

Menstruacja i nurkowanie.

Menstruacja

(miesiączka, ang. period, łac. menses) - krwawienie miesięczne - jest to fizjologiczne zjawisko polegające na cyklicznym złuszczeniu się nabłonka macicy (endometrium) pod wpływem charakterystycznych zmian stężenia hormonów płciowych (estrogenu i progesteronu) wynikających z układów wzajemnych sprzężeń zwrotnych między gonadami, przednim płatem przysadki mózgowej i podwzgórzem.

Pełen przebieg zmian hormonalnych, wraz z wynikającą z tego przebudową endometrium, przeobrażeniami środowiska pochwy, zmianą stanu gruczołów piersiowych, temperatury ciała, wpływu wegetatywnego układu nerwowego, układu krążenia, nastroju psychicznego i innych funkcji organizmu nazywamy cyklem miesięcznym.



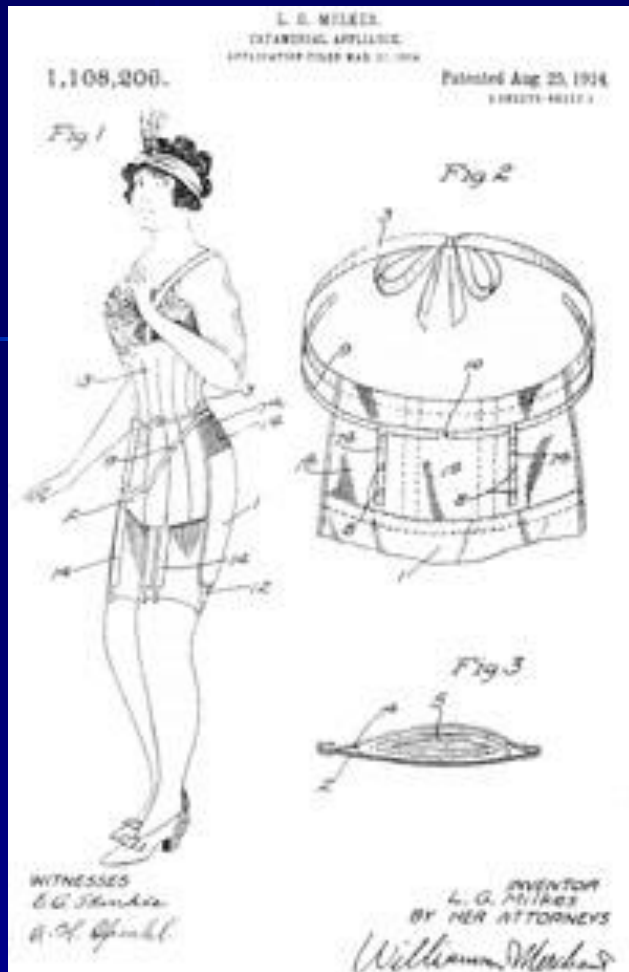
Menstruacja i nurkowanie.

Menstruacja i nurkowanie:

Czy kobiety podczas menstruacji znajdują się w grupie podwyższonego ryzyka doświadczenia choroby dekompresyjnej (DCI)? Teoretycznie, jest to możliwe, ponieważ zachodzi odpływ płynu menstruacyjnego, opuchnięcie tkanek i kobiety są mniej zdolne do usuwania zgromadzonego azotu.

Po przeprowadzeniu wywiadu (badania DAN) z kobietami cierpicymi na DCI (956 nurków) okazało się, że 38 procent było w trakcie menstruacji podczas wypadku. Co więcej, 85 procent kobiet biorących doustne środki antykoncepcyjne było w trakcie menstruacji podczas wypadku. To sugeruje, ale nie dowodzi, że kobiety zazywające doustne środki antykoncepcyjne znajdują się w grupie podwyższonego ryzyka choroby dekompresyjnej podczas menstruacji. Dlatego sugeruje się kobietom, nurkowanie bardziej konserwatywne w tym okresie, zwłaszcza jeśli zazywają doustne środki antykoncepcyjne. Zalecana jest mniejsza ilość nurkowań, płytsze i krótsze nurkowania oraz dłuższe safety stops.

Menstruacja i nurkowanie.



Warianty
tamponow i
podpasek
uzywane w
Stanach
Zjednoczonych w
latach 1859-
1914.

