

Warszawa, marzec 2010

Magiczne ziółka na kobiece problemy?

W walce z ginekologicznymi dolegliwościami część kobiet ciągle sięga po stare, „domowe” sposoby, jak np. napary z kory dębu na leczenie stanów zapalnych. Czas to zmienić. O tym, że ziołowe napary nie zastąpią wizyty u ginekologa, przekonują eksperci kampanii edukacyjnej „CoreWellness – wewnętrzna siła”.

Wiara kobiet w skuteczność ziół w leczeniu różnych schorzeń jest budowana w nich przede wszystkim przez ich mamy i babcie. Małe dziewczynki są uczone „babcinych” sposobów radzenia sobie z różnymi chorobami. Najbardziej popularnym sposobem walki np. z nietrzymaniem moczu (NTM) są nasadówki z suszu kwiatowego traw. 10% Polek sięgnęłaby właśnie po ziołowe herbatki, aby poradzić sobie z problemem NTM, wynika z badań przeprowadzonych na zlecenie marki TENA, inicjatora kampanii „CoreWellness – wewnętrzna siła”¹. O ile okłady z rumianku poradzą sobie z opuchniętymi oczami, o tyle nie wyleczą ginekologicznych dolegliwości.

Najczęstsze dolegliwości

Niektóre kobiety zamiast zgłosić się do lekarza, walczą z dolegliwością na własną rękę. Do ginekologicznych schorzeń, które kobiety najczęściej próbują wyleczyć za pomocą powszechnie dostępnych ziół, należą przede wszystkim:

- nietrzymanie moczu,
- stany zapalne dróg rodnych,
- infekcje pęcherza.

Zdaniem eksperta

Część moich pacjentek nadal wierzy, że za pomocą ziół wyleczą swoje „kobiece” dolegliwości. To mit. Zioła mogą być niekiedy uzupełnieniem procesu leczenia, ale nie jego podstawą – przekonuje prof. Włodzimierz Baranowski z Kliniki Ginekologii i Ginekologii Onkologicznej Wojskowego Instytutu Medycznego, ekspert kampanii „CoreWellness – wewnętrzna siła”. Warto pamiętać również o tym, że takie domowe kuracje jedynie opóźniają rozpoczęcie procesu leczenia i tym samym powodują, że pacjentka dłużej zmaga się z danym problemem – dodaje prof. Baranowski.

Jak się leczyć?

Każda kobieta dobrze zna swoje ciało i szybko potrafi dostrzec zmiany w funkcjonowaniu narządów rodnych czy układu moczowego. Po zauważeniu pierwszych niepokojących

¹ Ogólnopolskie badanie „Problem nietrzymania moczu a jakość życia kobiet” opracowane w lutym 2010 r. przez TNS OBOP. Badanie zrealizowano na zlecenie marki TENA, organizatora ogólnopolskiego programu edukacyjnego „CoreWellness – wewnętrzna siła”.

objawów należy od razu zgłosić się do ginekologa, ponieważ tylko on potrafi odróżnić, np. niegroźne zapalenie od początków poważnej choroby. Lekarz jest w stanie także zdiagnozować stopień i rodzaj nietrzymania moczu oraz, w zależności od rozpoznania, zalecić ćwiczenie mięśni dna miednicy lub inne działanie (np. leczenie farmakologiczne, elektrostymulacja). Warto poprosić ginekologa o wskazówki, jak prawidłowo napinać tę partię mięśni.

Darmową płytę z ćwiczeniami mięśni dna miednicy można zamówić na stronie www.corewellness.pl oraz pod numerem bezpłatnej infolinii 0 800 60 66 68 (czynna pn.-pt. w godz. 8.30 – 17.30).

Dodatkowe informacje

W Polsce na nietrzymanie moczu cierpi ok. 3 mln kobiet². Wysiłkowe nietrzymanie moczu to niekontrolowany wyciek moczu w trakcie czynności związanych z napinaniem mięśni brzucha (kaszel, kichanie, taniec, ćwiczenia fizyczne). Jedną z jego przyczyn może być osłabienie mięśni dna miednicy. Problem ten w znacznym stopniu dotyka kobiety w okresie menopauzy oraz po przebytej ciąży. Nagłaćce nietrzymanie moczu to objaw pęcherza nadreaktywnego. Pojawia się gdy występuje parcie nagłaćce na mocz. Może być spowodowane nadwrażliwością pęcherza lub zaburzeniami w unerwieniu pęcherza.

Celem kampanii „CoreWellness – wewnętrzna siła” jest edukowanie społeczeństwa na temat możliwości prowadzenia aktywnego trybu życia przez osoby dotknięte problemem nietrzymania moczu, obalenie mitów na temat nietrzymania moczu jako dolegliwości osób starszych i schorowanych oraz zachęcenie kobiet do poruszania tego tematu podczas rozmowy ze swoim lekarzem.

Patronat nad kampanią objęło Polskie Towarzystwo Urologiczne i Polskie Towarzystwo Ginekologiczne.

Organizatorem kampanii jest firma SCA Hygiene Products, producent marki TENA. Partnerem akcji sieć klubów fitness Gymnasion oraz Stowarzyszenie Osób z NTM „UroConti”.

Więcej informacji: www.corewellness.pl, www.TENA.pl

Klaudia Krupicz, kkrupicz@onboard.pl, 0 608 465 689
Anna Sarnacka, asarnacka@onboard.pl, 0 602 275 567

² U.S. Census Bureau, International Data Base.