

Autor: Natalia Suszczewicz- lekarz, doktorant Zakładu Dydaktyki Ginekologiczno - Położniczej Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, w trakcie specjalizacji z ginekologii i położnictwa w Szpitalu Specjalistycznym im. Św. Rodziny w Warszawie (na potrzeby redakcji: e-mail plodnosc@gmail.com, tel. 661 476 123, ul. Żwirki i Wigury 81, Warszawa).

Tytuł: W trosce o płodność: NaProTechnology i Creighton Model System

Streszczenie:

Niniejszy artykuł ma na celu przybliżenie Czytelnikowi formułę diagnozy oraz terapii medycznej- NaProTechnology (z ang. Natural Procreative Technology), której zadaniem jest monitorowanie, podtrzymywanie i ocena zdrowia pacjentów, a także w przypadku zaburzeń zdrowia ginekologicznego i prokreacyjnego – adekwatne leczenie. W NaProTechnology wykorzystuje się wszystkie znane i dostępne we współczesnej medycynie metody leczenia farmakologicznego i chirurgicznego, szczególnie te, które w pełni współpracują z układem rozrodczym kobiety. W procesie diagnostyki NaProTechnology wykorzystuje dokładny zapis cyklu kobiety, który odwzorowany jest w karcie obserwacji w oparciu o metodę Creighton Model FertilityCare System. Formuła ta dostarcza bardzo dużą ilość istotnych informacji o procesach, jakie zachodzą w każdym cyklu, przy jednocześnie relatywnie prostym sposobie prowadzenia obserwacji.

This article aims to introduce the reader with the NaProTECHNOLOGY (Natural Procreative Technology) - a new women's health science that monitors and maintains a woman's reproductive and gynecological health. It provides medical and surgical treatments that cooperate completely with the reproductive system. NaProTECHNOLOGY uses the Creighton Model FertilityCare™ System biomarkers to monitor easily and objectively the occurrence of various hormonal events during the menstrual cycle. NaProtracking provides valid information that can be interpreted by a woman and by physicians.

Artykuł:

NaProTECHNOLOGY™ to nowa gałąź w medycynie prokreacyjnej. Jej założycielem jest prof. Thomas Hilgers, amerykański ginekolog- położnik, wykładowca Creighton Medical University w Omaha w Stanach Zjednoczonych, założyciel Pope Paul VI Institute w Omaha, autor licznych publikacji i prac naukowych. NaProTechnology to protokoły diagnostyki oraz terapii lekarskiej, której celem jest monitorowanie, utrzymanie i ocena zdrowia pacjentki, a także w przypadku zaburzeń zdrowia ginekologicznego i prokreacyjnego – adekwatne leczenie. W NaProTechnology wykorzystuje się wszystkie znane i dostępne we współczesnej medycynie metody leczenia farmakologicznego i chirurgicznego, które w pełni współpracują z układem rozrodczym kobiety¹. Jest to tym samym nowe, choć klasyczne spojrzenie na pacjenta, gdzie dostrzega się objawy, przeprowadza dokładną diagnostykę i podejmuje leczenie. NaProTechnology jest przeciwieństwem obecnego trendu w ginekologii-omijania etapów diagnostyki poprzez szybkie wprowadzanie antykoncepcji, jako sposobu na usunięcie uciążliwych dolegliwości, bez znajomości ich przyczyn; czy też wprowadzanie procedur sztucznego zapłodnienia, np. in vitro, bez dokładnej weryfikacji pochodzenia zaburzeń z płodnością.

¹ Hilgers T. W. The Medical and Surgical Practice of NaProTechnology; PPVI Institute; Omaha, Nebraska; 2004; 19;251-257.

CREIGHTON MODEL SYSTEM

W latach 70-tych prof. Thomas Hilgers przeprowadził z gronem współpracowników szereg badań nad metodami obserwacji cyklu menstruacyjnego i rozpoznawania płodności, w tym szczególną uwagę poświęcił metodzie owulacji Billingsa. Wypracował on nową metodę - Creighton Model FertilityCare™ System (CrMS), wystandaryzowaną modyfikację metody rozpoznawania płodności Billingsa. CrMS stał się pierwszym systemem, który łączy obserwacje - język zdrowia kobiety, z postępowaniem lekarskim. System ten nie jest w żaden sposób naturalną antykoncepcją. Stanowi on w pełni tego słowa znaczeniu metodę rozpoznawania płodności, która może być używana zarówno do starania się o poczęcie jak i do odkładania poczęcia w czasie. Ponadto, system ten stanowi cenne źródło informacji dotyczącej całościowego wymiaru zdrowia prokreacyjnego. Korzyścią dla kobiet jest to, że mogą one w tym systemie obserwacji monitorować swoje zdrowie rozrodcze i ginekologiczne. Jest to więc system, który łączy w sobie opiekę oraz kompleksową ochronę i troskę o zdrowie. Instruktorzy CrMS stanowią wykwalifikowany pomocniczy personel medyczny, zaś specjalnie wyszkoleni lekarze zostali przygotowani, by w swoją praktykę lekarską włączyć CrMS. Nauka tej metody dla kobiet, czy par pacjentów odbywa się podczas 8 spotkań w pierwszym roku stosowania metody. Para, czy kobieta obserwująca się, pozostaje w kontakcie oraz pod opieką swojego instruktora przez lata, w każdej sytuacji zmiany sytuacji rozrodczej lub intencji stosowania systemu (laktacja, ciąża, odkładanie poczęcia, staranie się o poczęcie) może ponownie udać się na konsultację².

