



## **Poročilo strokovnega srečanja na nacionalnem nivoju z dne 3.2.2016 Kako kronična bolezen kot je KVČB lahko vpliva na hormonsko neravnovesje in obratno**

Tjaša Zajc

3. februarja je ginekologinja Urška Bizjak Ogrinc za člane ljubljanske sekcije KVČB in vse ostale člane društva pripravila predavanje na temo "Kako kronična bolezen kot je KVČB lahko vpliva na hormonsko neravnovesje in obratno".

Kot je v uvodu povedala predavateljica, lahko kronična vnetna črevesna bolezen že sama po sebi vpliva na hormonsko ravnovesje. Ker gre za z imunskim sistemom povezano bolezen, se lahko skozi leta razvijejo različne težave povezane s hormoni (ščitnica...). Bolnicam s KVČB zato odsvetuje jemanje hormonskih kontracepcijskih sredstev.

Težave s hormoni lahko dodatno povzročijo nekatera zdravila, predvsem kortikosteroidi, ki vplivajo na neravnovesje pri proizvodnji hormona kortizola. Kortizol je namreč kortikosteroidni hormon. Sintetizira v skorji nadledvične žleze in je tesno povezan s stresom, krvnim tlakom, počutjem, krvnim sladkorjem in imunskim odzivom. Visok kortizol običajno povzroči visok pritisk ter dvig sladkorja v krvi, kar povzroči željo po enostavnih ogljikovih hidratih in sladki hrani. Pretirano dolgotrajno uživanje takih živil z visokim glikemičnim indeksom lahko ob prevelikem povečanju teže predstavlja dejavnik tveganja za nastanek sladkorne bolezni.

Kot je povedala ginekologinja, ima lahko hormonsko neravnovesje pomemben vpliv na počutje - jutranjo utrujenost, anksioznost, depresijo, slabo počutje, libido. Vpliva lahko na razvoj endometrioze, izgubo menstruacije in drugih težav. V primeru, da omenjeni simptomi pomembno vplivajo na kakovost življenja, je smiselno posvetovanje z zdravnikom oziroma ginekologom o uvedbi dodatne terapije za blaženje teh težav. V pomoč so lahko tudi nekatera prehranska dopolnila.

Po končanem predavanju in vprašanjih smo se ob dobrem prigrizku in pijači člani še po družili med seboj.