



До вашего отпуска осталось всего пара недель, и вы начали ручкой вычеркивать дни в настольном календаре. Однако у каждой барышни помимо обычного рабочего календаря есть еще один, особый - с датами критических дней. Пару раз пересчитав числа заново, вы обнаружили крайне неприятный факт: отпуск совпадает с началом месячных. Что делать, если билеты куплены и изменить дату вылета невозможно?

Сразу скажем, что эксперименты со своим циклом - сложная штука. Препараты, которые вызывают ожидаемый гормональный сбой, по-разному действуют на женщин. После их применения возможны проблемы с циклом и зачатием.

Что говорят специалисты

Если вы регулярно пропиваете гормональные противозачаточные таблетки, то они также могут помочь управлять менструальным циклом. Механизм действия простой. В первой половине цикла наш организм вырабатывает эстрогены - гормоны, производимые в основном фолликулярным аппаратом яичников у женщин. А во второй половине - прогестероны, основной гормон желтого тела яичников. Действия последнего направлены на сохранение предполагаемой беременности. Так что наши месячные начинаются именно в момент, когда уровень прогестерона падает.

Чтобы изменить гормональный фон, применяются различные препараты, скажем, «Дюфастон», «Норколут» и другие. Однако перед употреблением таблеток необходима консультация врача, который назначит определенный препарат и его точную дозировку. Не забывайте, что препараты имеют противопоказания, помимо этого организм каждой женщины индивидуален!

Еще один вариант, связанный с принятием оральных контрацептивов: вы можете без перерыва пропить вторую упаковку, тем самым отменяя приход месячных. Правда, и такой эксперимент добром не кончится, если его проводить чаще двух раз в год. Положительный эффект, сопутствующий отдыху, может неприятно разочаровать после него, вызвав массу неудобств.

Автор: Маргарита Вагнер

27.08.2008 15:40 - Обновлено 27.08.2008 19:50

Народное творчество

Существуют народные средства, которые знают многие бабушки и мамы. Например, один-два лимона, съеденных за день - за три дня до даты начала месячных, отодвигают их приход на 3-5 дней.

Еще одно средство - это отвар петрушки, который выпивается в два приема по полстакана в день в течение трех-четырех дней. Он способен, наоборот, приблизить приход месячных.

При задержке месячных применяют настой из смеси корня валерианы (3 части), цветков ромашки аптечной и листьев мяты (по 4 части). Смесь заливают стаканом кипятка, настаивают и пьют в горячем виде по полстакана 2 раза в день.

На каком из методов остановиться - решать вам, но лучше всего переложить принятие решения на более компетентного человека, то есть на специалиста в области гинекологии.

Автор: Маргарита Вагнер 08.07.2008 <http://www.stylemania.ru>