



Vaš ginekolog vas vodi kroz PMS

Premenstrualni sindrom ili PMS je patološko stanje sa simptomima koji utiču na žene u reproduktivnom dobu i koje prouzrokuje različite fizičke i psihičke simptome koji se dešavaju pre menstrualnog krvarenja. PMS se definiše kao “periodično javljanje simptoma koji ozbiljno utiču na kvalitet života sa stalnim i predvidljivim uticajem do menstrualnog krvarenja”. Šta izaziva PMS? Nepoznat je uzrok PMS, ali se veruje da je povezan sa skokovima nivoa polnih hormona, prvenstveno estrogena i progesterona.

Veliki je broj simptoma PMS i njihov broj i karakteristike različite su od žene do žene i od ciklusa do ciklusa.

Uobičajeni simptomi su: otečenost; osetljivost grudi; dobijanje na težini; agresivnost; problemi koncentracije; glavobolja i bol u leđima; pojačan apetit i prejedanje; iscrpljenost i umor; emotivna preosetljivost ; razdražljivost; nespokoјstvo i teskoba tj. anksioznost; promena raspoloženja i/ili depresija.

Do 85% žena dožive ove simptome, dok kod samo 2-10% žena ovi simptomi su ozbiljni.

Dijagnostikovanje PMS

Ne postoji nijedan test za dijagnostikovanje PMS-a. Zapravo, postoje načini koji mogu pomoći vašem ginekologu da postavi dijagnozu. To su sledeći:

1. Testovi za procenu funkcije tiroidne žlezde

Pošto su neki simptomi PMS-a i bolesti štitaste žlezde, npr. dobijanje na težini, slični, ovim testovima se isključuje ili potvrđuje problem sa štitastom žlezdom.

1. PMS dnevnik



Na zahtev vašeg ginekologa možete voditi dnevnik simptoma u periodu od nekoliko meseci sa podacima o momentu javljanja, dužini trajanja i ozbiljnosti problema.

Smatra se da imate PMS ukoliko :

- Simptomi se javljaju dve nedelje pre menstrualnog krvarenja.;
- Simptomi nepovoljno utiču na kvalitet vašeg života.;
- Vaš ginekolog isključi druga oboljenja kao što su oboljenja tiroidna žlezda, migrena, sindrom iritabilnih creva, sindrom groničnog umora, depresija i dr.

