

הטיפול במחזור כבד-מנורג'יה

גורמים:

הורמונליים	מכניים	בעיות בקרישת דם	דרך חיים
תת פעילות בלוטת התריס	סרטן	חוסר בוויטמין K	סטרס
עודף אסטרוגן ביחס לפרוגסטרון	אנדומטריוזיס	מחלות דימום	תזונה
חוסר ברזל- תוצר וגורם למנורג'יה	מיומה		
	פוליפיים בצוואר הרחם		

גישה טיפולית באמצעות צמחי מרפא

פעילויות צמחים

— אסטרינגנט עדין - Artemisia vulgaris, Alchemilla, Achillea, Urtica, Rubus

— אסטרינגנט חזק - Capsella

— מאזנים הורמונליים - Vitex, Alchemilla, Peoniae, Artemisia vulgaris

— טוניק לרחם - Alchemilla, Verbena, Rubus, Artemisia vulgaris Peoniae

— תמיכה בכבד - Taraxacum rad., Peoniae, Verbena, Silybum Art. Vulgaris

— תמיכה במערכת העצבים - Lavendula, Tilia, Artemisia vulgaris Verbena, Scutellaria laterifolia

— שיפור זרימת דם לרחם - Achillea, Zingiber

תיאור מקרה

— **אנמיה קשה** – צורך בעירווי דם (פעם בחצי שנה עד שנה). עייפות, כבדות, מגיעה קרוב להתעלפות.

— **מיומה ברחם**.

— **חוסר איזון הורמונלי** :

— סימני קדם מחזור – רגישות בשד, כאבי ראש (נזקקת למשככי כאבים), בטן נפוחה.

— ארבעה ימים לפני תחילת המחזור מופיעים כתמים חומים.

— כאבי מחזור קשים ביום יומיים ראשונים, יחד עם סחרחורות.

— מחזור כבד מאוד – החלפת טמפון כל שעה - שעתיים. קימה בלילה לצורך החלפת טמפון.

גורמים מחמירים: סטרס

— **עור** : נטייה לקשקשת.

— **עיכול** : עצירות או שלשול בתגובה לסטרס. הבטן כל הזמן נפוחה.

— **קרדיו-וסקולרית** : רגישות לקור.

טיפול ראשוני

טינקטורה:

- Tarax rad. 25
- Achillea 20
- Ceanothus 10
- Alchemilla 25
- Scut. Later 20

— 5 מ"ל, 3 פעמים ביום.

תה צמחים:

- עלי סרפד ועלי פטל במהלך החודש.
- שבוע לפני תחילת מחזור וביומיים הראשונים של המחזור: ילקוט הרועים: 3 פעמים ביום.

קפסולות: ספירולינה – 2 קפסולות, 3 פעמים ביום.

כעבור חודש

שינויים לפורמולה:

- הוספת Vitex – 25 טיפות בבוקר.
- Artemisia vulgaris – במקום Withania
- Peoniae – במקום Tarax. Rad.
- תה לפני השינה – לבנדר וטיליה.

הפרומולה לאחר השינויים:

Alchemilla	25
Achillea	20
Rubus	20
Art. Vulgaris	15
Peoniae	20

תגובת המטופלת:

- לא היו כאבי ראש
- לא היתה רגישות בחזה
- שיפור בכוחות
- עצמת דימום – יש שיפור, אבל עדיין מחזור כבד. בלילה בין הראשון לשני היה צורך לקום מהשינה ולהחליף טמפון.
- לא שותה תה סרפד ועלי פטל.
- עדיין סובלת מכאבי מחזור.

כעבור ארבעה חודשים

- שיפור בעוצמת הדימום – ביום הראשון החלפה כל 2-3 שעות (בעבר כל שעה). החלפה אחת לקראת הבוקר ובצהרי יום שני עבר הדימום המסיבי. לא הרגישה צורך להיעזר בילקוט הרועים בזמן המחזור.
- כתמים חומים לפני מחזור – יומיים לפני ולא ארבעה לפני. סה"כ מחזור קצר יותר.
- כאבי מחזור – לא היו כאבים קשים.
- לא סבלה מכאבי ראש.
- אין סחרחורות. כוחות טובים.
- אין קשקשת.
- חזרה הנפיחות בבטן והרגישות בשד לקראת המחזור.

המלצות תזונה

- ירקות מבושלים בלבד (הימנעות מירקות טריים).
- דגים במקום עוף. בקר : 2-3 פעמים בשבוע, אבל לא בשבוע שלקראת המחזור.
- הפסקת מוצרי חלב.
- הפחתת מתוק למינימום.
- הוספה לתזונה :
- קטניות כמקור חלבון – שעועית אזוקי, שעועית שחורה, לוביה.
- אצות – במיוחד אצת קומבו.
- ג'ינג'ר טרי
- פטרוזיליה
- דגנים מלאים – קינואה, אורז מלא, גריסי פנינה, דוחן.

Artemisia vulgaris (Mugwort)

אפיונות:

מערכת העיכול, גניקולוגיה,
מערכת עצבים.

גניקולוגיה – המרצת דימום
מחזורי במצבי אמנוריאה,
המרצת רחס (זירוז לידה),
כאב מחזור, מחזור כבד,
דימום בין וסתי, מחזור לא
סדיר, בעיות פוריות,
לבחורות צעירות שרק קיבלו
מחזור – להסדרת המחזור,
גיל המעבר.



Alchemilla vulgaris

שימושים לנשים:

- מחזור כבד
- דימום בין וסתי
- כאבי מחזור
- צניחת רחם
- לשיקום הרחם
לאחר טראומה –
בעקבות הפלה,
מחלה דלקתית
PID או ניתוח.
- לבעיות פוריות
- למחזור מתאחר
- התאוששות לאחר
לידה
- לגיל המעבר – לגלי
חום



פעילויות:

אסטרינג'נט
המוסטטי
טוניק לרחם
מאזן הורמונלי לנשים

Achillea millefoium

אסטרינג'נט
טוניק לרחם
אנטי-דלקתי
ממריץ זרימת דם
אמנגוג
מר, קרמינטיבי



שימושים לנשים:

- כאבי מחזור.
- מחזור כבד.
- מחזור מתעכב.
- דימום בין וסתי.