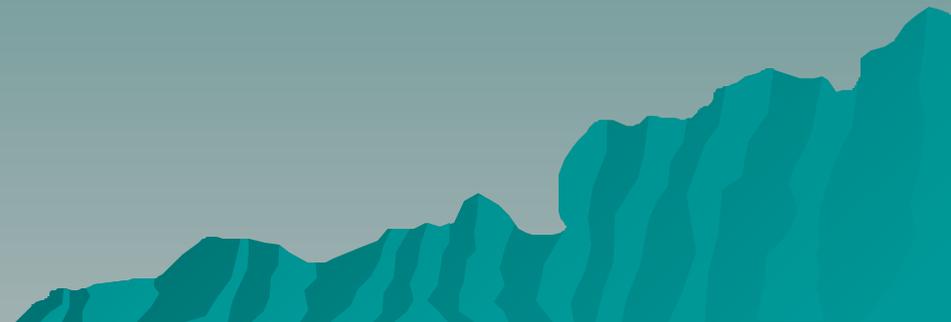
Выделяют две основные фазы климактерического периода пременопаузу и постменопаузу, которые разделены менопаузой.



Периоды климактерия.

Пременопауза - начальный период снижения функции яичников, она характеризуется увеличением частоты ановуляторных циклов,

изменением длительности
менструального цикла и количества
крови, теряемой во время
менструации. Продолжительность
варьирует от 2 до 10 лет.

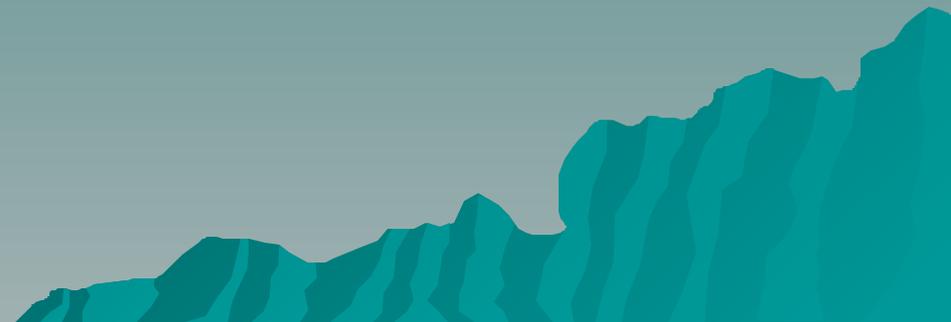


Периоды климактерия.

Пременопауза заканчивается *менопаузой* - это период, когда отмечается последнее менструальное кровотечение, обусловленное гормональной функцией яичников.

Периоды климактерия.

Точную его дату можно определить не ранее, чем через год после прекращения менструации.



Периоды климактерия.

Постменопауза длится от последней менструации до полного прекращения функции яичников. Эта фаза предшествует наступлению старости, длительность 6-8 лет.

Периоды климактерия.

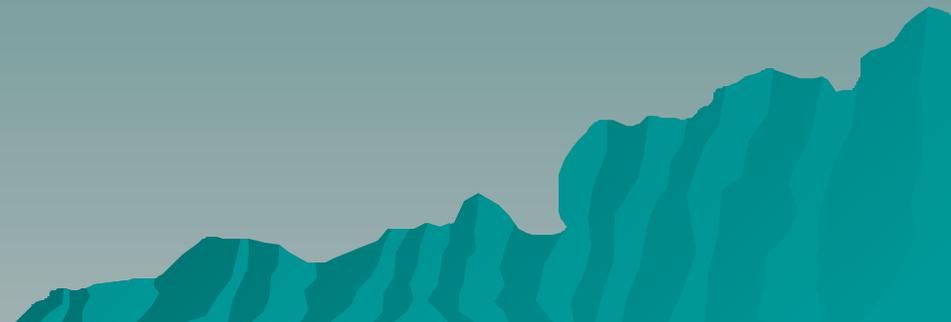
Клинические признаки старения у здоровой женщины при физиологическом течении КП начинают более четко проявляться в увеличении отложения подкожного жира.

