**Mięśniaki macicy – to nie koniec świata!**

**Co trzecia kobieta zapytana o to, czego najbardziej obawiałaby się, gdyby zdiagnozowano u niej mięśniaki macicy, wskazuje na strach przed brakiem możliwości wyleczenia choroby[[1]](#footnote-2). Pojawiają się także obawy natury psychologicznej – pogorszenie relacji emocjonalnej w związku czy spadek libido. Czy słusznie? Wraz z ekspertami portalu „Zdrowa ONA” – ginekologiem, prof. dr hab. n. med. Grzegorzem Jakielem oraz psychologiem, mgr Dorotą Gromnicką odpowiadamy na najczęstsze obawy kobiet.**

**Czy ja też mogę zachorować na mięśniaki macicy?**

W większości przypadków mięśniaki rozpoznaje się u kobiet w wieku rozrodczym, najczęściej około 35-45. roku życia. Nie stanowi to jednak reguły - zdarza się bowiem, że u kobiet w wieku 20 lat diagnozowane są pojedyncze mięśniaki, które mogą osiągać nawet do 10 cm. Za główną przyczynę ich powstawania uważa się zaburzenia hormonalne objawiające się zbyt wysokim poziomem estrogenu przy jednocześnie niskim poziomie progesteronu. Znaczenie mogą mieć także geny - jeśli w rodzinie zdarzały się przypadki zdiagnozowania mięśniaków macicy, warto zwrócić szczególną uwagę na regularne przeprowadzanie badań kontrolnych.

*Do zdiagnozowania mięśniaków macicy dochodzi najczęściej przy okazji przeprowadzania kontrolnego badania USG narządów rodnych. Jest to przede wszystkim spowodowane tym, że aż u 15-20% kobiet ich występowanie nie wiąże się z żadnymi niepokojącymi objawami, wskazującymi na nieprawidłowości dotyczące układu moczowo-płciowego. Dlatego tak ważne są regularne wizyty u ginekologa, które pozwalają na zdiagnozowanie mięśniaków już na wczesnym etapie ich rozwoju, co przekłada się na ich szybsze wyleczenie -* **mówi****prof. dr hab. n. med. Grzegorz Jakiel, ginekolog, ekspert programu „Zdrowa ONA”.**

**Czy choroba przekształci się w złośliwy nowotwór?**

Z badania opinii „Zdrowa ONA” wynika, że blisko 60% Polek w przypadku zdiagnozowania u nich mięśniaków macicy obawiałyby się, że choroba „przekształci się” w nowotwór3.

*To co u większości kobiet wzbudza największy lek to używanie w kontekście mięśniaków macicy określenia „nowotwór”. Dlatego warto zdawać sobie sprawę, że w przypadku mięśniaków mamy jednak do czynienia z łagodnymi guzami gładkokomórkowymi, które bardzo rzadko ulegają uzłośliwieniu. Ich leczenie nie łączy się z chemio- czy radioterapią, jak również z bezpośrednim zagrożeniem życia. Konieczne jest jednak systematyczne badanie i obserwacja mięśniaków -* **komentuje prof. dr hab. n. med. Grzegorz Jakiel.**

**Czy konieczny jest zabieg chirurgiczny?**

Co 5 kobieta obawia się skutków ubocznych leczenia mięśniaków macicy[[2]](#footnote-3). Metoda leczenia jest zależna od wieku kobiety i wielkości mięśniaków. Operacja ich usunięcia w dalszym ciągu jest najpowszechniej stosowanym sposobem leczenia, ale nie musi się ona wiązać od razu
z usunięciem macicy. U młodych kobiet, które planują macierzyństwo, najczęściej wykonuje się zabiegi takie jak, np. miomektomia laparoskopowa czy histereskopia, pozwalające na wyłuszczenie samych mięśniaków. Mało inwazyjną metodą jest także terapia farmakologiczna.

