


**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 ( $\approx 8$  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.

