

ЛЕКТОРИЙ



Равзат САИДОВА

профессор, доктор медицинских наук,
акушер-гинеколог, гинеколог-эндокринолог,
врач высшей категории (стаж свыше 33 лет),
автор более 100 научных работ

К ВОПРОСУ О ЖЕНСКОЙ КРАСОТЕ

Половые гормоны, здоровье и внешность

Женский организм – самое совершенное творение природы. На протяжении активного периода жизни женщины целый комплекс механизмов обеспечивает слаженную и эффективную работу всех физиологических систем, и в т.ч. – поддержание баланса сложных гормональных взаимосвязей репродуктивной системы (РС).

Ключевыми женскими гормонами являются эстрогены. Кроме своих основных функций, они влияют на состояние волос, ногтей, кожи и слизистых; наиболее важен эстрадиол, который называют «гормоном красоты». Выработка эстрадиола ощутимо меняется в ходе менструального цикла по мере развертывания физиологических процессов в яичниках. Кроме того, она сильно зависит от индивидуальных особенностей организма, состояния других органов и систем, а также от возраста. Особенно значительные изменения уровней и соотношения стероидных половых гормонов, прежде всего эстрогенов и андрогенов, происходят в пубертатном, пре- и пе-

рименопаузальном периодах. Гормональный портрет женщины, который формируется при участии половых гормонов в процессе роста и развития, очень индивидуален. Половые гормоны определяют тип фигуры, состав тела, состояние кожи и волос. Любые изменения гормонального фона почти сразу отражаются на внешности женщины. Красивая женщина – это, прежде всего здоровая женщина с высоким уровнем эстрадиола, который отвечает за такие классические признаки женской привлекательности, как фигура «песочные часы», чистая бархатистая кожа, густые волосы, длинные пушистые ресницы, яркие и сочные губы.





РАННИЙ РЕПРОДУКТИВНЫЙ ПЕРИОД, 15–24 ГОДА: СТАТЬ КРАСИВОЙ

В этот период идет становление РС и всего будущего здоровья женщины, происходит отладка механизмов координации между основными звеньями РС, складывается индивидуальный гормональный профиль. Значение генетических и средовых факторов в это время почти равнозначно.

Отличительная особенность данного этапа – постоянная «борьба» эстрогенов и андрогенов. В пренатальном периоде эстрогены обуславливают формирование влагалища, матки, фаллопиевых труб. В постнатальном периоде – развитие вторичных половых признаков (рост молочных желез, оволосение лобковой и аксиллярных зон по женскому типу, распределение подкожной жировой клетчатки в области груди, живота и ягодиц), а также пролиферацию эндометрия и реализацию полноценного менструального цикла. Кроме того, они стимулируют секрецию цервикальной слизи, повышают чувствительность миометрия к утеротоникам (окситоцину).

Андрогены – тестостерон, андростендион и дигидротестостерон (ДГТ) – мужские половые стероиды, предшественники эстрогенов, обладающие более высокой биологической активностью. По своим свойствам они во многом противоположны эстрогенам, нередко нивелируют их положительные эффекты и подавляют деятельность яичников.

Как у мужчин, так и у женщин одним из наиболее активных андрогенов является ДГТ, который образуется в периферических тканях из тестостерона. Он отличается го-

раздо большим сродством к андрогеновым рецепторам, чем тестостерон, и поэтому, несмотря на меньшую концентрацию, оказывает значительно более выраженное физиологическое действие. У мужчин ДГТ во время внутриутробного развития способствует формированию внутренних и наружных мужских половых органов. После рождения влияет и на другие мишени – волосяные фолликулы, скелетную мускулатуру и пр. Намного сильнее тестостерона стимулирует пролиферацию клеток предстательной железы, приводящую к ее гиперплазии.

У представителей обоих полов избыток ДГТ угнетает рост волос на голове и вызывает их усиленное выпадение. У женщин повышенный уровень андрогенов становится причиной гиперандрогенной дерматопатии, к проявлениям которой, кроме алопеции, относятся акне, себорея и гирсутизм. При серьезном смещении баланса эстрогенов и андрогенов наблюдаются нарушения менструального цикла и даже бесплодие.

СРЕДНИЙ РЕПРОДУКТИВНЫЙ ПЕРИОД, 25–34 ГОДА: БЫТЬ КРАСИВОЙ

Для этого этапа характерна максимальная гормональная активность РС и одновре-

менно максимальная стабильность, уравновешенность всех физиологических процессов. Период наиболее благоприятен для осуществления генеративной функции: в этом возрасте женщина лучше всего подготовлена к рождению ребенка.

После зачатия особое значение приобретает прогестерон – еще один стероидный половой гормон, который на ранних сроках беременности вырабатывается преимущественно яичниками, а затем и плацентой. Прогестерон является антагонистом эстрогенов. Частично блокируя их биологические эффекты, он после овуляции подготавливает организм к беременности, а затем обеспечивает ее поддержание. Баланс прогестерона и эстрадиола сохраняется на протяжении почти всех 40 недель беременности, изменяясь только перед родами.