SZTUKA OBSERWACJI CYKLU

CrMS polega na wystandaryzowanych obserwacjach i zapisach na karcie wskaźników biologicznych, które są kluczowe dla zdrowia i płodności kobiety. Owe biowskaźniki są wyznacznikami występowania faz płodnych i niepłodnych. Mogą one również sygnalizować nieprawidłowości występujące w zdrowiu kobiety. Omawiany system obserwacji cyklu opiera się na wnikliwej obserwacji wskaźników cyklu menstruacyjnego, w tym: (1) obserwacji wzoru krwawienia menstruacyjnego; (2) obserwacji nietypowych krwawień i ich charakteru; (3) obserwacji i charakterystyki różnych wydzielin; (4) obserwacji czasu trwania i wartości poszczególnych faz cyklu; (5) a także obserwacji zmodyfikowanego indeksu śluzu szyjkowego, i innych. Dzięki szczegółowym obserwacjom kobiety mają możliwość precyzyjnego zrozumienia przebiegu cyklu, a z pomocą odpowiednio przeszkolonego instruktora CrMS, kobiety uzyskują interpretację i są skierowywane na diagnostykę w odniesieniu do możliwych nieprawidłowości, które łatwo zidentyfikować na karcie obserwacji. CrMS stanowi więc podstawę dla nowej dyscypliny nauki - NaProTECHNOLOGY. Dzięki temu po raz pierwszy w leczeniu zaburzeń w zakresie układu rozrodczego można wprowadzić diagnostykę i leczenie celowane z niezwykle precyzją. Na podstawie karty obserwacji kobiety lekarz może dostosowywać diagnostykę i leczenie do przebiegu jej cykli oraz monitorować efekty terapii. Model Creighton cenny jest więc na różnych etapach życia kobiety, w każdej sytuacji, w której się ona znajduje, niezależnie czy jest osobą samotną, czy w związku. System obserwacji może bowiem posłużyć do monitorowania zdrowia w cyklach o regularnej jak i nieregularnej długości, w sytuacji problemów hormonalnych czy w okresie karmienia piersią, a nawet w okresie premenopauzy³.

² Hilgers T.W., Daily K.D., Hilgers S. K., Prebil A. M. The Creighton Model FertilityCare System Book I: Basic Teaching Skills, sec. edition, PPVI Institute, Omaha, Nebraska, 2002.

³ Hilgers T.W. An Introductory Booklet for New Users 5th edition, PPVI Institute, Omaha, Nebraska, 2001.

STATYSTYKI DOTYCZĄCE SAMOBSERWACJI

Z badań wynika, że jeżeli para małżeńska zamierza odłożyć poczęcie, skuteczność metody CrMS wynosi 99,5 proc., natomiast uwzględniając błędy w użytkowaniu, skuteczność praktyczna to 96,8 procent⁴. Jeśli para o niezaburzoną płodność stosuje model Creighton w celu starania się o poczęcie, dochodzi do ciąży aż u 76 proc. starających się już w pierwszym cyklu, a w pierwszych sześciu cyklach 98 proc. zachodzi w ciążę. Sama znajomość swojego cyklu wystarczy do zaplanowania ciąży, jeśli ktoś nie ma większych problemów z płodnością. Natomiast dla par, które mają problemy zdrowia prokreacyjnego, system modelu Creighton daje więcej danych - dzięki większej ilości bio wskaźników, które określają różne czynniki mające wpływ na płodność. Wstępna analiza cykli odbywa się zazwyczaj po ok. 3 cyklach obserwacji. Stosując tylko samą obserwację modelu Creighton, można pomóc ok. 20 proc. par⁵

LECZENIE- NAPROTECHNOLOGY

W procesie diagnostyki NaProTechnology wykorzystuje dokładny zapis cyklu kobiety, który odwzorowany jest w karcie obserwacji w oparciu o metodę Creighton Model FertilityCare System. Formuła ta dostarcza bardzo dużą ilość istotnych informacji o procesach hormonalnych, jakie zachodzą w każdym cyklu, przy jednocześnie relatywnie prostym sposobie prowadzenia obserwacji, stanowi więc może dużą pomoc przy leczeniu. NaProTechnology jest dziedziną, w ramach której leczy się takie problemy jak:

- niepłodność;
- bolesne miesiączki;
- zespół napięcia przedmiesiączkowego;
- problemy hormonalne;
- nieregularne/nieprawidłowe krwawienia;
- torbiele jajników;
- poronienia nawykowe;
- depresję poporodową;
- przewlekłą wydzielinę dróg rodnych kobiety;
- inne zaburzenia zdrowia ginekologicznego i prokreacyjnego.