Периоды климактерия.

Более выражены общие возрастные изменения в постменопаузе. На коже появляются пигментные пятна "пятна старости", седеют и редеют волосы, ногти на руках и ногах становятся ломкими, разрушаются зубы, ухудшаются слух и зрение.

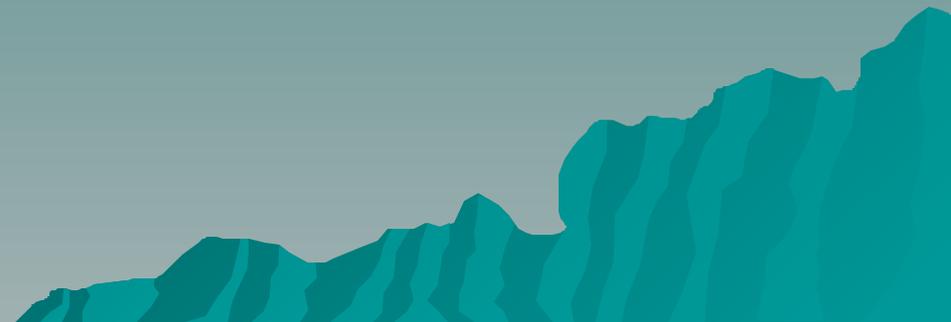
Периоды климактерия.

Уменьшается мышечная сила, точность и быстрота движений, жизненная емкость легких, повышается чувствительность к изменению температуры окружающей среды и перемене климата.



3. Типы специфических расстройств.

В климактерическом периоде возникают специфические расстройства.



Типы специфических расстройств.

К ним относятся:

1. Вазомоторные нарушения - приливы жара, потливость, колебания АД, сердцебиения;
 2. Эмоционально-психические - раздражительность, плаксивость, нарушения сна, склонность к депрессии;
- 

Типы специфических расстройств.

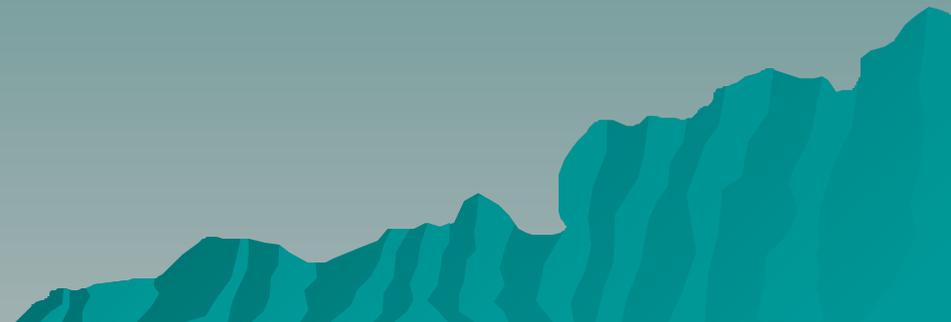
3. Урогенитальные - характерные для постменопаузы сухость вульвы и слизистой влагалища (сенильные кольпиты), учащенное мочеиспускание;

Типы специфических расстройств.

4. Эндокринные - нерезко выраженные признаки гипотиреоза, сухость кожи, чувство зябкости и даже озноб, сонливость, слабость.

Типы специфических расстройств.

Гиперкортизизм более низким голосом, пористостью кожи лица, прыщи, гирсутизмом (мужской тип оволосения у женщин).



Типы специфических расстройств.

Все эти нарушения возникают на фоне дефицита женских половых гормонов и проявляются с различной интенсивностью.



4. Реакция женщины на изменения происходящие в организме.

Реакция женщины на прекращение менструации зависит от типа ее нервной системы, а также от материального благополучия, семейного положения, наличия детей, здоровья членов семьи, трудоспособности и т.д.

Реакция женщины на изменения происходящие в организме.

Различают 4 типа реакций на менопаузу:

1. Пассивная реакция (5-10%) - принятие климакса как неизбежного явления (чаще на селе).

