

ВЗАИМОСВЯЗЬ НЕДОСТАТОЧНОЙ МАССЫ ТЕЛА И СТАНОВЛЕНИЯ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА У ДЕВОЧЕК-ПОДРОСТКОВ

Тохтаева Нодира Махмуд кизи

Ташкентский государственный медицинский университет 2-й кампус

Кафедра акушерства и гинекологии, детской гинекологии

Магистратура по специальности «Детская и подростковая гинекология»

E-mail: nodiratoxtayeva0@gmail.com ORCID: 0009-0009-7793-1085

М.Р. Собирова

Научный руководитель.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.22835095>

Аннотация. В статье рассматривается взаимосвязь между недостаточной массой тела и особенностями становления менструального цикла у девочек-подростков.

Подростковый возраст характеризуется активным физическим развитием и функциональным созревaniem репродуктивной системы, в связи с чем состояние питания и соответствие массы тела возрастным показателям приобретают особое значение.

Недостаточная масса тела может сопровождаться дефицитом энергетических ресурсов, изменениями обменных процессов и функциональными нарушениями нейроэндокринной регуляции. Это, в свою очередь, способно отражаться на сроках наступления менархе, регулярности и продолжительности менструального цикла.

В работе рассматриваются основные особенности менструальной функции у подростков с недостаточной массой тела, а также значение антропометрической оценки для своевременного выявления возможных отклонений.

Ключевые слова: Девочки-подростки, недостаточная масса тела, менструальный цикл, менархе, менструальная функция, репродуктивное здоровье, энергетический дефицит, антропометрические показатели.

Введение

Подростковый возраст является одним из наиболее значимых этапов формирования репродуктивной системы девочек, в течение которого происходят выраженные изменения гормональной регуляции, физического развития и становления менструальной функции.

Начало менструаций и последующее формирование регулярного менструального цикла отражают степень функциональной зрелости репродуктивной системы и во многом зависят от общего состояния организма.

Одним из факторов, способных оказывать влияние на становление менструальной функции, является недостаточная масса тела. Дефицит массы тела у подростков может сопровождаться недостаточным поступлением энергии и питательных веществ, изменением обменных процессов и функциональной перестройкой нейроэндокринной регуляции.

При выраженном или длительном энергетическом дефиците возможно нарушение нормального взаимодействия между гипоталамусом, гипофизом и яичниками, что может отражаться на сроках наступления менархе и характере последующего менструального цикла.

Актуальность

Подростковый возраст является критическим периодом для становления репродуктивной функции, поскольку именно в это время происходит окончательное формирование нейроэндокринных механизмов, регулирующих менструальный цикл. Одним из важных условий нормального протекания данных процессов является адекватное физическое развитие и достаточное обеспечение организма энергией и питательными веществами.

Основная часть

Становление менструального цикла является важным этапом полового созревания девочек-подростков. В этот период постепенно формируется функциональная взаимосвязь между гипоталамусом, гипофизом и яичниками. Активация данной нейроэндокринной системы сопровождается изменением секреции гонадотропных и половых гормонов, что обеспечивает последовательное развитие репродуктивной функции. Первым клиническим проявлением активизации репродуктивной системы обычно становится менархе. В первые годы после его наступления менструальный цикл может характеризоваться определённой вариабельностью продолжительности и регулярности. Постепенно происходит созревание механизмов гормональной регуляции, вследствие чего циклические изменения становятся более устойчивыми. На данный процесс оказывают влияние темпы физического развития, состояние эндокринной системы, характер питания и уровень энергетического обеспечения организма. Особое значение имеет соответствие массы тела возрастным и ростовым показателям. При достаточном поступлении энергии создаются условия для нормального функционирования репродуктивной системы. Поэтому оценка сроков наступления менархе и особенностей последующего цикла позволяет получить важную информацию о состоянии полового развития подростка.

Недостаточная масса тела у девочек-подростков может отражать несоответствие между потребностями растущего организма и фактическим поступлением энергии. В условиях выраженного энергетического дефицита организм стремится перераспределять имеющиеся ресурсы в пользу жизненно важных физиологических процессов.