W ramach diagnostyki oferującej bardzo dokładne określenie stopnia zaburzenia zdrowia prokreacyjnego, możliwe jest określenie przyczyny problemu z płodnością a w konsekwencji podjęcie właściwego leczenia.

Program postępowania podzielony jest na 3 etapy:

- (1) nauka Creighton Model System;
- (2) dokładna diagnostyka;
- (3) leczenie (u kobiety - utrzymanie prawidłowych cykli, u mężczyzny – poprawa parametrów nasienia).

Na przykład w okresie okołoolulacyjnym, który może występować w różnych dniach cyklu, pewne objawy, bolesność przy badaniu mogą być stanem fizjologicznym, nie wymagającym

⁴ Hilgers T.W., Stanford J.B. Creighton Model NaProEducation Technology for Avoiding Pregnancy: Use Effectiveness, *Journal of Reproductive Medicine* 1998;43:495-502.

⁵ Hilgers T. W. *The Medical and Surgical Practice of NaProTechnology*; PPVI Institute; Omaha, Nebraska; 2004; 19;251-257.

żadnego leczenia, również zgłaszane przez wiele pacjentek upławy i dyskomfort w okolicy narządów płciowych zewnętrznych nie zawsze są objawem chorobowym.

Badania dodatkowe takie jak ultrasonografia i badania hormonalne dla uzyskania miarodajnych wartości powinny być przeprowadzone zgodnie z fizjologią danej kobiety, a nie w sposób schematyczny, bo tak wykonane mogą prowadzić do fałszywych wniosków. Prowadzenie obserwacji w sposób ciągły umożliwia również monitorowanie leczenia.

Zgodnie ze schematem proponowanym przez NaProTechnology etap diagnostyki obejmuje m.in. szczegółową diagnostykę ultrasonograficzną; badania nasienia pobieranego w sposób bardziej naturalny od klasycznie proponowanego; profile hormonalne cyklu oraz diagnostykę zabiegową to znaczy np. selektywną histerosalpingografię, histeroskopię, laparoskopię "near-contact" i inne według wskazań. Szczególną uwagę zwraca wykorzystanie nowoczesnych technik leczenia chirurgicznego: technik laserowych; waporyzacji laserowej ognisk endometriozy; chirurgii rekonstrukcyjnej jajowodów; wykorzystanie technik chirurgicznych w leczeniu PCOS. Postępowanie chirurgiczne prowadzone jest w taki sposób, aby praktycznie wyeliminować możliwość powstania zrostów, jak i stosuje się leczenie wcześniej powstałych zrostów w następstwie przebytych interwencji chirurgicznych⁶

W efekcie prowadzenia szczegółowej obserwacji cyklu, a także przy pomocy dokładnej diagnostyki nierzadko okazuje się, że przyczyny problemów z płodnością mogą leżeć poza układem ginekologicznym pacjentki. W ramach leczenia podkreśla się również rolę stylu życia, diety, poziomu stresu, a także poważnie bierze się pod uwagę zaburzenia zdrowia w innych obszarach organizmu człowieka.

SKUTECZNOŚĆ

Skuteczność NaProTechnology została udowodniona klinicznie, a wyniki postępowania zostały opublikowane w międzynarodowych, rekomendowanych czasopismach specjalistycznych. Według badań opublikowanych w Journal of the American Board of Family Medicine w 2008 roku⁷ - skumulowane wyniki, wskaźnik ciąż po leczeniu z powodu niepłodności, NaProTECHNOLOGY, w przedziałach czasowych, przedstawia się w następujący sposób:

- 1) do 12 miesięcy uzyskano 44% ciąż;
- 2) do 24 miesięcy uzyskano 62% ciąż;
- 3) w 48 miesięcy od rozpoczęcia leczenia 71%.

