**Vědomostní dotazník č. 1/2025**

**Endometrióza a úspěšné řešení neplodnosti**

Březen je označován jako **měsíc endometriózy**.

Proto si připomeneme zásadní fakta k této nemoci.

Současně si znovu připomeneme **význam NAPROHELP**, ukážeme si další z úspěchů přirozené, důstojné cesty k početí dítěte.

Často se setkáváme s tlakem na užívání antikoncepce nebo případně ještě drastičtějších léků při potvrzení diagnózy endometrióza. Velice často se setkáváme s jednoznačným doporučením asistované reprodukce v případě, že si žena s diagnózou endometriózy přeje otěhotnět. Věřím, že i tato „kazuistika“ může být podporou všem, kdo s endometriózou či nenaplněnou touhou po dítěti bojují, i všem, kdo druhým chtějí pomáhat na cestě za miminkem zdraví nepoškozujícím, a současně důstojným způsobem.

Statistické výstupy o významu STM si můžete poslechnout v nahrávkách z **konference „STM v managementu života ženy“.** Nahrávku i se sborníkem je možné si objednat na https://www.cenap.cz/konferencestm

**Kazuistika:** Klientka se na nás obrátila v březnu 2017 s prosbou o řešení situace, kdy jí byla zjištěna velká cysta. V té době jí bylo 30 roků. Byla zhruba rok vdaná, již z roku 2016 měla doma Průvodce STM spolu se záznamovými tabulkami, ale dosud nechávali otázce početí „volný průběh“. Cítila se být zdravá, cykly se pohybovaly v rozpětí 26 - 29 dnů, vzhledem k „učebnicovým“ délkám si nepřipouštěla žádný problém.

Klientka podpořena začít se sledovat dle STM.

V květnu 2017 podstoupila laparoskopickou operaci, kdy byla vyoperovaná tzv. Sampsonova cysta o průměru 6 cm, nález typický pro endometriózu, což bylo i následně potvrzeno i z histologie, dále pozorováno a ošetřeno nástěnné ložisko endometriózy v malé pánvi.

Jejím gynekologem doporučena nejprve léčba spočívající v útlumu činnosti vaječníků a následně IVF. To paní odmítá a hledá jiné řešení.

U nás podpořena k NAPROHELP se zaměřením na léčbu endometriózy.

První záznamy klientka poslala až v květnu spolu s operačním protokolem, v záznamech cyklů, které trvaly 26 dnů, byla opakovaně zkrácená druhá (luteální) fáze.

Od července 2017 pod naším vedením klientka užívá v souladu s metodikou NAPROHELP Utrogestan a podporu potravinovými doplňky spolu s úpravou jídelníčku a režimovými opatřeními, doporučena též prekoncepce u muže.

Klientka ve sledovaných cyklech má problémy s hlenovým příznakem, vnímá jej minimálně

Vzhledem k problému s hlenem a  anamnéze krátkých luteálních fází doporučen hormonální screening, ten se ale již nestihl udělat, protože v prosinci klientka oznamuje pozitivní gravitest.

V daném cyklu, ve kterém došlo k početí, hlen prakticky nezaznamenala. V předchozím záznamu byl potvrzený vzestup BTT a Utrogestan nasazován dle metodiky NAPROHELP

Předkládáme záznam cyklu, ve kterém došlo k početí.

**Po úvodních otázkách, které potřebujeme k Vaší identifikaci, zodpovězte na otázky v jednotlivých blocích 1 - 3.**

4) vytiskněte si tabulky a vyhodnoťte ji tak, jak byste je vyhodnotili klientce. **Scan kompletně vyplněné vyhodnocené tabulky** pošlete spolu s odpověďmi jako přílohu mailem.

5) odpovězte na otázku, zda máte **zájem o on-line webinář** k danému dotazníku

Webinář, kde budou tabulky i správné odpovědi vysvětleny, bude v pondělí 7. 4. od 19:30

Webinář se bude nahrávat a nahrávka bude přístupná případně i těm, kdo se sice přihlásili, ale nebudou se moci webináře zúčastnit aktivně 7.4.

