

Om myom och kraftiga blödningar

Hur man behandlar Myom *naturligt*. Hur man behandlar Myom och kraftiga blödningar *naturligt*.

Intervju med Carolyn DeMarco, M.D.

JLML - John Lee Medical Letter

CDM - Carolyn DeMarco, M.D. är en kanadensisk författare, talare och föreläsare som har arbetat kliniskt medicinskt i mer än 25 år, och som har ett särskilt intresse för kvinnors hälsa och alternativmedicin. Hon har skapat "Ta hand om din kropp", en kvinnas hälsorådgivare, och hon är även kolumnist för två nationella tidningar. Hon är allmänt känd och respekterad som en föregångare i användningen av alternativmedicin för att behandla kvinnors hälsoproblem.

JLML: Myom är en av de vanligaste problemen med klimakteriet och en av de främsta orsakerna till hysterektomi (borttagande av livmodern). Kan du berätta exakt vad myom är ur medicinsk synvinkel?

CDM: Myom är godartade tumörer i livmodern. De är gjorda av glatt muskulatur och fibrös vävnad. De kan vara placerade antingen utanför eller inuti livmodern. De varierar i storlek från en ärtä till en melon, men de är oftast mellan storleken på en apelsin och en grapefrukt. De är hårda med vit vävnad med ett kransliknande mönster. Deras storlek varierar beroende på var man befinner sig i sin menscykel. Det råder inget tvivel om att östrogenöverskott är den främsta orsaken till dessa muskelknutor.

JLML: Vilka är symptomen som en kvinna med myom kan ha?

CDM: Myom har vanligtvis inga symptom. När de har det, kommer de att orsaka kraftiga blödningar, bäckentryck och ökad urineringsfrekvens (du måste kissa oftare) när de trycker på njurarna, urinblåsan eller urinledaren. Smärta är ovanligt. Myom kan också vara på en stjälk som kan tvinnas. De kan brytas ner och degenereras, vilket kan vara smärtsamt, men det är mycket ovanligt. Myom kan också orsaka infertilitet och missfall.

JLML: Hur behandlas myom?

CDM: Om det inte finns några symptom är "vänta och se"-strategin bäst, eftersom muskelknutor (alltså de godartade myomtumorerna) oftast krymper vid klimakteriet. Många läkare kommer att rekommendera en hysterektomi, även om det inte finns några symptom. Myom orsakar en tredjedel av alla hysterektomier.

Det finns andra kirurgiska alternativ, såsom en myomektomi (avlägsnar endast fibroiden), eller ett hysteroskopi som avlägsnar myom genom livmoderhalsen. Båda förfarandena kräver betydande kirurgisk skicklighet. Det är mycket enklare att avlägsna livmodern än att avlägsna ett myom.

JLML: Enkelt för läkaren och komplicerat för kvinnan.

CDM: Precis. De kirurgiska komplikationerna för den vanliga hysterektomi är mycket hög - 40 till 50 procent. Det är en större och komplicerad operation och återhämtningstiden är relativt lång. Jag är i grunden emot att ta ut livmodern om det inte finns allvarliga problem.

Ofta tar också kirurgen bort äggstockarna och detta orsakar att man omedelbart kommer i klimakteriet. Även om dina äggstockar är kvar, tenderar man att gå in i klimakteriet i genomsnitt två år tidigare, och en del kvinnors äggstockar återhämtar sig inte och då går man snabbt in i klimakteriet. Det är ett chockerande antal äggstockar som avlägsnas utan goda skäl. De allra flesta av hysterektomioperationerna görs i åldrarna 20 till 49 år. Hälften av kvinnorna över 40 som har en

hysterektomi är att få båda äggstockarna bortopererade samtidigt, även om det sällan finns en medicinsk anledning att göra det.

Vid klimakteriet slutar äggstockarna inte plötsligt att fungera, de fortsätter att utsöndra små mängder av hormoner, som verkligen gör klimakteriets övergångsperiod lugnare. En hysterektomi kan också ändra din upplevelse av sex negativt eftersom du inte längre kan ha en livmoderorgasm. Om äggstockarna avlägsnas eller sluta fungera förlorar man även 50 procent av sitt testosteron, och en del kvinnor förlorar sin sexuella lust som följd.

Dessutom visar nu forskningen att livmodern har andra funktioner: den utsöndrar hormonella och andra aktiva substanser såsom prostaglandiner som kan spela en roll för att förhindra artrit.

JLML: Det är fascinerande. Om vi kommer tillbaka till ämnet om muskelknutor, kan en kvinna med muskelknutor så små som en till två tum ha symptom?

CDM: Det kan hon beroende på var de befinner sig. Jag har upptäckt att muskelknutor som ligger i livmoderväggen kan orsaka en hel del blödningar.

JLML: Skulle du säga att det är en av de främsta orsakerna till riklig blödning?

