

Алевтина Корзунова

**Боль во время  
критических дней**



# Алевтина Корзунова

## Боль во время критических дней

*Текст предоставлен издательством  
[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=6060666](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6060666)  
Боль во время критических дней: Научная книга; 2013*

### Аннотация

В книге, которую вы держите сейчас в руках, подробно и доступно изложены интересующие многих представительниц прекрасного пола вопросы: является ли нормальным возникновение боли во время критических дней, можно ли с этими болями как-то бороться, как это сделать, не нанеся вреда своему здоровью? Эта книга поможет найти ответы милым женщинам на все интересующие вопросы, связанные с проблемой боли в критические дни. В ней рассказывается о наиболее часто встречающейся проблеме женщин, в ней описаны характерные особенности болей во время критических дней, и самое главное – традиционные и нетрадиционные методы лечения (в том числе лечение золотым усом) этого недуга. Книга предназначена для широкого круга читателей.

# Содержание

Введение	5
Причины и характер боли во время критических дней	7
Конец ознакомительного фрагмента.	22

# **Алевтина Корзунова**

## **Боль во время**

### **критических дней**

*Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.*

# Введение

Добрый день, уважаемые читательницы! Наступило время нашей новой встречи с вами на страницах книги. Сегодня я приглашаю милых дам поговорить об одной из самых частых проблем, которая связана с возникновением боли во время критических дней. Дело в том, что, имея обширную практику, я ежедневно встречаюсь с пациентками, у которых имеются боли во время критических дней, причем нужно отметить, у многих из них имеются нарушения и заболевания половых органов, о которых они даже не догадываются. В некоторых случаях именно наличие этих болей во время месячных является первым симптомом развивающегося заболевания. Но не хочется вас пугать милые дамы, дальше я разъясню, как же отличить боль при имеющихся заболеваниях и боль, являющуюся просто физиологической особенностью вашего организма. Тем не менее и в том и в другом случаях я постараюсь помочь вам советом, как разрешить эту ситуацию.

Я расскажу о том, как нужно следить за женским здоровьем, какие методы в домашних условиях помогут решить вашу проблему. В книге подробно изложены траволечение и другие виды терапии, наиболее эффективные в этой ситуации, которые испокон веков используются в народной медицине и актуальны по сей день.

## **Внимание!**

Данная книга не может заменить врачебной помощи. В случае возникновения серьезных симптомов окончательный диагноз может установить только врач. Поэтому рекомендую незамедлительно обращаться к специалисту, если ваше состояние вызывает у вас серьезные опасения.

# Причины и характер боли во время критических дней

Несмотря на то что менструальный цикл – самое что ни на есть привычное дело для организма любой женщины, боли во время месячных возникают у 8—80 % представительниц прекрасного пола. При этом у каждой 10-й в это время значительно снижается работоспособность, нарушаются сон и привычный распорядок дня. Хочется сказать, что для многих женщин боль во время менструации становится привычным делом, и им даже не проходит в голову, что критические дни могут протекать безболезненно. Эти женщины, приходя ко мне на прием, говорят: «моя мама и бабушка испытывали и терпели боли в критические дни, поэтому я считаю их обычным делом во время месячных». Эти женщины во многих случаях считают болезненные ощущения во время критических дней нормальным, а некоторые при исчезновении этих болей думают, что у них имеется какое-то заболевание. Хочется только позавидовать терпению этих женщин. Такой подход со стороны женщин в корне неправилен. Боли во время критических дней не только нарушают вашу работоспособность, они воздействуют в целом на весь организм, который привыкает к ожиданию ежемесячных болевых ощущений, и нарушают нормальное течение всех биологических

процессов организма, не говоря уже о том, что боли во время критических дней могут быть первыми симптомами имеющегося заболевания половой сферы, о котором вы и не подозреваете.

Некоторые исследователи считают, что практически нет ни одной девушки, которая в той или иной степени не страдала бы болезненными ощущениями во время критических дней. Именно поэтому, на мой взгляд, важными и полезными для вас будут разъяснение возможного характера болей во время критических дней, а также примеры из моей практики с целью наглядного ознакомления с возможными проявлениями и методами избавления от этих болей.