Реакция женщины на изменения происходящие в организме.

2. Невротическая реакция (8-15%) - своеобразное "сопротивление" процессам старения. Часто возникают нейропсихические СИМПТОМЫ.

Реакция женщины на изменения происходящие в организме.

3. Гиперактивная реакция (5-10%) -
неприятие женщиной происходящих
в организме изменений.
Фиксируют внимание на
общественной жизни, спорте,
работе, моде.

Реакция женщины на изменения происходящие в организме.

4. Адекватная реакция (60-70%) - хорошо приспособливаются к гормональным и социальным изменениям. Чаще счастливы в семейной жизни, имеют хороших детей, любимую работу.

Реакция женщины на изменения происходящие в организме.

К климаксу нужно быть готовым.
Необходимо выработать разумное,
критическое отношение к своему
состоянию.

Реакция женщины на изменения происходящие в организме.

Несдержанность, тревожные метания, хаотическое самолечение могут привести к тому, что временно возникшие нарушения перейдут в стойкое заболевание.

Реакция женщины на изменения происходящие в организме.

При появлении климактерических расстройств нужно обратиться к врачу. Современная медицина располагает богатыми выбором:

- 1) немедикаментозных средств,
- 2) медикаментозных средств,
- 3) гормональных средств.

Реакция женщины на изменения происходящие в организме.

Женщинам в этот период следует не реже одного раза в шесть месяцев посещать врача - гинеколога для профилактического осмотра, т.к. в КП нередко возникают различные гинекологические заболевания.

Реакция женщины на изменения происходящие в организме.

Для сохранения здоровья в период перестройки организма важно вести здоровый образ жизни, соблюдать правила гигиены, режим труда и отдыха, по возможности больше бывать на воздухе.

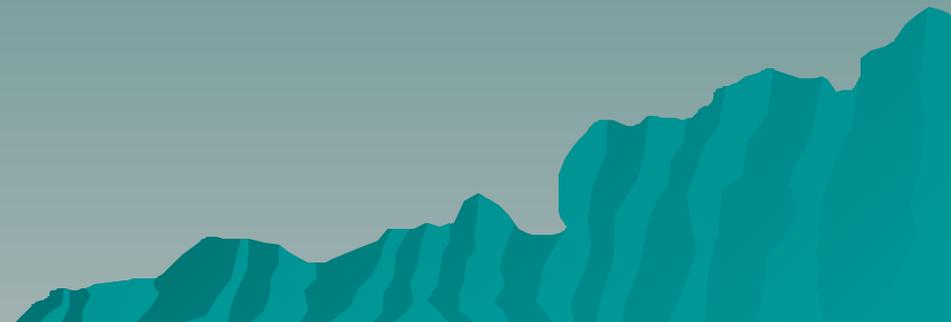
Реакция женщины на изменения происходящие в организме.

Полезны прогулки перед сном, обтирания холодной водой, прохладный душ. Рекомендуется пища богатая витаминами (овощи, фрукты).



5. Климактерический синдром.

В любой момент физиологический климактерий может стать патологическим (от греч. Patos - болезнь). Частота патологического климактерия колеблется от 25% до 50%.

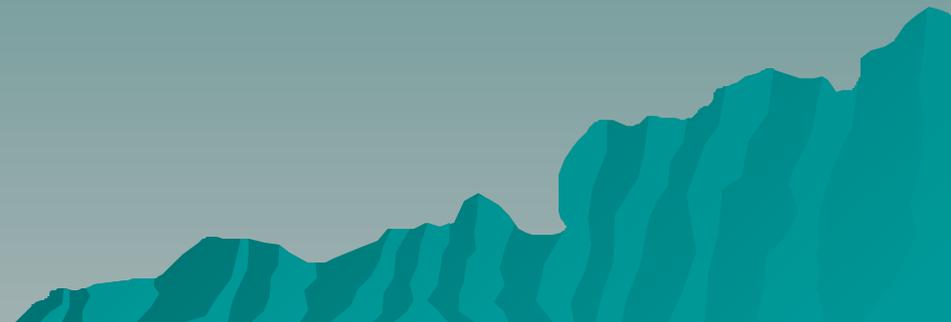


Климактерический синдром.

