

MUDr. PETR FORMÁNEK - PORADENSKÁ LINKA DÍL 8

To, proč ženy procházejí tak náhlým ukončením plodnosti, je vysvětlováno hlavně vysokým rizikem úmrtí během těhotenství a porodu u starší ženy a také faktem, že žena, která ukončila svůj reprodukční cyklus, se může věnovat péči o potomky svých dětí a tím zajistit větší šance na pokračování svých genů.

Jak jsme si výše objasnili, optimální poměr progesteronu a estrogenů má zásadní vliv na zdraví, vitalitu a duševní funkce žen. Proto se u velké části žen v tomto období objevují více či méně závažné klinické obtíže. Mezi ty „mírnější“ patří únava, poruchy spánku, nervozita, podrážděnost, bolesti hlavy, pocit napětí v prsou, návaly horka a nevysvětlitelné pocení. K těm závažným patří atrofie sliznic, zvláště pohlavního ústrojí, což má negativní vliv na prožívání pohlavního života, s tím souvisí i problém inkontinence, kdy dochází k nekontrolovanému úniku moči. U některých žen významně ubývá kostní hmota, vzniká osteoporóza a hrozí komplikované zlomeniny. Typická je zlomenina krčku kyčelního kloubu při upadnutí. Nejzávažnější jsou však kardiovaskulární onemocnění (infarkt myokardu, mrtvice) a rakovina prsu, děložní sliznice a tlustého střeva – to jsou nečastější příčiny úmrtí v západní civilizaci. Při zvážení těchto faktů není divu, že konvenční medicína přišla s postupem, jak tento stav u žen „léčit“. Proto byla odborníky navržena substituční hormonální terapie, která vhodně zapadala do tržní strategie farmaceutického průmyslu. Substituce (náhrada) se prováděla zpočátku „sólově“ syntetickými estrogeny, později kombinací syntetických estrogenů a progestinů (syntetická analoga progesteronu). Brzy se však ukázalo, že syntetickým napodobeninám ženských hormonů – zvláště progestinům – schází vnitřní fyziologické výhody přírodních hormonů, což se projevuje častým výskytem nežádoucích vedlejších efektů, které si co do závažnosti vůbec nezadají se zdravotními komplikacemi menopauzy – opět gynekologické nádory a tromboembolická onemocnění (např. mrtvice, plicní embolie). Zároveň se snahou farmaceutického průmyslu a zainteresovaných či nevzdělaných lékařů (přemýšlím, která varianta je horší...) bagatelizovat nežádoucí účinky se začal zvedat stále silící hlas aktivistických skupin. Ten ve své extrémistické formě tvrdil, že menopauza je přirozená (což je pravda) cesta pro osvobození žen od „estrogenového jha“, kterého muži využívají k ovládnutí žen. Uprostřed těchto názorových proudů samozřejmě byly a jsou ty rozumné „zlaté střední“. O nich se zmíním dále v textu. Bezbřehé



předepisování substituční hormonální terapie ukončilo několik ne-



dávných rozsáhlých klinických studií. Jedna z posledních dokonce byla z etických důvodů předčasně ukončena, neboť věrohodně prokázala,

že DLOUHODOBÁ hormonální substituce zvyšuje riziko úmrtí na srdeční a oběhové problémy stejně jako na rakovinu prsu. Americký časopis TIME z 22. července 2002 to komentuje: „Tím je ukončena dlouholetá debata o užitku a riziku hormonální substituční terapie.“

Jaká cesta však vede z tohoto bludného kruhu? Jak pomoci nemalé skupině menopauzálních žen, které objektivně trpí zdravotními problémy navozenými změnou v hormonální výbavě, a zároveň je nepoškodit a nevystavit většímu riziku úmrtí? Řešením je kombinace výsledků moderní medicíny a zkušeností jiných kultur, ve kterých ženy takřka nevědí, co jsou to problémy s menopauzou. Mezi takové kultury patří například japonská nebo čínská, ale také komunity mexických Indiánů. Na otázku, co odlišného dělají ženy z těchto kultur, že netrpí tolik problémy přechodu, se dá odpovědět jednoduše. Jinak se stravují. V asijské populaci dlouhodobě konzumují sójové boby, hodně zeleniny a ryb. Ženám mexických Indiánů prospívá konzumace yamu (jeho kořeny jsou sladké a plné přírodního progesteronu). Intenzivní výzkum se zaměřil na tyto požitaviny a byly identifikovány biologicky účinné substance, které jsou svým farmakologickým projevem velmi podobné fyziologickým hormonům žen. Proto jsou tyto substance nazývány **fytoestrogeny**, správněji **isoflavonoidy**, neboli **isoflavony**.

Isoflavony ze **sóji a z červeného jetele** (nově objevený bohatý zdroj) jsou molekuly podobné estrogenům. Jsou nejlépe probádanými fytoestrogeny. V rostlinách účinkují jako antioxidanty, jako lapače volných radikálů. Isoflavony jsou široce rozšířené skupiny látek, vyskytujících se hlavně v květech, listech a plodech rostlin. I když jsou isoflavony nazývány fytoestrogeny, nejsou totožné s estrogeny, plní konstruktivní ochranu buněk aniž by vykazovaly schopnosti buněčné proliferace (dělení).

POROVNÁNÍ CHEMICKÉ STRUKTURY ISOFLAVONŮ A 17BETA - ESTRADIOLU

Chemical Structure of Isoflavones and 17B-Estradiol