Обычно боли возникают за день или два до месячных, а также сопровождают первые два дня месячных. По характеру эти боли приступообразные, при этом они ноющие или распирающие, располагаются в низу живота, в области крестца, поясницы. Нередко болезненные месячные сопровождаются общим недомоганием, депрессией, раздражительностью. Вы можете также ощущать сонливость, потливость, головную боль вплоть до обморочных состояний, с выраженной слабостью и болью в суставах. К тому же достаточно часто имеются попутно и нарушения в системе пищеварения, что проявляется тошнотой, рвотой, жидким стулом.

Ежемесячные боли, их ожидание не может не сказаться на общем самочувствии, эмоциональной, психической сфе-

ре женщины и нередко нарушает внутрисемейные отношения, что по сути тоже является немаловажной проблемой. В связи с этим проблему боли во время критических дней нужно рассматривать не только как медицинскую, но и как важную социальную проблему женщин.

Боли в критические дни не обязательно связаны с анатомическими изменениями ваших половых органов, развивающихся вследствие заболеваний этих органов. Во многих случаях боли во время менструации возникают без наличия заболевания половой системы и носят проходящий характер (присутствуют не каждый месяц или они не одинаковы по интенсивности и характеру каждый месяц).

Боли во время месячных, не связанные с заболеваниями половой системы, чаще всего встречаются у молодых девушек и женщин после установления регулярных месячных. В такой ситуации вы ощутите возникновение боли непосредственно в первый день цикла или за несколько часов до появления кровянистых выделений. Боли при этом носят схваткообразный характер, располагаются в низу живота, отдают при этом в поясницу и внутреннюю поверхность бедер. Как уже упоминалось, вы можете почувствовать наряду с болью и другие малоприятные симптомы: тошноту, рвоту или отметить появление жидкого стула, головную боль и т. д.

Следует отметить, что все эти неприятные симптомы вы будете ощущать в течение нескольких часов, а в некоторых ситуациях и в течение одного или двух критических дней,

при условии, что не будете применять никаких медикаментозных средств, снижающих болевые ощущения.

Нужно отметить, что имеется своего рода закономерность: чаще всего такие выраженные болезненные ощущения отмечают женщины худощавого телосложения, эмоционального типа нервной системы. Такие женщины легковозбудимы, плаксивы, склонны к обморокам. Объяснить это можно тем, что за эмоции и болевые ощущения в конечном итоге отвечает нервная система нашего организма.

Тем не менее до настоящего времени до конца не ясна однозначная причина возникновения болей в критические дни. У 30 % женщин, которых беспокоит боль во время месячных, был выявлен эндометриоз в области связочного аппарата матки, яичников. В этих случаях очаги эндометриоза, как правило, очень малы и не всегда распознаются. Само по себе заболевание эндометриоз представляет собой появление очагов ткани слизистой оболочки матки – эндометрия в местах, где этой ткани не должно было быть, – на связках матки, на поверхности яичников, на петлях кишечника и брюшине, а также во влагалище и т. д.

Как правило, при наличии крупных очагов диагностируются они достаточно рано, а тогда когда эти очаги микроскопические, их диагностика затруднительна. Отсюда и возникают болевые ощущения в критические дни, причину которых ваш врач-гинеколог вам объяснить не может. А, следовательно, не может назначить необходимое в этом случае

лечение.

Схваткообразные боли во время месячных возникают в связи с сокращениями матки. Это в свою очередь вызывает нарушение кровообращения в мышечном слое матки, что и приводит к появлению болевых ощущений в критические дни. В свою очередь причины, приводящие к спастическим сокращениям мышечного слоя матки, многообразны и сложны. В первую очередь они связаны с нарушениями в синтезе биохимических веществ в организме в целом и в самом мышечном слое матки.

