

ΥΓΕΙΑ

ΑΝΤΙΓΗΡΑΝΣΗ ΩΟΘΗΚΩΝ

Η αντιγήρανση των ωοθηκών φέρνει επανάσταση στη γυναικεία υγεία. Μάθετε πώς μπορείτε να προστατέψετε την αναπαραγωγική σας λειτουργία, ώστε να ενισχύσετε τη γονιμότητά σας και να βελτιώσετε την ορμονική σας ισορροπία.



Η Κάμερον Ντίζλ φρόντιζε πάντα την υγεία της και πλέον ετοιμάζεται να φέρει στον κόσμο το πρώτο της παιδί.

Η αντιγήρανση έχει συνδεθεί κυρίως με την υγεία του δέρματος και τα εξωτερικά χαρακτηριστικά του προσώπου και του σώματος. Όμως, στην πραγματικότητα πρόκειται για μια πιο πολύπλοκη διαδικασία, που ξεκινά σε κυτταρικό/μοριακό επίπεδο και αφορά μεμονωμένα συστήματα του οργανισμού. Με αυτή, λοιπόν, την έννοια η αντιγήρανση αφορά και το αναπαραγωγικό σύστημα, και περιλαμβάνει όλες εκείνες τις διεργασίες που το προστατεύουν από τη φθορά και προάγουν τη βέλτιστη λειτουργία του. Οι ωοθήκες, που παράγουν τις πιο σημαντικές γυναικείες ορμόνες, τα οιστρογόνα, σε συνεργασία με το ενδοκρινικό σύστημα, δεν επιτυγχάνουν μόνο τη βέλτιστη γονιμότητα και τη δυνατότητα για σύλληψη και γέννηση ενός υγιούς μωρού, αλλά εξασφαλίζουν καλή σεξουαλική διάθεση, προστασία από φλεγμονές, καθώς και συναισθηματική και σωματική ευεξία.

Η διαδικασία της αναπαραγωγικής γήρανσης ποικίλλει σημαντικά μεταξύ των γυναικών. Αυτό σημαίνει ότι μερικές, αν και λίγες, παραμένουν αναπαραγωγικά ενεργές μέχρι την αρχή της πέμπτης δεκαετίας της ζωής τους, ενώ άλλες αντιμετωπίζουν την απώλεια της γονιμότητάς τους ήδη από τα μέσα της δεκαετίας των τριάντα ή και, δυστυχώς, νωρίτερα. Η μείωση του αριθμού των ωοθυλακίων, που συμπίπτει με μειωμένη ποιότητα ωαρίων, υπαγορεύει τις σταδιακές αλλαγές στον έμμηνο κύκλο και την ελάττωση της μηνιαίας γονιμότητας.

Ας δούμε, λοιπόν, πώς η επιστήμη μπορεί να μας βοηθήσει να προστατέψουμε και να βελτιώσουμε την αναπαραγωγική μας λειτουργία.

Healthy Woman Pro

Όπως είναι γνωστό, πολλοί είναι οι παράγοντες που επηρεάζουν τη γενική υγεία και ευεξία ενός ατόμου, με τη γενετική προδιάθεση να παίζει πολύ σημαντικό ρόλο. Οι πρόσφατες εξελίξεις στην ανάλυση του γονιδιώματος με τη χρήση αλληλουχίας επόμενης γενιάς (NGS) επιτρέπουν την ανάλυση γονιδίων που εμπλέκονται και στην ανθρώπινη αναπαραγωγή και γονιμότητα. Το γενετικό προφίλ μιας γυναίκας μπορεί να παρέχει πληροφορίες σχετικά με τις πιο κοινές παθήσεις στις οποίες μπορεί να έχει προδιάθεση, καθώς και άλλες πληροφορίες που μπορεί να είναι χρήσιμες κατά τη διάρκεια της ζωής της, για βέλτιστη υγεία, γονιμότητα και ευεξία.

Διατροφογενωμική

Η αναπαραγωγική υγεία καθορίζεται σε μεγάλο βαθμό από τον τρόπο διατροφής, κυρίως λόγω του σημαντικού ρόλου που παίζουν κάποια μικροθρεπτικά συστατικά σε επιγενετικούς μηχανισμούς που είναι υπεύθυνοι για την προστασία του γενετικού υλικού (DNA), τόσο των γονέων όσο και του αναπτυσσόμενου

εμβρύου. Μια διατροφή φτιαγμένη αποκλειστικά για τη γενετική ταυτότητα της γυναίκας ενισχύει τους μηχανισμούς αυτούς και επηρεάζει θετικά τη γονιμότητα.

Εξειδικευμένα ορμονορρακικά συμπληρώματα διατροφής

Η νέα εποχή της διατροφικής ενίσχυσης της γονιμότητας υποστηρίζεται από προηγμένα συμπληρώματα διατροφής, που προσαρμόζονται στις ιδιαίτερες ανάγκες κάθε γυναίκας. Προηγμένα διατροφικά συμπληρώματα, όπως τα Fertilovit® Nutraceuticals, περιέχουν βιταμίνες και μικροθρεπτικά συστατικά με συνεργατική δράση και υψηλή βιοδιαθεσιμότητα, σε διαφορετικές ορμονορρακικές φόρμουλες που συμβάλλουν θετικά στην ομαλή λειτουργία του αναπαραγωγικού συστήματος, ανάλογα με τις εκάστοτε απαιτήσεις.



Ευχαριστούμε τη Harroula Mathiopolou Bilali
BSc MMedSc Molecular Biologist - Reproductive Health
Specialist Master of Medical Science in Assisted
Reproduction Technologies
Certified Health & Wellness Coach
Creator of Fertility iD™ and Power Mom™
Fertility & Pregnancy Coaching Methods
Co-founder and Scientific Director,
Bilalis Women's Health Clinic
CEO, Health iD Genomics Institute
Member of the European Society of Human Reproduction
and Embryology
Member of the American Society of Reproductive Medicine
www.harroulabilali.gr