Автор: http://www.womenhealthnet.ru
08.02.2009 11:14 - Обновлено 12.07.2009 10:48



Предменструальное дисфорическое расстройство (ПДР) - тяжелая форма предменструального синдрома (ПМС). Около 75% женщин детородного возраста подвержены ПМС. Приблизительно 2 - 10% из них страдают ПДР.

Симптомы ПДР:

* печаль, безнадежность, самоосуждение;

* напряжение, тревога;

* частая перемена настроений с приступами слезливости;

* постоянная раздражительность, гневливость, конфликтность;

* изменения аппетита с перееданием или потребностью в специфической (иногда несъедобной) пище;

* снижение интереса к привычным видам деятельности;

* трудности концентрации внимания;

* усталость, недостаток энергии, сонливость;

* соматические симптомы (напряженность или боль в молочных железах, чувство разбухания тела или прибавки массы тела, головные, суставные и мышечные боли).

* Нарушения сна (сонливость или бессонница)

Эти симптомы препятствуют профессиональной деятельности, обучению, нарушают межличностные отношения. Если перечисленные симптомы появляются за 10 - 14 дней до предполагаемого начала менструации и исчезают без вашего вмешательства, когда начинаются месячные, не исключено, что вы страдаете ПДР. Чтобы определить это наверняка, обратитесь к терапевту или семейному врачу.

Автор: http://www.womenhealthnet.ru
08.02.2009 11:14 - Обновлено 12.07.2009 10:48

Причины ПРД

Точные причины ПРД неизвестны. Гормональные изменения, предшествующие менструации, могут быть одной из причин ПРД. Пережитый стресс, депрессия и семейная предрасположенность к ПМС или ПРД также увеличивают вероятность развития этого расстройства.

Диагностика ПРД

Для диагностирования ПРД врач проверяет наличие симптомов, соотносит их с менструальным циклом и проводит осмотр. Также вам предложат заполнять специальную форму, в которой нужно отмечать симптомы в течение нескольких недель. Анализы не позволяют диагностировать ПРД.

Лечение ПРД

Лечение зависит от тяжести протекания ПРД. Если симптомы проявляются в легкой форме и причиняют особых неудобств, врач порекомендует внести некоторые изменения в рацион питания или образ жизни. В особо тяжелых случаях прибегают к лекарственной терапии.

Полезные лекарства

Некоторые лекарства, которые используются для лечения ПМС, также применяются и для лечения ПРД. Селективные ингибиторы обратного захвата серотонина помогают усилить действие серотонина, химического вещества головного мозга.

ПРД и депрессия

ПРД еще не означает, что у вас депрессия. Некоторые лекарства помогают при лечении и депрессии, и ПРД.

Время приема лекарств

Некоторые лекарства от ПРД следует принимать за 10 - 14 дней до предполагаемого начала менструации.

Другие варианты лечения

Если лекарственная терапия окажется неэффективной, врач порекомендует другие варианты лечения, в зависимости от вашего образа жизни и состояния здоровья.