В частности, у женщин, испытывающих боли во время критических дней, при исследованиях было отмечено нарушение синтеза таких биохимических структур, как простагландины. Простагландины являются тканевыми гормонами. Именно они способны вызывать сокращения в мышечном слое матки и мускулатуре других органов (отсюда возникают головные боли из-за спазма сосудов; тошнота является следствием воздействия простагландинов на мускулатуру желудка и кишечника), что и вызывает болезненные ощущения в критические дни. У женщин, отмечающих боли во время месячных, простагландины в большем количестве, чем необходимо, синтезируются в организме.

Также следует отметить такой момент, что боли могут возникать и во время овуляции – при освобождении яйцеклетки и продвижении ее к полости матки для оплодотворения. Процесс овуляции происходит при регулярных месячных.

ных на 14—16-й день после окончания кровянистых выделений. Именно в этот период могут появиться все описанные болевые ощущения и другие проявления (вздутие живота, тошнота, жидкий стул и т. д.), но, как правило, ощущать их вы будете не так отчетливо, и их интенсивность меньше, чем во время критических дней.

Также имеются данные о влиянии количества прогестерона (женского полового гормона) в крови женщины на возникновение болей во время критических дней. Это связано с тем, что прогестерон способствует большему синтезу уже упомянутых простагландинов, которые, собственно, и отвечают за возникновение болевых ощущений во время месячных.

Хочу отметить, милые дамы, что все эти данные были подтверждены лабораторно при исследовании достаточно большой группы женщин, страдающих болями во время критических дней.

Для того чтобы избавиться от болей во время критических дней, я рекомендую прибегать к средствам народной медицины. Ее способы лечения (траволечение, лечение продуктами пчеловодства и т. д.) обладают более мягким воздействием на организм, они не вызывают побочных действий и привыкания к ним. К тому же это лечение вполне логично, так как в большинстве случаев болезненных месячных заболеваний половых органов не находят, так что пользоваться медикаментозными препаратами нет необходимости.

По крайней мере этого делать не стоит, потому что химическая структура последних оказывает попутно неблагоприятное действие на другие органы и системы организма (печень, почки и т. д.).

Следующий момент, на который я хотела бы обратить ваше внимание, мои дорогие читательницы, это то, что причиной имеющихся у вас болей в критические дни может послужить просто особенность вашего организма. Известно, что порог чувствительности к боли у каждого человека индивидуальный. Для кого-то боль во время родов кажется просто нестерпимой, а кому-то и почувствовать, как они говорят, ничего не пришлось. За ощущение боли в организме человека отвечает головной мозг. Именно поэтому во время болевых ощущений благотворно влияют успокаивающие препараты, в частности растительного происхождения.

Но, несмотря на то что имеется достаточно большой процент женщин, у которых боли во время месячных не связаны с патологией в половых органах, у не меньшего количества женщин на сегодняшний день боли в критические дни свидетельствуют о болезнях половой системы, и зачастую являются первыми вестниками их существования.

Дальше я постараюсь описать возможные заболевания и их симптомы, которые вы сами, возможно, просто не замечали, для того, чтобы вы сами смогли заподозрить что-то неладное в своем организме. Хочу также отметить, что пугаться возможных последствий заболевания не стоит, глав-

ное при подозрении на заболевание у себя – не затягивать процесс самолечения, а обращаться к врачу, где, возможно, ваши опасения будут развеяны или приняты более необходимые в вашей конкретно ситуации методы лечения.

В первую очередь среди заболеваний, которые очень часто проявляются болевыми ощущениями разной интенсивности в критические дни, можно назвать уже упомянутый выше эндометриоз. При наличии данного заболевания имеются и ряд дополнительных симптомов, которые вы сами у себя можете отметить, даже если раньше не обращали на этого особого внимания. Как правило, при имеющемся эндометриозе ноющие боли в низу живота присутствуют практически постоянно, правда, они могут быть выражены несильно. Во время месячных эти боли значительно усиливаются. Повторюсь: болевой порог чувствительности у каждого человека разный, поэтому болевые ощущения не всегда ощущаются как боль.

К примеру, одна женщина, наблюдавшаяся у меня какое то время именно по поводу болезненных месячных, свои боли описывала как чувство тяжести в низу живота, а во время критических дней боли у нее были колющие и непостоянные, но именно ожидание этой колющей боли доводили женщину просто до отчаяния.

