

# Vědomostní dotazník č. 4/2021

Tentokrát předkládáme situaci ženy prožívající stres z diagnózy cysty. Trápí ji dosud nenaplněná touha po dítěti. Cykly má z principu nepravidelné, v tomto cyklu se objevily bolesti podbřišku, proto byla odeslána na ultrazvukové vyšetření břicha. Tam byl popsán útvar cca 2,5 cm na levém vaječníku.

Kazuistika:

Klientka přichází se záznamem cyklu číslo 10, který trvá dle ní poměrně dlouho. Hlenový obraz se různě střídá, již podruhé se objevila epizoda pocitů mokra, ale vysloveně tekutý hlen v tomto cyklu neviděla. Teploty dle ní "hopsají", snad nyní v těchto dnech jdou nahoru, ale není si jistá. Navíc se objevily bolesti podbřišku, proto byla praktickým lékařem odeslána na ultrazvukové vyšetření břicha. Tam byl popsán cystický útvar o průměru 2,5 cm.

CENAP kontaktovala poprvé asi tak před půl rokem, kdy se již začala sledovat dle STM a hledala další podporu v její situaci, když miminko nepřichází. Již dříve mívala různě nepravidelné cykly, které jí gynekolog "srovnával" Utrogestanem od 16. dne cyklu. Utrogestan doma má.

Klientka začíná být nejistá. Má informace, že si má nasazovat gestagen až když je v neplodném období, ale obává se, zda toto platí i nyní, když cyklus již trvá téměř 40 dnů. Zmátlo ji též, co vlastně bylo na ultrazvuku vidět, obává se o své zdraví.

Otázky klientky	Správná odpověď
1. Je možné, že došlo k prvnímu dni vzestupu BTT až 37. den cyklu?	Ano
2. Je možné, že v tomto cyklu byly 2 vrcholy hlenu?	Ano
3. Je možné, že by byly v cyklu 2 ovulace, a že tedy ovulace byla také v době prvního vrcholu hlenu a nedošlo k vzestupu BTT, když teploměr měří správně?	Ne
4. Je možné, že to, co lékařka viděla jako cystu, byl ve skutečnosti folikul před ovulací?	Ano
5. První Utrogestan jsem si vzala 39. DC večer. Je to správně?	Ano

<b>Otázky k vyhodnocení cyklu</b>	<b>Správná odpověď</b>
1. Podle jakého pravidla vymezíme neplodné období na začátku cyklu, a kolikátý den byl ještě poslední neplodný den na začátku cyklu?	Na začátku cyklu je prvních 5 dnů neplodných. Podle pravidla „prvních 5 dnů“ za kontroly „hlenového příznaku“ a za kontroly pravidlem „mínus 8“.
2. Který den v cyklu považujeme za vrchol hlenů vzhledem k ovulaci?	36. DC
3. Kdy došlo k prvnímu dni vzestupu BTT?	37. DC
4. Na jaké úrovni je linie?	36,85°C
5. Kdy byl potvrzený vzestup BTT?	39. DC
6. Kdy končí plodné období?	39. DC večer

<b>Doplňující vědomostní otázky</b>	<b>Správná odpověď</b>
1) Klientka se obává, že v cyklu již proběhla ovulace dříve a nyní byla patrná cysta. Jak byste jí vysvětlili její situaci? Napište alespoň 3 podněty.	Ovulaci v cyklu prokážeme potvrzeným vzestupem BTT a změnou kvality hlenů. K ovulaci může v cyklu dojít jen jedenkrát. Do 39. DC není potvrzený vzestup BTT, první den vzestupu BTT v tomto cyklu je 37. DC. Cysta je z principu opouzdřený útvar, který může být naplněný tekutinou. Folikul je též cystický útvar, v době před ovulací o průměru 2 - 2,5 cm.
2) Co byste doporučili obecně, aby se vzniku cyst předcházelo, na co se případně zaměřit? Napište alespoň 3 podněty.	1) Vitaminy skupiny B, kvalitní zdroje hořčičku, z potravinových doplňků Sarapiss plus 2) Gestageny v neplodném období dle STM 3) Vyvarovat se tzv. ženských čajů s kontryhelem 4) Vyvarovat se stresů, úprava režimu a životního stylu, spaní v zatemněné místnosti
3) Jak velký bývá dominantní folikul v době před ovulací?	Okolo 2 cm až 2,5 cm
4) Do kdy by se měl správně v tomto cyklu užívat Utrogestan a kdy by si dle metodiky NAPROHELP měla paní dělat ráno gravitest? Napište konkrétní datum.	Utrogestan se dle doporučení užívá 12 dnů od potvrzeného vzestupu. Tento dvanáctý den ráno si udělat gravitest – tedy 2. 8.
5) Pokud by gravitest byl pozitivní, jak dlouho dle metodiky NAPROHELP by žena měla ještě Utrogestan užívat?	Utrogestan na podporu žlutého tělíska se užívá alespoň do 12. týdne těhotenství, případně až do 14. týdne těhotenství.