

Vědomostní dotazník č. 5/2020

Kazuistika:

Klientka přichází pro nenaplněnou touhu po dítěti, kdy má pocit krátkých cyklů s dlouhým krvácením. Postupně upřesňuje, že před tím užívala hormonální antikoncepci, 9 let, antikoncepce vysazena před 1,5 rokem. Po vysazení hormonální antikoncepce 4 měsíce nebylo žádné krvácení, pak přicházela krvácení zhruba o 3 týdnech s tím, že i mezi těmito krvácení občas bylo slabé špinění.

Doporučeno sledovat se dle STM, začít užívat Sarapis plus a kvůli dlouhodobému užívání antikoncepce fin Glandincaps jako zdroj pupalkového oleje.

V prvním sledovaném cyklu byl první den vzestupu BTT 21.den cyklu, celý cyklus trval 24 dnů. Cyklus tedy sice ovulační byl, ale s druhou fází pouhé 4 dny.

Nyní přichází na kontrolu s cyklem č. 2, který začal 21.6. Potravinové doplňky začala užívat v průběhu minulého cyklu, od 10.6.

Udává méně častý výskyt krvácení a prodloužení cyklu na 28 dnů.

Předkládáme záznam cyklu č. 2, který začal 21.6.

Otázky klientky	Správná odpověď
1. Protože v předchozím cyklu byl potvrzený vzestup BTT, a předchozí cyklus trval 24 dnů, manžel se domnívá, že neplodné období na začátku cyklu bylo 4 dny. Je to tak?	Ne
2. Byl vrchol hlenu v souvislosti s ovulací 16. den cyklu, kdy bylo poprvé mokro?	Ne
3. V minulém cyklu, jak jste jej vyhodnotili, když byl první den vzestupu BTT, tak měření dosáhlo 36,5°C. Proto jsem určila jako první den vzestupu BTT 22. DC. Je to tak?	Ne
4. Manžel ale se domnívá, že je první den vzestupu BTT 19. DC. Překvapuje nás, že pak ale teplota zase poklesla. Má manžel pravdu?	Ano
5. Podle manžela plodné období končí 22. DC večer. Je to tak?	Ano

Otázky k vyhodnocení cyklu	Správná odpověď
1. Podle jakého pravidla vymezíme neplodné období na začátku cyklu, který začal 21. 6. a kolikátý den byl ještě poslední neplodný den na začátku cyklu?	Řídíme se pravidlem „prvních 5 dnů“, za kontroly pravidlem „minus 8“ a za kontroly hlenového příznaku. Poslední neplodný den byl 5. DC.
2. Který den v cyklu považujeme za vrchol hlenu vzhledem k ovulaci?	18. DC
3. Kdy došlo k prvnímu dni vzestupu BTT?	19. DC
4. Na jaké úrovni je linie?	36,3°C
5. Kdy byl potvrzený vzestup BTT?	22. DC
6. Kdy končí plodné období?	22. DC večer

Doplňující vědomostní otázky	Správná odpověď
1) Jak vysvětlíte, kdy byl první den vzestupu BTT?	Hledáme 6 nižších teplot oproti třem vyšším. Nejvyšší měření z těchto 6 nižších určuje výši linie. První vyšší může být jakkoli nad linií. Stejně tak i druhé vyšší může být jakkoliv nad linií a třetí by mělo být nejméně o 0,2°C nad linií. Pokud nelze použít základní pravidlo na potvrzení vzestupu BTT, použijeme výjimku č. 1 nebo č. 2. V tomto případě je potvrzený vzestup pomocí výjimky č. 1.
2) Jak byla dlouhá druhá fáze v tomto cyklu?	10 dní
3) Jakým mechanismem na organismus působí Sarapis plus? Uvedte nejméně 3.	Sarapis má baktericidní, virucidní účinky, podporuje přirozené procesy, zlepšuje obranyschopnost organismu, posiluje funkci vaječnicků. Působí obsahem látek (jako je mateří kašička, šalvěj, vitamín C) např. na nervový systém, tvorbu kolagenu a na hormonální systém – harmonizuje hormonální dráhy hypofýza-hypothalamus-vaječnicko-děloha a tedy podporuje cykly v ovulační a prodlužuje druhou fázi, upravuje hladinu testosteronu v krvi, činnost štítné žlázy. Snižuje hodnoty LH a FSH, doporučuje se na polycystické vaječnický a řešení/prevenci cyst. Vit. C a železo zmírňují únavu, vitamín C působí na normální psychickou činnost, železo působí na snížení únavy a vyčerpání a na hormonální aktivitu, chrom na správný metabolismus, chrání buňky před předčasným stárnutím Vitamín D a K přispívají prevenci osteoporózy. - vitamín D upravuje hladinu vápníku v krvi, podporuje funkci imunitního systému. Šalvěj působí „dezinfekčně“. Snižuje výskyt zánětů, pomáhá při bolestivé menstruaci.
4) Jakým mechanismem na organismus působí pupalkový olej- fin Glandincaps? Uvedte nejméně 3.	Podpora ovulačních cyklů, prevence rakoviny prsu a vaječnicků. Obsah kyseliny gamalinoleové v pupalkovém oleji napomáhá k uvolnění nervového napětí, při menstruačních bolestech, posiluje imunitu, antioxidantní účinky, ovlivňuje funkci jater, působí protizánětlivě. Pomáhá při napětí v prsou či při bulkách v prsou. Napomáhá správné hladině cholesterolu v krvi. prevence většiny cévních a oběhových poruch a chorob – vliv na srážlivost - doporučuje se u anginy pectoris, ischemických potíží srdce i končetin, dýchavičnosti, mravenčení v nohách i rukách, nočních bolestí nebo křečí v dolních končetinách, mozkových příhodách, studených nohou a rukou, městnání krve v dolních končetinách, otocích a bolestech v nohách, tvorbě sraženin a trombů podporuje obranyschopnost organismu, normální činnost srdce a cév, je zdrojem nenasycených mastných kyselin, má analgetický efekt. Působí příznivě na hormonální systém, stav pokožky a imunitu, zvyšuje libido už žen. Upravuje hlenový příznak, pomáhá při akné, na cysty, potíže v souvislosti s klimakteriem...
5) Co byste doporučili na úpravu délky druhé fáze? Uvedte nejméně 3 podněty.	úprava životosprávy, eliminace stresu, úprava váhy dbát na pravidelný režim a zdravý životní styl, odpočinek včetně spánku, pohyb,(v přírodě), rozvíjet zdravé vztahy, dbát na zajištění střídání světla a tmy, spát v zatemnělé místnosti, Otázka na vyšetření hormonů, především štítné žlázy. doplnění minerálních látek (Mg, vit B), z potravinových doplňků Sarapis plus a Glandincaps, případně ještě Pycnogenol, gestageny správně nasazené dle STM