

### Miómáról röviden

A női szervezet egyik leggyakoribb és 98 %-ban jóindulatú tumora. A reprodukív korú női populáció közel 20 %-a érintett lehet, de a források nem egységesek, valamint 35 éves kor fölött gyakoribb az előfordulás, mint a fiatalabb korosztályban.

Viszont a nem megfelelő életmódnak köszönhetően a fiatalabb korosztály körében is egyre gyakrabban előfordul ez a típusú jóindulatú daganat. A még nem szült hölgyekben valamivel gyakoribb. A változó kort követően a hormonműködés csökkenése miatt összezsugorodnak a göbök és visszahúzódik a betegség.

A miómával küzdő hölgyek 8-10 %-a teljesen tünetmentes lehet, és csak minden 4-5. betegnél okoz pl. fájdalmas vagy nagy vérzéssel járó komoly panaszokat.

Mióma a méhizomzat daganata, a méh simaizom és rostos szövetekből álló tokkal körülvett, az életkorral és egyéni örökletes tényezőktől függően, az életmóddal aktiválódó jóindulatú tumora, amely szinte a végtelen növekedésre képes (©Németh Tünde, 2009.).

Mérete az egészen aprótól, az öklömnyin túl egészen a focilabda nagyságig lehetséges. Ez a jóindulatú daganat háromféleképpen helyezkedhet el:

- a méh és a hashártya-felszíne közötti (azaz a méhen kívüli szubszerózus) forma,
- a méh felszínén, a méh falában kialakult (intramurális) forma,
- a méhnyálkahártya alatt fekvő (szubmukózus) forma.

K. e., a II. században Hippokratész ezeket a göböket „méhköveknek” tartotta. Időszámításunk szerint 136-ban Galenus scleromának (megvastagodásnak) nevezte el a megfigyelései alapján. Carl von Rokitansky (1804-1878) cseh orvos, fibroidnak nevezte a miómát (az angolszász irodalomban ma is így nevezik). Rudolf Virchow (1821-1902) német orvos a XIX. században mutatta ki, hogy valójában a simaizmok burjánzásáról van szó, és így ez a típusú daganat bárhol előfordulhat, ahol simaizom szövet van.

### A mióma heterogén tünetei:

- a cukorháztartás anyagcsere problémája – inzulinrezisztencia (IR) és következményes hyperinsulinaemia: normál vagy alacsony vércukor melletti kiugróan magas inzulin szint, amely állandó alacsonyfokú gyulladásban tarthatja a has és az alhas szerveit és szervrendszereit –, a mióma göb kialakulásával főként az hasi és alhasi területen fájdalmas tüneteket adhat,
- az inzulinrezisztencia következtében kialakuló hormonális eltérések: magas inzulin szint, alacsony ösztadiol és progeszteron szint, emelkedett prolaktin és TSH szint, a rossz anyagcsere és a hormonterápia miatt kialakuló korai klimax,
- egyéb hibás anabolikus és metabolikus tünetek, emésztési problémák (hányinger, puffadás, székrekedés és egyéb emésztési zavarok),
- hasi és alhasi, a méhben elhelyezkedett göbnek, göböknek megfelelő specifikus tünetek:
  - nyomó, tömbszerű érzés a has vagy az alhas területén,
  - erőteljesen alhasi görcsökkel járó fájdalom,
  - állandó kismencedei vagy deréktáji fájdalom,
- vérzési rendellenességek, szabálytalan méhvérezések:

- elhúzódó, darabos, alvadékos és fájdalmas menstruáció (hypermenorrhoea),
  - vérzéskimaradás,
  - általában rövidebb, de előfordul hosszabb menses ciklus is,
- a méhben elhelyezkedő göb, göbök miatt gyakori hólyagürítési, vizeletelési inger, a göb, göbök helyzetétől függően vizeletfolyási zavarok és tökéletlen vizeletürítés,
- következménye meddőség, termékenységi és beágyazódási problémák, vetelés<sup>1</sup>.

A betegség orvosilag nem gyógyítható. A hagyományos népi terápiák vagy gyógymódok rövid ideig a kellemetlen tüneteit enyhíthetik. Viszont gyakran a tünetek erőteljesebben jelentkeznek újra egy-egy ilyen hagyományos terápia vagy akár a nyugati orvoslás műtéti vagy gyógyszeres kezelése után, mivel azt, amitől kialakult a betegség nem szünteti meg pl. egyetlen egy gyógyteafőzet vagy műtéti és gyógyszeres eljárás sem<sup>1</sup>.

A betegséget aktiválja az életkorral és az életmóddal összefüggő változások pl.: fogamzásgátló tabletták, állandó alacsonyszintű gyulladások a szervezetben, mozgásszegény életmód, a helytelen és hektikus táplálkozási szokások<sup>1</sup>.

A betegség kezelésében hátrányt jelent pl. a méh eltávolítását célzó profilaktikus műtétek, (házánkban évente mintegy 200.000 nőnél végeznek miómák miatti méhet érintő műtétet) továbbá az egészséget károsító agresszív gyógyszerterápia, amelyek funkciójában rontják a női szervezet genetikailag kódolt megfelelő működését<sup>1</sup>.

### **A mióma gyógy- és mozgásterápiája**

Az ARWEN torna egy komplex, szerzői joggal védett gyógy- és mozgásterápia. Felöleli és magában foglalja az egyedien zártláncú mozgásterápiát, valamint egyéni kezelésben a pszichoszomatikus áthangolást és a speciálisan hozzákapcsolt egyénre szabott nőgyógyászati makrobiotikus étkezést, amely kimondottan a mióma és a többi nőgyógyászati és női meddőségi problémakör módszertani megoldását tartalmazza. **Ha valaki a tanácsokat megfogadja és betartja a számára előírt terápiát, akkor végzésével általában 6-8 héten belül visszahúzódik, összezsugorodik és telejsen eliminálódhat a mióma göb: teljesen tünet- és problémamentessé válik a betegség.** A terápia egy olyan életmód és életforma, amely gyógyulást ad a problémakörben: hosszantartó végzésével a betegség és a későbbi generalizált nagy betegségekörök megjelenése a szervezetben teljesen visszaszoríthatóvá és megelőzhetővé válnak<sup>1</sup>.

Az ARWEN gyógy- és mozgásterápia kemikáliamentes természetes gyógymód, amelyben az előírt gyógymódot, a megbeszélte mozgást és étkezési kiírást, valamint a többi ajánlást szükséges megtartani.

**Ezért ha valaki miómával folyamatosan különféle gyógyszereket, metromin származékot, fogamzásgátlót (akár két vagy egy komponensű szintetikus szteroidot), vagy egyéb szteroidot (progeszteront vagy glükokortikoidot stb.), akár clomiphencirátot szed, a megbeszélte terápia kevésbé hatásos (erre előre figyelmeztettek mindenkit), mert a gyógyszerek további egészségkárosodást, állapotromlást okoznak.**

<sup>1</sup>: ©Németh Tünde, 2011.: az írás felhasználása esetén kérem a megfelelő hivatkozást megadni.