При патологическом течении КП у 65-70% женщин возникают КС. Клиническая картина КС крайне разнообразна. У 30-35% климактерические маточные кровотечения.

Климактерический синдром.

КС - результат неадекватной адаптации стареющего женского организма к возрастному снижению яичников.



Климактерический синдром.

Различают **типичную** форму КС - характеризующуюся помимо возрастного нарушения менструальной функции, "приливами" жара к голове и шее, патологической потливостью, головными болями, головокружением;

Климактерический синдром.

атипичную форму-характеризующуюся нарушением ритма сна, раздражительностью, потливостью, ухудшением памяти и значительным снижением работоспособности, повышением аппетита, приступами бронхиальной астмы и т.д.

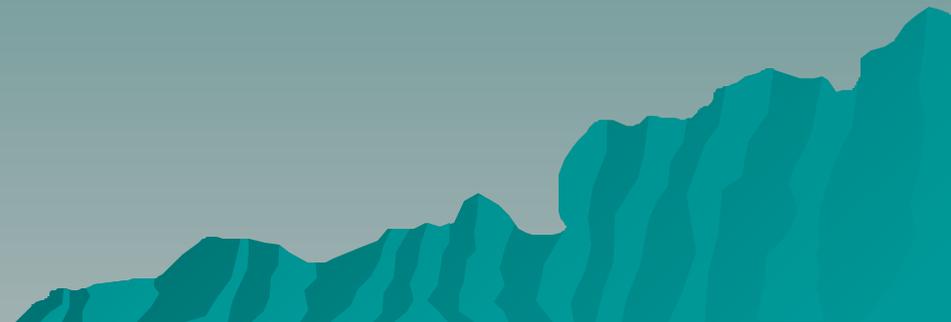


Климактерический синдром.

Факторами влияющими на возникновение КС являются тяжелые условия жизни, в том числе в детские и юношеские годы, высокая частота инфекционных заболеваний в препубертатном возрасте,

Климактерический синдром.

соматические заболевания (колиты, язвенная болезнь, заболевания ССС), плохие условия труда, отсутствие гармонии в семье, наследственные факторы,



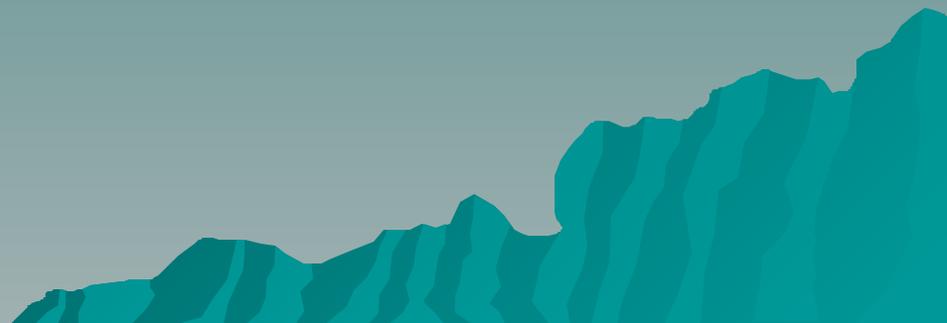
Климактерический синдром.

стрессовые или длительные
психотравмирующие ситуации,
воздействие внешней
(экологическая обстановка) и
внутренней среды,

A stylized silhouette of a mountain range in shades of teal and blue, located at the bottom right of the slide.

Климактерический синдром.

наркомания, алкоголизм,
табакокурение, нарушение
здорового образа жизни,
пренебрежение занятиями
физкультурой и спортом.



6. Методы профилактики возникновения КС.

Исходя из представления о жизни как о непрерывном процессе, необходимо учитывать, что в этой непрерывности есть "критические" периоды.