Badania opublikowane w The Medical & Surgical Practice of NaProTechnology Thomas W. Hilgers 2004 przedstawiają, iż leczenie zgodne z NaProTechnology, doprowadziło, w zależności od przyczyny niepłodności, do następującej ilości poczęć:

- (1) kiedy przyczyną niepłodności był brak owulacji – uzyskano 81,8% poczęć;
- (2) jeżeli przyczyną niepłodności był zespół policystycznych jajników – uzyskano 62,5%;
- (3) jeżeli przyczyną niepłodności była endometrioza – uzyskano 56,7%;

⁶ Hilgers T.W. Near Adhesion-Free Reconstructive Pelvic Surgery: Three Distinct Phases of Progress Over 23 Years. Journal of Gynecologic Surgery Vol. 26, No 1, 2010.

⁷ Stanford J.B., Parnell T.A., Boyle P.C. Outcomes from treatment of infertility with natural procreative technology in an Irish general practice. Journal of the American Board of Family Medicine 2008;21:375–384.

(4) jeżeli przyczyną niepłodności była niedrożności jajowodów – uzyskano 38,4%.

W badaniu irlandzkiego konsultanta NaProTechnology: dr. Phila Boyle'a opublikowane w Journal of the American Board of Family Medicine 2008 na podstawie leczenia z powodu niepłodności, przeprowadzonego w latach 1998 -2002, w przypadku 1239 par małżeńskich, wśród których średni wiek kobiet to 35,8 lat, średnia długość trwania niepłodności to 5,6 roku, a 33% par wcześniej było leczonych ART (Artificial Reproductive Technology, czyli technik sztucznego rozrodu „in vitro”) - wskaźnik ciąży wyniósł 52%. Udało się pomóc około 30% par po niepowodzeniach ART.

PODSUMOWANIE

Obserwacja wg Modelu Creighton ma wiele zastosowań. Samoobserwacja sprzyja większej świadomości swego ciała, z kolei znajomość zmian cyklicznie zachodzących w organizmie kobiety ma niebagatelne znaczenie dla ochrony zdrowia i profilaktyki chorób kobiecych, daje również możliwość diagnozowania zaburzeń. Pozwala to na rozumienie własnego samopoczucia w różnych fazach cyklu, jest całkowite bezpieczne w stosowaniu, pozwala świadome podejmować decyzje o poczęciu lub jego odłożeniu, nierzadko sprzyja też rozwojowi relacji małżeńskiej i jej pogłębianiu. Pobudza do afirmacji płodności i sprzyja dobremu przygotowaniu do dwurodzicielstwa. Świadomość własnej płodności oraz umiejętność jej odczytywania dają wiedzę, która sprzyja zdrowiu fizycznemu i psychicznemu. To życie w harmonii z naturą, w poszanowaniu ludzkiej seksualności, podkreślające ekologię prokreacji.

NaProTechnology to wiele metod skrupulatnej diagnostyki i zaawansowanych technik leczenia dające realne szanse naturalnego poczęcia w przypadku par borykających się z problemami z płodnością oraz utrzymania i przywrócenia zdrowia ginekologicznego w przypadku każdej innej sytuacji u kobiety w wieku prokreacyjnym. Jest to sposób postępowania medycznego ukierunkowany na utrzymanie w dobrym stanie zdrowia ginekologicznego samej kobiety, czy też pary małżeńskiej poprzez monitorowanie, wczesne rozpoznawanie zaburzeń i ich leczenie, stałą opiekę, edukację i zachęcanie do zachowań sprzyjających zdrowiu. Po kilku latach leczenia, rozwoju ośrodków, które leczą na zasadach NaProTechnology, rośnie liczba dzieci poczętych dzięki pomocy NaProTechnology, jak również liczba zadowolonych z tej formy leczenia kobiet. Więcej informacji nt. NaProTechnology można znaleźć na stronach internetowych: naprotechnology.pl, creightonmodel.pl

Literatura:

1. Hilgers T. W. The Medical and Surgical Practice of NaProTechnology; PPVI Institute; Omaha, Nebraska; 2004; 19;251-257.
2. Hilgers T.W., Daily K.D., Hilgers S. K., Prebil A. M. The Creighton Model FertilityCare System Book I: Basic Teaching Skills, sec. edition, PPVI Institute, Omaha, Nebraska, 2002.
3. Hilgers T.W. An Introductory Booklet for New Users 5th edition, PPVI Institute, Omaha, Nebraska, 2001.

4. Hilgers T.W., Stanford J.B. Creighton Model NaProEducation Technology for Avoiding Pregnancy: Use Effectiveness, *Journal of Reproductive Medicine* 1998;43:495-502.
5. Hilgers T.W. Near Adhesion-Free Reconstructive Pelvic Surgery: Three Distinct Phases of Progress Over 23 Years. *Journal of Gynecologic Surgery* Vol. 26, No 1, 2010.
6. Stanford J.B., Parnell T.A., Boyle P.C. Outcomes from treatment of infertility with natural procreative technology in an Irish general practice. *Journal of the American Board of Family Medicine* 2008;21:375–384.