*Ocena oraz dobór odpowiedniej metody leczenia mięśniaków macicy należy przede wszystkim do lekarza, który przy jej wyborze powinien brać pod uwagę szereg różnych czynników. Jednym z nich są plany pacjentki związane z macierzyństwem. Jeśli nigdy wcześniej nie rodziła ona dziecka, bądź w niedalekiej przyszłości planuje jego posiadanie, postępowaniem leczniczym będzie operacyjne usunięcie mięśniaka. Zastosowanie przedoperacyjnego leczenia farmakologicznego np. octanem uliprystalu, zmniejsza średnicę guza i pozwala przygotować pacjentkę do zabiegu wyłuszczenie mięśniaka i czyni go mniej inwazyjnym. Dlatego podczas rozmowy z lekarzem bardzo ważna jest szczerość i dzielenie się wszystkimi możliwymi informacjami, które pomogą mu w dobrze odpowiedniej metody leczenia -* **dodaje prof. dr hab. n. med. Grzegorz Jakiel.**

**Mięśniaki macicy a samoocena kobiet**

Mięśniaki macicy to schorzenie ginekologiczne, które dotyczy sfery seksualnej i intymnej kobiety, dlatego często ich zdiagnozowanie powoduje u niej lęk i zakłopotanie. Ponadto
w niektórych przypadkach mięśniaki mogą wiązać się z występowaniem krępujących objawów, takich jak: obfite krwawienia, ból w podbrzuszu, osłabienie. Dyskomfort fizyczny
i towarzysząca chorobom ginekologicznym niechęć do dzielenia się informacjami na ich temat mogą jeszcze wzmagać u pań poczucie osamotnienia i niezrozumienia.

*Po zdiagnozowaniu mięśniaków kobiety powinny mieć dostęp do rzetelnych informacji
a także postarać się o rozmowę z kimś, kto już wie, na czym polega ta choroba i jak ją leczyć. Niewiedza i lęk mogą prowadzić do niekonstruktywnego koncentrowania się na chorobie lub do braku podejmowania odpowiednich działań, podążając za błędnym myśleniem:, „jeśli nie zastanawiam się nad problemem, to go nie ma”. Należy potraktować chorobę jak wyzwanie, które trzeba podjąć i mu sprostać. Szczera rozmowa z partnerem również może pomóc
w przekazaniu i rozwiązaniu wątpliwości oraz zrozumieniu objawów, podobnie jak zwierzenie się najlepszej przyjaciółce czy innej bliskiej kobiecie. Pamiętajmy, że skrywanie swoich lęków może powodować jedynie ich narastanie. Bardzo często tam, gdzie pojawia się niepokój, tam pojawiają się niekonstruktywne myśli, które atakują to, co dla nas ważne – poczucie własnej wartości, poczucie bezpieczeństwa czy też negatywnie wpływają, na jakość relacji z bliskimi
i przeżywaną z nimi bliskość –* **mówi mgr Dorota Gromnicka, psycholog, ekspert programu „Zdrowa ONA”.**

1. Ogólnopolskie badanie zrealizowane w ramach programu „Zdrowa ONA” zainicjowanego przez Gedeon Richter, przeprowadzone w dniach 31.10-03.11.2016 roku metodą internetowych zestandaryzowanych wywiadów kwestionariuszowych (CAWI) przez agencję SW Research. Badaniem objęto łącznie 800 kobiet w wieku powyżej 16 roku życia. [↑](#footnote-ref-2)
2. ,3 Ogólnopolskie badanie zrealizowane w ramach programu „Zdrowa ONA” zainicjowanego przez Gedeon Richter, przeprowadzone w dniach 31.10-03.11.2016 roku metodą internetowych zestandaryzowanych wywiadów kwestionariuszowych (CAWI) przez agencję SW Research. Badaniem objęto łącznie 800 kobiet w wieku powyżej 16 roku życia. [↑](#footnote-ref-3)