

ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΔΗΜΗΤΡΑΚΑΚΗ

“Πρωτοπαθής Δυσμηνόρροια : Ο επιπολασμός, τα χαρακτηριστικά, η αντιμετώπιση και η επιρροή της, στην καθημερινή ζωή νέων Ελληνίδων γυναικών ηλικίας 18-25 χρονών”

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Σκοπός: Βασικός στόχος της παρούσας μελέτης αποτελεί ο καθορισμός του επιπολασμού, των χαρακτηριστικών και της αντιμετώπισης της Πρωτοπαθούς Δυσμηνόρροιας σε νέες Ελληνίδες γυναίκες ηλικίας 18-25 ετών. Επιπλέον στόχοι αποτελούν ο καθορισμός της επιρροής που ασκεί η διαταραχή αυτή στις γυναίκες, καθώς και η συσχέτιση της με διάφορες μεταβλητές.

Υλικό και Μέθοδος: Στην έρευνα έλαβαν μέρος 185 γυναίκες ηλικίας 18-25 ετών, με ελληνική εθνικότητα και χωρίς παθολογία στην πύελο. Το δείγμα λήφθηκε από το τμήμα Νοσηλευτικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών. Για την συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκε ανώνυμο ερωτηματολόγιο. Η στατιστική επεξεργασία έγινε με το πρόγραμμα SPSS v.20 σε συνδυασμό με το Microsoft Excel.

Αποτελέσματα: Από τις 185 γυναίκες, το 76,8% δηλώνει πως πάσχει από Πρωτοπαθή Δυσμηνόρροια, με το 43% αυτών να πάσχει από την σοβαρή μορφή της. Τα 3 πιο συχνά συστηματικά συμπτώματα που συνοδεύουν τον πόνο είναι το αίσθημα κόπωσης, η οσφυαλγία και η καταθλιπτική διάθεση. Όσον αφορά την αντιμετώπιση της, το 68,3% των γυναικών του δείγματος με Πρωτοπαθή Δυσμηνόρροια, δηλώνει πως λαμβάνει κάποια φαρμακευτικά σκευάσματα για αυτόν τον σκοπό, με πιο συχνά τα αναλγητικά και τα ΜΣΑΦ. Επίσης, το 95,1% των γυναικών δηλώνει πως χρησιμοποιεί κάποια μη φαρμακολογική μέθοδο για την αντιμετώπιση της, επιλέγοντας πιο συχνά την ξεκούραση-ύπνο, το ζεστό μπάνιο και το μασάζ στην περιοχή. Μάλιστα, εντύπωση κάνει πως μόνο το 19,7% έχει αναζητήσει ιατρική συμβουλή για την αντιμετώπιση της διαταραχής αυτής. Σχετικά με την επιρροή της, το 78,9% των γυναικών δηλώνει πως η Πρωτοπαθής Δυσμηνόρροια επηρεάζει την καθημερινότητα τους, αναφέροντας ως πιο συχνό πρόβλημα, τον περιορισμό ή/και την αδυναμία των κοινωνικών και αθλητικών δραστηριοτήτων. Τέλος, στην παρούσα μελέτη μόνο η άθληση φάνηκε να έχει στατιστικά σημαντική σχέση με την Πρωτοπαθή Δυσμηνόρροια. Συγκεκριμένα, οι γυναίκες που ασχολούνται με κάποια μορφή άθλησης, φαίνεται πως έχουν μικρότερες πιθανότητες να πάσχουν από Πρωτοπαθή Δυσμηνόρροια.

Συμπεράσματα: Η Πρωτοπαθής Δυσμηνόρροια αποτελεί ένα πολύ συνηθισμένο ιατρικό πρόβλημα ανάμεσα στις νέες Ελληνίδες γυναίκες, το οποίο απαιτεί σωστή αντιμετώπιση, καθώς επηρεάζει σε μεγάλο βαθμό την καθημερινότητα των γυναικών.

Λέξεις Κλειδιά: Πρωτοπαθής Δυσμηνόρροια, επιπολασμός, Ελληνίδες

ABSTRACT

“Primary Dysmenorrhea: prevalence, characteristics, treatment and influence in everyday life of young Greek women aged 18 to 25 years old”

Objective: The main aim of this study is to define prevalence, characteristics and treatment of Primary Dysmenorrhea among young Greek women aged 18-25 years old. Additional goal of this study is to determine how Primary Dysmenorrhea influences women' everyday life, as well as to correlate this disorder with a number of variables.

Material and Method: 185 Greek women aged 18-25 years old, without any pelvic pathology participated in the current study. The sample came from the Nurse Department of the University of Athens. In order to collect the data we used an anonymous questionnaire. Statistical analysis was carried out using SPSS v.20 and Microsoft Excel.

Results: Out of 185 women, 76.8% states that suffer from Primary Dysmenorrhea, 43% of which suffer from the severe type. The 3 most common symptoms that co-occur with the pain are fatigue, backache and depressed mood. Regarding its treatment 68.3% of women of the sample state taking some drugs for this reason, most commonly including pain killers and NSAIDs. Also 95.1% of women state that they are using some non-pharmacological methods for its treatment, choosing mainly relaxation-sleep, warm baths and topical massage. The impressive fact is that only 19.7% of them has asked medical advice in order to treat that disorder. Concerning its influence, 78.9% of women state that Primary Dysmenorrhea affects their everyday routine, referring limitation or/and inability in social and sport activities as their most frequent problem. Finally in the current study, only exercise seems to be statistically significantly related with Primary Dysmenorrhea. More specific women who are involved into some form of sport activity appear to less likely suffer from Primary Dysmenorrhea.

Conclusion: Primary Dysmenorrhea is a very common health problem among young Greek women, which requires an effective treatment, as it has a negative effect in their everyday life.

Key words: primary dysmenorrhea, prevalence, Greeks