Методы профилактики возникновения КС.

Они не только определяют жизнедеятельность организма на данном отрезке времени, но также оказывают влияние на последующие периоды жизни.

Методы профилактики возникновения КС.

КП - является отражением всей предшествующей жизни - внутриутробного периода, периода раннего детства, препубертатного, пубертатного периодов, наконец, репродуктивного.

Методы профилактики возникновения КС.

Поэтому профилактика заболеваний в КП должна начинаться еще до наступления беременности и проводиться в течение всей последующей жизни.

Методы профилактики возникновения КС.

Сущность профилактики заключается в своевременной диагностике, проведении обоснованного лечения заболеваний в каждом периоде жизни до полного излечения.

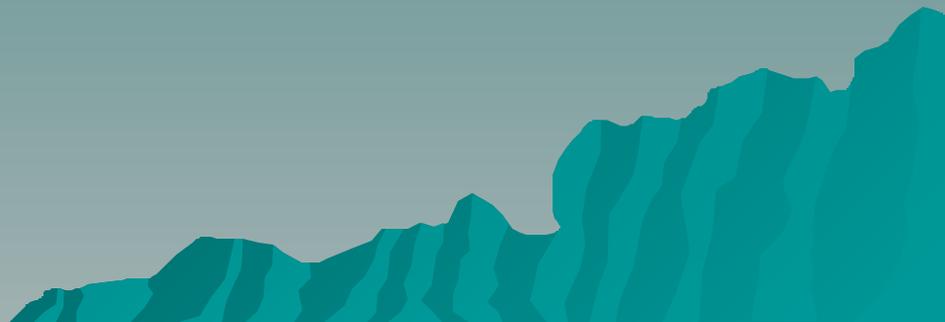
7. Периоды жизни мужчины.

Мужчины на протяжении своей жизни переживают ряд возрастных изменений.

1. Становление. (21-35 лет)
мужчина направляет свои усилия на то, чтобы найти работу, жениться и обзавестись семьей.

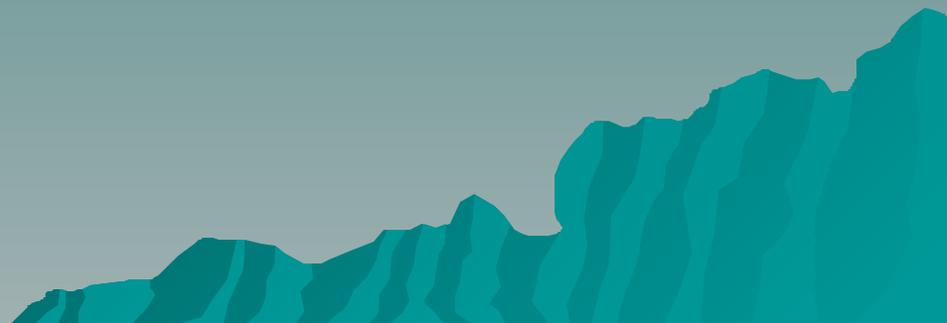
Периоды жизни мужчины.

2. Стабилизация. (35-40-43).
Мужчина закрепляет достижения
предыдущего периода.



Периоды жизни мужчины.

3. Критическое десятилетие.
(40-45-55). Мужчина чувствует приближение среднего возраста и переживает психические и физические страдания.



Периоды жизни мужчины.

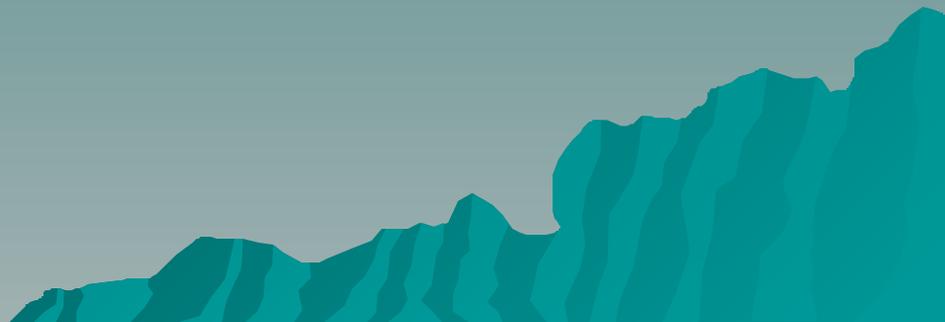
Качество оставшейся жизни определяется в этом периоде (мужская менопауза или андропауза). Возможные критические последствия - алкоголизм, связь с любовницами, развод.

