



КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

**КК**  
КЛИНИКА  
ПРОФЕССОРА  
КАЛИНЧЕНКО

**КЛИНИКА ГОРМОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ  
И АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ  
КОНЦЕПТУАЛЬНАЯ КЛИНИКА  
ЭКСПЕРТНОГО УРОВНЯ  
КЛИНИЧЕСКАЯ БАЗА КАФЕДРЫ  
ЭНДОКРИНОЛОГИИ РУДН**

## ЗГТ: СТРАХИ И МИФЫ

Существует много страхов и мифов о заместительной гормональной терапии (ЗГТ), давайте попробуем в них разобраться.

**Миф #1:** Гормоны — это вредно, потому что они синтетические.

**Правда:** Мы используем только биоидентичные гормоны, то есть молекула ЗГТ абсолютно соответствует «родной» молекуле, а в настоящее время все гормоны изготавливают из сои, что делает их еще более естественными.

**Миф #2:** Гормональная заместительная терапия плохо изучена.

**Правда:** Гормоны изучены намного лучше, чем любое другое вещество в нашем организме. Их изучение началось в 30-х годах прошлого века, начинали с фитогормонов. На данный момент научная литература насчитывает более 40 тысяч публикаций на эту тему.

**Миф #3:** Пусть будет все естественно, если природа придумала климакс.

**Правда:** Все зависит от ваших целей: вы думаете об активном долголетии, на своих ногах, в здравом уме — или выбираете старческую деменцию и постель после 80 лет (вам хорошо, за вами ухаживают, вы все равно ничего не понимаете, а вот ваши родственники «безмерно радуются»). Я согласен только с тем, что надо приложить все усилия к сохранению максимально длительного синтеза СВОИХ гормонов (так как свой гормон, конечно, лучше внесенного, даже биоидентичного). Сейчас у нас растет поколение новых детей, мамы которых принимали витамин D и Омега-3 во время беременности, у них есть все шансы синтезировать свои гормоны до 60 лет, а мы — команда Клиники профессора Калинченко (КПК) — доживем до этого времени, нам будет 110–120 лет, и убедимся, что концепция «Квартета здоровья» — это НОБЕЛЕВСКАЯ ПРЕМИЯ.

**Миф #4:** Я толстею от ваших гормонов За НЕДЕЛЮ на 5 кг!

**Правда:** От гормонов, тем более биоидентичных, не толстеют (смотрим пункт 1, в 25 лет вы могли себе позволить торт и легко похудеть к морю, так как своих гормонов было много). Потолстели вы от отеков, так как ваш организм



**Леонид Олегович Ворслов**

Кандидат медицинских наук, доцент кафедры эндокринологии ФПК МР РУДН, врач-кардиолог



[www.proandro.ru](http://www.proandro.ru)



@KlinikaProfessoraKalinchenko



@klinika\_kalinchenko



**Роман Алексеевич Терушкин**

Врач-ординатор кафедры эндокринологии ФПК МР РУДН

в окислительном стрессе из-за различных дефицитов (то есть обеспечение вашего организма энергией идет неэффективно, накапливается много токсинов и «грязи», а организм умный, он пытается очиститься, забирая в межклеточное пространство воду из кровеносного русла, и не всегда у него получается все это вывести). Если у женщины уже есть избыточный вес, связанный с возрастным изменением гормонального баланса, эти препараты даже помогут похудеть.

**Миф #5:** ЗГТ может вызвать проблемы с сердечно-сосудистой системой и тромбозы.

**Правда:** Риск минимален, а эффективность терапии максимальна на самых ранних этапах проявления климакса: приливы, тахикардия, бессонница, урогенитальные синдромы.

**Миф #6:** гормональная заместительная терапия может спровоцировать онкологическое заболевание.

**Правда:** В последнем руководстве, изданном специалистами Международной ассоциации по менопаузе (International Menopause Society — IMS), представлена информация о том, что риск развития рака молочной железы на фоне приема ЗГТ составляет <1 на 1000 женщин в год, что не превышает вероятности развития патологии под влиянием различных факторов окружающей среды или образа жизни.

Все страхи — миф. ЗГТ — способ избежать артроза, атеросклероза, болезни Альцгеймера. Но самое главное — сохранить красоту и качество жизни.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