





# Γυναίκας

πιγγοωθηκίτιδα ή πυελική φλεγμονή (PID) ιδιαίτερα από χλαμύδια και Neisseria ή μικτά μικρόβια, με συμπτώματα κοιλιακό άλγος, πυρετό και δύσσομα κοιλιακά υγρά, με δυνατικά σοβαρές συνέπειες για τη γονιμότητα.

**Ιδιαίτερα** το μπάνιο στη θάλασσα ή το σεξ κατά τη διάρκεια της εμμήνου ρύσεως, πράγμα συχνό στις διακοπές, και ιδιαίτερα χωρίς προφυλακτικό, καθώς και η χρήση ταμπόν αυξάνουν τον αριθμό των γεννητικών φλεγμονών, καθώς το αίμα αποτελεί άριστο καλλιεργητικό υλικό για τα μικρόβια.

Το συχνότερο πάντως σύμπτωμα το καλοκαίρι είναι οι διαταραχές της περιόδου, ιδιαίτερα στις νέες γυναίκες, με τη μορφή είτε αιμορραγιών (βαρύτερη ή συχνότερη περίοδος, συχνά δισ μηνιαίως) είτε σταμά-

τημα της εμμήνου ρύσεως, πολλές φορές για 2 ή 3 μήνες.

**Τα προβλήματα** αυτά έχουν ενδοκρινολογικό υπόβαθρο, συνήθως εξαιτίας ελλείψεως ωορρηξίας στη γυναίκα, στο οποίο συνεισφέρουν σε μεγάλο βαθμό οι καλοκαιρινές «καταχρήσεις», όπως αλκοόλη, μπάνιο και ηλιοθεραπεία, απώλεια βάρους από τις συχνές εξαντλητικές καλοκαιρινές δίαιτες «σιλουέτας», τα οποία συνολικά δρουν ως «παράγοντες στρες» και παρακωλύουν την ομαλή λειτουργία των ενδοκρινών αδένων, και ειδικά της υπόφυσης.

Σε αντιστοιχή με τις διαταραχές της περιόδου, βέβαια, οι καλοκαιρινοί μήνες κατέχουν και το αντίθετο ρεκόρ: αυξάνονται οι εγκυμοσύνες, επιθυμητές και μη. Συγκεκριμένα, σχεδόν παγκόσμια η αιχμή γεννήσεων βρεφών συμβαίνει Απρίλιο και Μάιο, μήνες που αντιστοιχούν σε γονιμοποίηση τους μήνες Ιούλιο και Αύγουστο, ενώ ταυτόχρονα η μεγαλύτερη χρήση επείγουσας αντισύλληψης (γνωστή ως «χάπι της επόμενης ημέρας») γίνεται επίσης τους ίδιους μήνες. Γεγονότα βέβαια απόλυτα κατανοητά, καθώς το καλοκαίρι και οι διακοπές, λόγω χαλάρωσης και απελευθέρωσης, αυξάνουν τη συχνότητα της σεξουαλικής επαφής.

**Συνολικά** λοιπόν, παρά την ευχάριστη ψυχολογική επίδραση του θέρους στη γυναικεία ψυχική υγεία, επιφυλάσσονται αρκετά «δενά» για τη «γυναικολογική» φύση της, τα οποία πρέπει να προλαμβάνει η ασθενής ή να θεραπεύει, εάν είναι δυνατόν κατά τη γέννησή τους. Όσον αφορά τις κοιλιακές φλεγμονές, συνιστάται ιδιαίτερη προσοχή στην υγιεινή του κόλπου και της γεννητικής περιοχής: οι προφυλάξεις κατά τις σεξουαλικές επαφές και η επίσκεψη στο γυναικολόγο όταν παρουσιάζονται σημεία κοιλίτιδας (όπως άσσομα ή δύσσομα παχύρρευστα ή βλέννώδη υγρά με συχνά ποικίλους χρωματισμούς, από λευκωπά έως και πρασινάχρα, κοιλιακό άλγος και πυρετός) θα πρέπει να είναι στην πρώτη γραμμή έτσι ώστε η λοίμωξη να μην πάρει διαστάσεις. Καθιέρωσεις κοιλιακές και ενδοτραχηλικές ή επίχρισμα Πapanikολάου, σε αντίστοιχες περιπτώσεις, ίσως αποδειχτούν σωτήρια βήματα για τις ασθενείς.

Ανωμαλίες επίσης της περιόδου, όπως αραιομηνόρροιες ή μητρορραγίες, χρήζουν άμεσας προσοχής καθώς συχνά υποκρύπτουν παθολογία, ενώ συνήθως ορμονικά σκευάσματα ή αντισυλληπτικά, ανάλογα με τα συμπτώματα ή την ηλικία της ασθενούς, θα δώσουν τη λύση.

**Εξυπακούεται** ότι ο σωστός οικογενειακός προγραμματισμός, με τη λήψη μέτρων προφύλαξης, και ο ορθόλογισμός, όπου είναι τουλάχιστον δυνατόν, κατά τους θερινούς μήνες των διακοπών, σίγουρα θα διαφυλάξουν την ακεραιότητα της γυναικείας υγείας και θα αποσβήσουν δυνατικά προβλήματα. ➤

**Η ισορροπία των μικροβίων στο κατώτερο γεννητικό σύστημα και στον κόλπο συχνά διαταράσσεται από μόνη της**