CDM: Ja, orsaken till rikliga blödningar är myom samt överskott av östrogen i allmänhet. Förklimakteriet är en tid då många kvinnor har kraftiga blödningar, och det är försvagande. Man känner sig panikslagen, så när läkaren säger, "Åh, låt oss bara rycka ut allt, så löser det alla dina problem," är det nästan ett oemotståndligt erbjudande. Men som vi har diskuterat, löser det inte alls problemen. En sak som jag har funnit hos kvinnor med kraftiga blödningar är att det nästan alltid finns en känslomässig faktor där man har för mycket att göra, eller att man har för mycket stress och man "har för mycket".

Ett av de största problemen med kraftig blödning är järnbristanemi. Jag har känt kvinnor som lidit i flera månader och som har haft överdriven, försvagande trötthet, bröstsmärtor, andnöd och anemi som orsakas av kraftiga blödningar. Om du är anemisk kommer du att blöda mer så det blir en ond cirkel. Ibland tror kvinnor att deras trötthet bara orsakas av att dom försöker göra för mycket.

Anemi är mycket lätt att behandla. Kvinnor rapporterar i allmänhet att de känner som en helt ny människa efter en månad av järntillskott. Varje kvinna med kraftiga blödningar bör ha sitt hemoglobin, sina järndepåer och sköldkörteln kontrollerade. Om din sköldkörtel inte fungerar kan det orsaka oregelbunden menstruation och kraftiga blödningar, speciellt om den är underfungerande. Jag rekommenderar inte att kvinnor bara börjar ta järntillskott hur som helst. Om du har dessa symptom behöver du först ta reda på vad som händer i kroppen.

JLML: Hur behandlas rikliga blödningar?

CDM: Jag har funnit att akupunktur, kinesiska örter och naturligt progesteron mycket ofta är till hjälp för att föra systemet tillbaka i balans. Jag rekommenderar också höga doser av bioflavonoider (över 1000 mg per dag, särskilt quercetin och rutin) eftersom det förbättrar blodkoagulering och stärker kapillärerna i livmodern.

JLML: Hur behandlar du dina patienter som har myom?

CDM: Jag delar upp det i fem steg: 1) Minskar östrogen överbelastningen, 2) Stödjer leverfunktionen, 3) Ökar cirkulationen i kroppen och framför allt i bäckenet. 4) Gör en rensning och detox, speciellt för levern, och 5) Tar itu med emotionella konflikter som kan spela en roll. Jag kontrollerar också sköldkörtel och binjurar.

För att minska östrogenet är det viktigt att upprätthålla en hälsosam kost och stödja levern. Om din lever inte fungerar bra, kan östrogen stanna i ditt system längre än det är tänkt att

göra. För att stimulera levern kan du använda citronsaft och tillsätta beska gröna växter som maskrosblad, endive eller andra beska blad i din sallad. Du kan ta leverstödande örter inklusive maskrosrot, mariatistel, kardborre, kronärtskocka och gurkmeja. Jag föreslår också att man tar en B-komplex-vitamin och kosttillskott som hjälper till att bryta ner fett, som metionin, kolin och inositol. Det andra sättet att minska östrogenbalans är naturligtvis med naturligt progesteron. Det är en nyckelfaktor för att behandla ett myom. Jag satte varje patient med myom på naturligt progesteron, dag 12-26 under cykeln, $\frac{1}{4}$ till $\frac{1}{2}$ tesked per dag (Mariannes kommentar: Jag hänvisar till det dr Lee skriver om stora myom som är större än 5 cm i diameter, att det i dessa större myom pågår en process som omvandlar alla hormoner till östrogen. Då växer myomet, även med progesteron).

Jag har flera sätt att förbättra den lokala bäckencirkulation. Ett är ricinoljeinpackningar eller inpackningar med lera, ett är hydroterapi med varma och kalla inpackningar. Ibland fungerar en kiropraktik eller osteopatisk justering.

På det emotionella planet finns det olika teorier. Dr Christiane Northrup säger att myom representerar kreativitet som aldrig får utvecklas. Hon talar om problematik kring jobb och relationer som inte leder någon vart, och konflikter som har med reproduktion och moderskap att göra. Jag ser också kvinnor med myom som har interna konflikter som har med deras sexuella läggning att göra.

Det är viktigt för kvinnor att veta, speciellt med ett stort myom, att det inte finns någon quick fix. Detta är en långsiktig läkningsprocess, och det går inte att bli av med dessa inkapslade gifter över en natt. De har inkapslats eftersom kroppen skyddar dig från dem. Du måste successivt bli av med dem.

De metoder jag har föreslagit kommer vanligtvis hålla ett myom från att växa mer, och ibland krymper det.

JLML: Tack för din kunskap och dina insikter.

Denna intervju publicerades ursprungligen i *John R. Lee, M.D. Medical Letter*. Denna skickas inte längre ut, men du kan hitta många artiklar från det på denna webbplats (www.johnleemd.com/johnleemd-medical-letter.html).