Репродуктивная функция при этом может становиться более чувствительной к изменениям энергетического обмена. Снижение энергетической доступности способно сопровождаться функциональными изменениями нейроэндокринной регуляции, включая нарушение нормальной активности гипоталамо-гипофизарно-яичниковой системы. Это может проявляться особенностями сроков наступления менархе и нестабильностью менструального цикла. У некоторых подростков возможны удлинение интервалов между менструациями, нерегулярность кровотечений или временное отсутствие менструаций.

Выраженность подобных изменений зависит от степени дефицита массы тела, его продолжительности и индивидуальных особенностей организма. Дополнительное значение имеют характер питания, физическая активность и общее состояние здоровья. Поэтому сама по себе низкая масса тела не должна рассматриваться как единственная причина нарушений менструального цикла. Необходим комплексный анализ антропометрических, соматических и гинекологических показателей.

Изучение взаимосвязи между антропометрическими характеристиками и менструальной функцией имеет важное значение для оценки репродуктивного здоровья девочек-подростков. Одним из основных показателей является индекс массы тела, который позволяет ориентировочно оценить соответствие массы тела росту. При выявлении недостаточной массы тела целесообразно дополнительно анализировать динамику физического развития и особенности питания подростка. Важными характеристиками менструальной функции являются возраст наступления менархе, продолжительность цикла, длительность менструального кровотечения и степень его регулярности. Сопоставление этих показателей позволяет выявить возможные связи между физическим развитием и становлением репродуктивной системы. Особое внимание следует уделять подросткам, у которых дефицит массы тела сочетается с выраженной нерегулярностью менструаций.

Длительное сохранение подобных изменений требует своевременной оценки состояния здоровья и определения возможных причин. Профилактическое наблюдение должно включать контроль физического развития, рационализацию питания и информирование подростков о значении полноценного питания для репродуктивной функции. При необходимости подросток должен быть направлен на консультацию соответствующего специалиста. Раннее выявление неблагоприятных изменений позволяет своевременно определить тактику наблюдения и предупредить дальнейшее нарушение менструальной функции. Таким образом, оценка взаимосвязи массы тела и характеристик менструального цикла является важной составляющей комплексного подхода к сохранению репродуктивного здоровья подростков.

Заключение

Таким образом, недостаточная масса тела у девочек-подростков может быть одним из факторов, влияющих на особенности становления менструального цикла. Дефицит энергетических ресурсов организма способен отражаться на нейроэндокринных механизмах регуляции репродуктивной системы и сопровождаться изменением сроков наступления менархе и характера менструального цикла.

Особое внимание следует уделять случаям, когда низкая масса тела сочетается с нерегулярными или удлинёнными менструальными циклами. В связи с этим оценка физического развития и регулярное наблюдение за менструальной функцией имеют важное значение в подростковом возрасте.

Раннее выявление недостаточной массы тела, коррекция питания и своевременная оценка нарушений менструальной функции могут способствовать сохранению репродуктивного здоровья.

Список использованной литературы

1. Камалов Т.М., Музафарова С.А. Specific features of cytokine synthesis in adolescent girls with oligomenorrhea and low body mass index // Russian Journal of Immunology. 2024. Т. 27, № 4. С. 839–844.
2. Mörrö S., Kosola S., Holopainen E. Girls referred for amenorrhea: analysis of a patient series from a specialist center // Frontiers in Public Health. 2024. Vol. 12.

3. Szostak-Węgierek D., et al. Dietary and Lifestyle Management of Functional Hypothalamic Amenorrhea: A Comprehensive Review // *Nutrients*. 2024. Vol. 16, No. 17.
4. Thaief K.A. Analisis hubungan status gizi dengan gangguan menstruasi pada remaja wanita // *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*. 2024. Vol. 13, No. 2. P. 135–141. Rusdi W.E., Farindra I., Rusdi M.S., Farmananda I.R., Bengel
5. W.D.M.R. The Relationship of Nutritional Status on Female Santri's Menstrual Cycle in Al-Jihad Islamic Boarding School in Surabaya // *International Islamic Medical Journal*. 2024. Vol. 6, No. 1. P. 10–17