Следующий момент, который хочется отметить, – то, что болевые ощущения при наличии эндометриоза длятся дольше «обычных» болей во время месячных, в течение 2–3 дней. Болевые ощущения при этом ноющего характера, эти

боли всегда отдают в область крестца и прямую кишку. К тому же в таких случаях не отмечается других проявлений, возможных при болезненных месячных, таких как рвота, тошнота, поносы, головные боли и т. д. В свою очередь может отмечаться повышение температуры, но не до больших цифр (до 37,0—37,5°C).

Эти симптомы, уважаемые читательницы, вы сами у себя можете отметить, тогда как остальное обследование должен проводить врач. Точный диагноз эндометриоза можно поставить при обнаружении места расположения и размеров очагов эндометриодной ткани, что устанавливается при специальном более тщательном обследовании. Большую диагностическую ценность в этом случае приобретает вагинальное обследование. Известно, что наиболее частым местом расположения эндометриоза является область крестцово-маточных связок и позадиматочного пространства. В связи с этим вас не должно удивлять то, что врач, к которому вы обратитесь, будет выполнять тщательное ощупывание области заднего свода влагалища, а также будет акцентировать ваше внимание на том, появляются ли болезненные ощущения при смещении им матки. Плюс ко всему определяется болезненность при ощупывании области придатков (при эндометриозе придатки могут увеличиваться в размере, и нередко при этом отмечается их неподвижность и болезненность). Расположенные в мышечном слое матки очаги ее слизистой оболочки несколько увеличивают матку в разме-

рах (особенно перед и во время месячных), при этом в момент исследования вы также можете отметить болевые ощущения при попытке врача-гинеколога сместить матку в сторону. При расположении очагов слизистой оболочки матки в ее мышечном слое нередко возникает снижение гемоглобина и количества эритроцитов (т. е. развивается анемия), что определяется при лабораторном исследовании крови.

Обращает на себя также внимание тот факт, что это заболевание для юных дам все-таки нехарактерно. А более часто оно встречается у женщин в 30–45 лет.

Сейчас вы, наверное, задаетесь вопросом, от чего же данное заболевание может возникнуть. Версий на самом деле на сегодняшний день много. Все эти теории достаточно сложны для понимания, и каждая из них имеет право на существование, причем одной главенствующей причины развития эндометриоза до сегодняшнего дня так и не определено. Достаточно точно можно сказать, что эндометриоз чаще наблюдается у женщин, перенесших в прошлом аборт, хирургические вмешательства на шейке матки, операции на матке и придатках.

Хочется отметить, что эндометриоз – далеко не единственная причина возникновения боли во время критических дней.

Боли в критические дни обычно отмечают женщины, имеющие какие-либо пороки развития матки. Причина возникновения болевых ощущений в этой ситуации связана с

тем, что из-за наличия порока развития матки в ее полости частично задерживается кровь. В дальнейшем, когда полость матки переполняется, происходит растяжение ее стенок. При этом женщина ощущает приступ боли. Редкой причиной боли во время критических дней являются пороки развития с односторонним нарушением оттока крови. Такая ситуация может быть при наличии добавочного рога матки или добавочного замкнутого влагалища, и т. д. Грубые пороки развития проявляются, как правило, в молодом возрасте. При этом болевые ощущения в критические дни имеют нарастающий характер, что заставляет женщин обращаться к врачу.

Болям в критические дни нередко сопутствует воспаление придатков, т. е. можно сказать, само воспаление является первопричиной возникновения болевых ощущений. Причем эти ощущения могут присутствовать не только во время критических дней, но и иметь место в другие дни. В ситуации, когда причиной болей во время критических дней у вас может явиться воспаление придатков, хочу отметить следующий момент, что при таком заболевании, как правило, имеются и другие проявления воспалительного процесса в организме. Вы можете отмечать повышение температуры тела, ознобы, возможно появление тошноты, рвоты или жидкого стула. Также воспалительный процесс придатков оказывает влияние на организм в целом, в частности отмечаются общий упадок сил, недомогание, головные боли и т. д. Если

вы отмечаете подобные симптомы, и боли во время критических дней носят интенсивный характер, советую вам пройти обследование у гинеколога. Современная медицина обладает достаточным арсеналом методов обследования для точного определения возбудителя воспаления, против которого в дальнейшем будет осуществляться лечение.