Кроме этого прогестерон участвует в подготовке молочных желез к лактации; способствует накоплению жира в организме; стимулирует дыхательный центр и повышает его чувствительность к CO_2 , в результате чего усиливается вентиляция легких, а в крови снижается парциальное давление CO_2 . Конкурируя с альдостероном за минералокортикоидные рецепторы, увеличивает выведение натрия с мочой. Проявляет слабые антиандрогенные свойства.



ЛЕКТОРИЙ

К ВОПРОСУ О ЖЕНСКОЙ КРАСОТЕ. ПОЛОВЫЕ ГОРМОНЫ, ЗДОРОВЬЕ И ВНЕШНОСТЬ



СТАРШИЙ РЕПРОДУКТИВНЫЙ ПЕРИОД, 35–44 ГОДА: ОСТАВАТЬСЯ КРАСИВОЙ

В настоящее время людей от 18 до 44 лет ВОЗ считает молодыми. Однако уже в 37–38 лет у женщин появляются первые признаки старения РС. Как следствие, начинается старение и других физиологических систем.

К 40–42 годам наблюдается максимальный суммарный эффект стероидных гормонов – наибольшая плотность костной ткани и пр. То есть 40–42 года – это пик, который определяет, как далее будут развиваться события: сможет ли женщина надолго сохранить красоту и здоровье, или же начнут быстро разворачиваться разрушительные процессы старения.

После указанного возраста в большей или меньшей степени начинает проявляться дефицит половых гормонов. Биологические эффекты стероидов зависят от концентрации гормонов в периферической крови и от времени их воздействия. Механизмы, запускающие возрастные изменения различных клеток и тканей, активируются, когда дефицит эстрадиола сохраняется более 5 месяцев. Если уровень эстрадиола понижен 1,5–2 года, данные процессы старения, во многом, остановить уже невозможно. Раньше всего дефицит эстрогенов сказывается на состоянии кожи и волос, позднее присоединяются изменения в сердечно-сосудистой системе и другие проявления старения. Что касается прогестерона, то его дефицит проявляется в виде прибавки веса, нарушения менструальной функции, метаболических сбоев, появления различных гинекологических патологий, таких как миома матки, аденомиоз, гиперпластические процессы в эндометрии.

После сорока особенно актуальным становится известное выражение: «Чтобы быть красивой, нужно родиться красивой, а чтобы остаться красивой, нужно трудиться над собой». В молодости красоту дарит природа, но в более зрелом возрасте для ее поддержания необходимы усилия, и в первую очередь – регулярный уход за кожей при помощи качественных косметических средств. Одним из лучших вариантов является японская косметика Forlle'd. Препараты, созданные на основе достижений современной науки, полностью отвечают самым высоким требованиям. Уникальные технологии, инновационные низкомолекулярные ингредиенты, запатентованная система адресной доставки активных веществ в кожу, совместимость с аппаратными процедурами – вот секрет эффективности продукции **Forlle'd**. Средства позволяют атравматично доставить в глубокие слои тканей ионизированные минеральные соединения, низкомолекулярную гиалуроновую кислоту и другие компоненты, жизненно необходимые коже. Кроме того, косметика Forlle'd нормализует и поддерживает состояние кожной микрофлоры, улучшая тем самым местный иммунитет, что крайне важно для кожи любого типа, особенно для чувствительной и склонной к воспалению.

Знакомство с брендом можно начать всего с четырех базовых препаратов: это продукты для двухступенчатого очищения, лосьон и крем, которые помогут быстро получить хорошо видимый результат. Далее рекомендуется провести профессиональную диагностику кожи и, учитывая ее потребности, вместе с косметологом подобрать индивидуальную программу из жемчужин уходовой косметики Forlle'd.



FORLLED

HEALTHY SKIN DRIVEN BY SCIENCE

Сделано в Японии – ценится в мире



Наши патенты:

Япония – 2865412

США – 5328702

Республика Корея – 157066

Австралия – 650298

ЕС – 0507960

ФОРМУЛА УСПЕХА

$$\left(\begin{array}{l} \text{Неинвазивные нанотехнологии} \\ + \text{Биокомпоненты} \end{array} \right) \times \text{Неизменное качество}$$

$$= \text{Доказанный временем омолаживающий эффект}$$

Academia
FORLLED
LOVTECH

Эксклюзивный представитель на территории РФ ООО «Дайсэйко»

Москва: (495) 225-94-57 / 58, info@forlled-russia.ru

Санкт-Петербург: (812) 644-42-12, 244-79-19, infospb@forlled-russia.ru

 [forlled_rus](#)  [shop-forlled.ru](#)

www.forlled-russia.ru