**Správné odpovědi** ve stručné formě budou po webináři zveřejněny na webu

Za tým Centra naděje a pomoci

MUDr. Ludmila Lázničková, gynekoložka a vedoucí organizace

Přejme Vám krásné dny.

**Identifikační údaje:**

Napište svůj email:

Uveďte své jméno, příjmení:

Kontaktní adresa (minimálně obec):

|  |  |
| --- | --- |
| **1 Otázky k vyhodnocení záznamu cyklu** | **Správná odpověď** |
| 1. Kdy začíná plodné období na začátku cyklu? |  |
| 2. Kdy došlo k prvnímu dni vzestupu BTT? |  |
| 3. Kdy byl potvrzený vzestup BTT? |  |
| 4. Kdy bylo ukončeno plodné období a začalo neplodné období po ovulaci? Uveďte i část dne, zda ráno či večer. |  |
| 5. Kdy se měl dle metodiky NAPROHELP provádět gravitest? (uveďte konkrétní datum) |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **2 Otázky k teorii STM** | **Správná odpověď** |
| 1. Vzhledem k tomu, že je u klientky minimálně hlenový příznak, v tomto záznamu cyklu dokonce hlen vůbec není zaznamenán, je to signál, že u ženy nedochází k ovulaci? |  |
| 2. Klientka říká, že nejkratší cyklus byl 26 dnů, ale nemá přesně vedené záznamy o délkách cyklů, může využít pravidlo mínus 20 za kontroly mínus 8 a hlenového příznaku? |  |
| 3. Podle jakého pravidla nastavíme délku neplodného období na začátku cyklu? Vyjmenujte pravidlo kompletně. |  |
| 4. Co to znamená krátká luteální fáze? |  |
| 5. Kdy se měl dle metodiky NAPROHELP nejdříve nasadit Utrogestan? Uveďte i část dne, zda ráno či večer. |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **3 Doplňující vědomostní otázky** | **Správná odpověď** |
| 1. Co je to endometrióza? |  |
| 1. Co je to Utrogestan? Který jiný lék se stejným účinkem můžeme ještě ženě s otevřeností k početí doporučit? |  |
| 1. Proč se při endometrióze doporučuje zařadit do jídelníčku tmavě zelenou zeleninu? |  |
| 1. Které z těchto doplňků při endometrióze doporučíme? Pycnogenol, Sarapis plus, fin glandincaps, další kvalitní potravinový doplněk jako zdroj hořčíku. Zdůvodněte indikaci jednotlivých produktů. |  |
| 1. Proč se při endometrióze doporučují kvalitní potravinové doplňky s kurkumou. |  |

|  |
| --- |
| **4 Vyplňte správně záznamovou tabulku cyklu, pošlete jako přílohu mailem** |

|  |
| --- |
| **5 Účast na webináři:**  Chcete se více dozvědět k dané problematice v rámci on-line webináře - analýzy tohoto vědomostního dotazníku -  dne  **7. 4. 2025 od 19:30 hod včetně nahrávky** Nebo jen si objednat nahrávku?  Vyberte Vaši odpověď:   * Ano - zúčastním se webináře a těším se na nahrávku z něj * Ano - poslechnu si nahrávku * Nemám zájem ani o účast na webináři ani o nahrávku |

Cena webináře/nahrávky 500 Kč, pro členy Aliance poradců 350 Kč -  bude uhrazena dle instrukcí po určení variabilního symbolu z CENAP při zaslání odpovědí nejpozději do 1.4 . a při úhradě nejpozději do 3.4.  
Při pozdějším zaslání odpovědí či pozdější platbě bude připočten manipulační poplatek 150 Kč.

Souhlasím, aby Centrum naděje a pomoci zpracovávalo  uvedené osobní údaje pro vlastní potřeby podle zákona č. 101/2000 Sb. a Obecného nařízení EU 2016/679 (GDPR) za účelem shromažďování, uchovávání, korespondence na dobu neurčitou. Beru na vědomí, že tento souhlas je dobrovolný a mohu ho kdykoliv odvolat u Centra naděje a pomoci.

Podpis - stačí uvést jméno ve wordu