Периоды жизни мужчины.

4. Равновесие. (50-65). Для тех, кто решил проблемы предыдущего периода, годы могут быть приятными. Для тех, кто не решил проблем, это время может быть мучительным.

Периоды жизни мужчины.

5. Пенсионный период. Время удовлетворенности и покоя... или обиды, разочарования и страха.



8. Особенности физиологии и психологии мужчин.

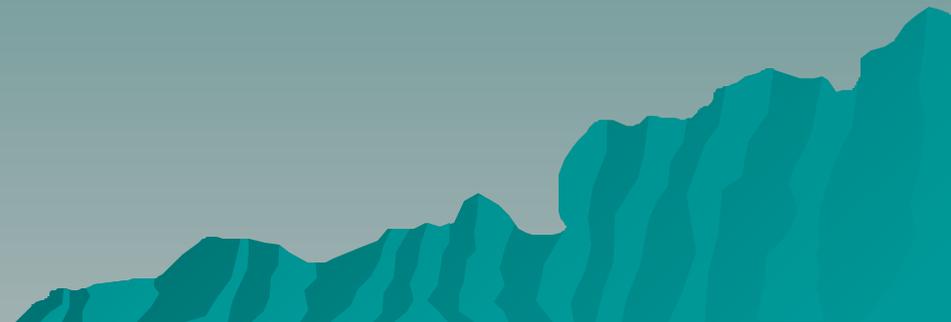
Замечено, что мужчины чаще разочаровываются в своих женах, чем женщины в своих мужьях. Просто женщины прозорливее и проницательнее мужчин.



Особенности физиологии и психологии мужчин.

Большинству мужчин отцовство не доставляет такой радости, как женщине материнство.

Оказывается, они иначе представляли свою жизнь после рождения ребенка.



Особенности физиологии и психологии мужчин.

С утратой второго заработка и расходами на ребенка жизненный уровень семьи, как правило, снижается. Отцовство - не самая важная роль в жизни мужчины. В периоде становления его манит блестящая карьера и успех.

Особенности физиологии и психологии мужчин.

Единственное, где он может проявлять себя - это работа.

Мужчины считают само собой разумеющимся, что их работа, их карьера и их потребности стоят на первом месте. И их видимо нельзя за это винить.

Особенности физиологии и психологии мужчин.

Джой Бразерс «Что каждая женщина должна знать о мужчинах»

1. Через 6 недель после оплодотворения начинают развиваться яички.
 2. Большинство выкидышей - мужские зародыши.
 3. Мужской организм более хрупкий, чем женский.
 4. Мужчины реже обращаются к врачам и реже принимают витамины.
- 

Особенности физиологии и психологии мужчин.

5. Антрополог Эшли: "В биологическом смысле женщина в целом более совершенна, чем мужчина. Женщина лучше, чем мужчина переносит всякого рода обстоятельства, истощающие силы: голод, опасность, усталость, стрессы, болезни и т.д.



Особенности физиологии и психологии мужчин.

По своей конституции женщина сильнее мужчины, и только мускулы у нее слабее. Ее жизнеспособность выше, у нее большая продолжительность жизни (≈ 8 лет)."



Особенности физиологии и психологии мужчин.

6. Но при этом миром правят мужчины. Общий уровень физических и умственных показателей большинства женщин выше, чем те же показатели большинства мужчин.

Особенности физиологии и психологии мужчин.

Но индивидуальные показатели "лидеров" или выдающихся людей среди мужчин выше, чем у женщин.

