

Dismenoreea sau durerea din timpul scurgerilor menstruale

By *cezara*

Created 12/23/2008 - 23:21

Aspirin or Ibuprofen are usually adequate to reduce menstrual pain, however oral contraceptives may be prescribed to regulate hormone levels



Ce este dismenoreea?

Dismenoreea reprezinta menstruatia insotita de durere. Majoritatea femeilor au, ocazional, o oarecare dismenoree. Aproximativ 7 % dintre femei prezinta dureri atat de intense incat ele sunt nevoite sa-si intrerupa munca cu regularitate. Ea este perceputa ca o "crampa" in zona inferioara a abdomenului si poate incepe cu cateva zile inainte sau chiar la aparitia sangerarii menstruale.

Care sunt cauzele dismenoreei?

- excesul de prostaglandine - prostaglandinele sunt mediatori chimici prezenti in peretele uterin, responsabili de declansarea contractiilor uterine care duc la eliminarea fragmentelor de mucoasa uterina (menstruatie). Concentratia prea ridicata a acestor substante duce la contractii mai puternice si, in concluzie, mai dureroase
- tulburari hormonale - se pare ca progesteronul, care apare dupa ovulatie, ar avea un rol in provocarea durerii. De asemenea, un dezechilibru estrogen-progesteron poate fi responsabil de aparitia durerilor menstruale
- afectiuni ale organelor genitale - endometrioza, fibrom uterin, polip uterin, boala inflamatorie pelvina sau conformatia uterului (uter retrovers)

Care sunt tipurile de dismenoree?

- Dismenoree primara

Dismenoreea primara se manifesta in primii ani de dupa prima sangerare menstruală după care durerile menstruale se pot atenua și dispărea. Uneori dismenoreea primara se manifesta pana la prima sarcina. Durerile au caracter de crampa, fiind asemanatoare cu contractiile din cursul travaliului. Uterul este un organ muscular, contractiile fiind o urmare a activitatii sporite a muschiului. Aceasta inseamna ca din cauza cresterii presiunii intrauterine vasele care iriga uterul sunt comprimate si aportul de sange prin ele scade. Sangele transporta oxigen si alte substante nutritive la toate tesuturile din organism; daca, dintr-un motiv oarecare, aportul este insuficient, apare durerea.

Durerea poate fi cauzata de secretia intrauterina a unor substante chimice, numite prostaglandine. Acestea au fost gasite in uter in cantitate foarte mare si unele din ele intensifica activitatea muschiului uterin, cu descresterea afluxului sanguin si dureri consecutive. Cantitatea intrauterina a

Dismenoreea sau durerea din timpul scurgerilor menstruale

Published on Sanatate, medicina, tratament (<http://www.i-medic.ro>)

prostaglandinelor este mai mare la femeile cu dismenoree decat la cele fara dureri. Prostaglandinele nu sunt insa cauza durerilor in toate situatiile; la unele femei mai sunt implicate, probabil, si alte substante.

- Dismenoree secundara

Dismenoreea secundara se manifesta de cele mai multe ori mai tarziu in viata si apare din cauza unor probleme de ordin fizic care afecteaza organele genitale - endometrioza, fibrom uterin, polip uterin, boala inflamatorie pelvina, anomalii congenitale, stenoza (stramtarea) colului uterin, dispozitivele intrauterine sterilizante.

Anomaliile congenitale sunt defecte de structura ale uterului cu care se naste copilul. Daca scurgerea sangelui menstrual este blocata intr-un fel oarecare, uterul se forteaza exagerat ca sa invinga blocajul, ceea ce poate intensifica durerea. Asemenea fenomene se observa in stenoza cervicala (stramtarea colului uterin) care poate fi si o consecinta a unei interventii chirurgicale, provocand durerea menstruală.

Fibroamele uterine sunt tumori benigne (necanceroase) ale muschiului uterin, afectandu-i contractiile. Cauza exacta nu este sigura pentru ca multe femei cu fibroame uterine nu au dureri menstruale.

Infectiile pelviene maresc, in general, cantitatea de prostaglandine (substantele chimice, generatoare de durere, gasite in uter) producand si alte substante care pot provoca durerea si probabil din aceasta cauza femeile cu infectii pelviene au adesea dureri menstruale. Aceasta ar putea fi valabil si in cazul femeilor cu endometrioza si ar explica partial de ce multe femei cu sterilet intrauterine au adesea dureri menstruale, desi s-ar putea ca in acest din urma caz prezenta unui corp strain sa fie iritanta pentru uter.

Tratament

Tratamentul in cazul menstruatiilor dureroase (dismenoree) este direct legat de cauze si particularitatile organismului - administrarea de substante antispastice, substante antiinflamatoare, substante hormonale sau alt tip de interventii.

Posibilele probleme legate de dereglarea balantei hormonale pot fi analizate de un medic specialist endocrinolog. Posibilele probleme legate de o anomalie de forma sau de pozitie a uterului pot fi investigate de un medic specialist ginecolog. Ideal ar fi ca acesti doi medici specialisti sa colaboreze pentru gasirea cauzei si rezolvarea problemei tale. Pilulele contraceptive orale constituie un tratament foarte eficace, mai ales la femeile care doresc sa evite sarcina. Menstrele decurg mai usor si, virtual, fara dureri. La nevoie se pot asocia cu medicamente, dupa sfatul medicului ginecolog. In paralel, sunt indicate si cateva solutii pentru scaderea intensitatii durerilor:

- bai calde si lungi,
- pozitionarea orizontala si sustinerea picioarelor ridicate usor,
- masajul usor al zonei dureroase,
- renuntarea la tampoanele interne in favoarea absorbantelor externe,
- folosirea unei lenjerii comode, lejere,
- exercitiu fizic usor,
- mersul pe jos si chiar jogging usor,
- alimentatie bogata in legume si fructe, usoara,
- administrarea de suplimente nutritive cu 7 - 10 zile inainte de ciclu.

- [Menstruatia](#)

Source URL:

<http://www.i-medic.ro/sanatate-feminina/menstruatia/dismenoreea-sau-durerea-din-timpul-scurgerilor-menstruale>