В большинстве случаев мучительные, схваткообразные боли во время критических дней сопутствуют доброкачественной опухоли мышечного слоя матки – миоме. Боль при этом, как правило, появляется непосредственно перед критическими днями (за несколько часов или за день) и длится на протяжении наиболее обильных выделений (первые три дня). В дальнейшем боль стихает и не беспокоит до очередных месячных. Причем боль выражена в случае, когда опухоль расположена непосредственно под слизистой оболочкой матки. В остальных случаях никаких болевых ощущений женщины практически не отмечают. Милые дамы, многих из вас пугает диагноз «миома», но на самом деле эти опухоли на протяжении жизни могут возникать и также бесследно исчезать. Поэтому все, что от вас необходимо, это проходить профилактические медицинские осмотры у гинеколога для уточнения характера роста миомы (интенсивный рост или незначительный). В ситуации, когда рост миомы незначительный, никаких методов лечения, как правило, не применяют. В такой ситуации мой многолетний опыт показывает, что хорошие результаты дает применение народных средств

лечения (траволечения, лечения продуктами пчеловодства и т. д.). В моей практике у большинства женщин, применявших траволечение, миоматозные узлы бесследно исчезали. В дальнейшем я предложу вашему вниманию полный курс лечения миомы матки лекарственными растениями и другими народными методами.

Все чаще встречающейся причиной боли в критические дни становится широкое распространение методов внутриматочной контрацепции (внутриматочных спиралей, колец). Механизм возникновения боли в критические дни при применении внутриматочной спирали очень сложен. Он связан все с теми же вышеупомянутыми простагландинами, концентрация которых в крови у женщин с внутриматочными средствами контрацепции значительно выше нормы. В такой ситуации я рекомендую посоветоваться с врачом о выборе другого метода контрацепции.

Другими причинами возникновения болевых ощущений во время месячных можно назвать разрывы листка широкой связки матки (синдром Алена – Мастерса) и варикозное расширение вен в основании этой связки и в собственной связке яичников. Боли при этом во время месячных носят намного более интенсивный характер, чем обычно, являются постоянными, не снимаются приемом лекарственных препаратов или снимаются на незначительное время. Также боли могут присутствовать и в обычные дни, причем их интенсивность различна в течение дня, зависит от физической на-

грузки. Такие боли значительно усиливаются после физических упражнений, поднятия тяжести, при длительной ходьбе. В связи с таким характером боли нужно обязательно отмечать для себя время их возникновения, длительность и способы, которые снижают интенсивность боли. Все эти сведения, возможно, в дальнейшем помогут врачу при вашем к нему обращении поставить правильный диагноз.

Возникнуть разрывы в области широкой связки матки могут разными путями: как правило, при травматических родах (при крупном плоде, стремительных родах, наложении во время родов акушерских щипцов и т. д.). В некоторых случаях возникновение данной патологии возможно во время выполнения искусственного аборта. Отсюда у женщин, перенесших в прошлом неоднократное искусственное прерывание беременности, частота возникновения болевых ощущений во время критических дней значительно выше. Тем не менее не могу сказать, что данная патология часто встречается. Наоборот, столкнуться с ней можно достаточно редко. Диагноз о наличии разрыва широкой связки матки может поставить только врач, и при подтверждении этого диагноза проводится хирургическое лечение.

Следующее заболевание – варикозное расширение тазовых вен – встречается чаще. Боли при такой патологии больше умеренные, выражены незначительно и определяются женщиной зачастую как чувство тяжести в нижних отделах живота. При этом отмечается закономерность возникнове-

ния таких болей во время критических дней, если женщина перед этим перенесла простудные заболевания, операцию и т. д.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.