Vědomostní dotazník č. 3/2023

V tomto dotazníku si připomeneme, jak nám STM pomáhá orientovat se v menstruačním cyklu, odlišit jednotlivá krvácení a především, správně stanovit délku těhotenství.

Kazuistika:

Klientka  přichází začátkem března  pro nenaplněnou touhu po dítěti, různě dlouhé nepravidelné cykly v rozpětí 30-50 dnů. Když v roce 2022 zkoušela Sarapis plus, náhle došlo k prodloužení cyklu na 70 dnů, tak již dále Sarapis neužívala.

Občas se během roku 2022 "sledovala" dle STM, ale zápisy byly poměrně chaoticky vedené, maximálně do 25. dne cyklu, do té doby nebyl nikdy potvrzený vzestup BTT.

Podpořena  k užívání Sarapis plus znovu, k tomu také manžel aby užíval kombinaci Fertilan + Pycnogenol,  diskuse o vlivu stresu na průběh cyklu.

14. 4. přichází s tím, že s manželem potravinové doplňky užívají, nicméně 21. 3. opět přišlo krvácení, záznam STM chaoticky vedený. Znovu podpořena k sledování se dle STM, zapisovat hlen, okolnosti BTT...

 20. 4. se opět rozkrvácela, podpora ke sledování se dle STM jakmile skončí krvácení, k potravinovým doplňkům paní ještě doplní  fin VitaK2D3

 10. 5. sděluje, že na začátku května byla nemocná, ale od 7. 5. začala se znovu sledovat dle STM,  diskuse, že délku cyklu budeme počítat od 21. 3.

22. 5. posílá záznam ke konzultaci, nasazen Utrogestan

1. 6. sděluje pozitivitu gravitestu

|  |  |
| --- | --- |
| **Otázky klientky** | **Správná odpověď** |
| 1. Ještě bych se vrátila k terminologii menstruace. Domnívala jsem se, že když je krvácení normální intenzity, a po měsíci, tak to menstruace je. Krvácení po 30 dnech od 21. 3., které začalo 20. 4., bylo tedy menstruační - ano nebo ne? | Ne |
| 2. Je možné, že u mne dříve docházelo ke krvácením bez proběhlé ovulace? | Ano |
| 3. Je možné, že  dříve v roce 2022 při užívání Sarapisu, byl nakonec cyklus nezvykle dlouhý vlastně správně, že v něm konečně došlo k ovulaci? V té době jsem se po celou dobu cyklu neměřila, spíš tedy vůbec... | Ano |
| 4. Byl by pozitivní gravitest už 57. den cyklu, tedy 17. 5.? | Ne |
| 5. Dne 1. 6. mám pozitivní gravitest. Mám dál užívat Sarapis plus? | Ne |

|  |  |
| --- | --- |
| **Otázky k vyhodnocení cyklu** | **Správná odpověď** |
| 1. Podle jakého pravidla vymezíme neplodné období na začátku tohoto cyklu, a kolikátý den byl ještě poslední neplodný den na začátku cyklu? Odpovězte na obě části otázky | Jedná se o první sledovaný cyklus dle STM  (nevíme, zda v předchozím cyklu byl potvrzený vzestup BTT)  Plodné období od začátku cyklu.  Není neplodné období na začátku cyklu. |
| 2. Který den v cyklu považujeme za vrchol hlenu vzhledem k ovulaci? | 55. DC |
| 3. Kdy došlo k prvnímu dni vzestupu BTT? | 55. DC |
| 4. Na jaké úrovni je linie? | 36,35°C |
| 5. Kdy byl potvrzený vzestup BTT? | 57. DC |
| 6. Kdy končí plodné období? | 58. DC večer |

|  |  |
| --- | --- |
| **Doplňující vědomostní otázky** | **Správná odpověď** |
| 1. Kdy nejdříve by se měl nasadit v daném cyklu Utrogestan, uveďte nejen den cyklu, ale i zda ráno či večer? | 58. DC večer |
| 2. Na jakém principu fungují gravitesty? Jaký typ hormonu se testuje? Kde se tvoří? | Detekují lidský choriový gonadotropin v moči – HCG, glykoproteinový hormon.  Produkuje jej trofoblast, ze kterého se pak vytváří placenta a plodové obaly. Případně je HCG tvořeno i v rámci onkologických nemocnění. |
| 3. Kdy ráno (datum, případně den cyklu) se dle metodiky NAPROHELP měl provádět gravitest. | 29. 5. 2023  69. DC |
| 4. Napište datum korigovaných posledních měsíčků, které se napíše do těhotenské průkazky. | 1. 5. 2023 |
| 5. Napište pravděpodobný termín porodu (konkrétní datum) | 8. 2. 2024  Dle těhotenské kalkulačky / lékařského programu 5.2. |