



Endometrioosi kuin auringonpimennys naisen elämässä

Äärettömän kovia kipuja. Hillittömän runsaita vuotoja. Hiivaa, suolistovaivoja, jatkuvaa väsymystä. Endometrioosi sulkee onnen naisen elämästä. Alla Honkanen iloitsee otsonista, jolla on pystynyt auttamaan monia.

Endometrioosi on kivulias ja hyvin vaarallinen sairaus, koska endometriosikudoksessa on jatkuva, krooninen tulehdus. Kovien kipujen ja runsaiden vuotojen vuoksi endometrioosi aiheuttaa siitä kärsivälle naiselle myös sosiaalisia ongelmia ja työkyvyttömyyttä. Endometrioosi on kuin auringonpimennys naisen elämässä, sanoo otsoniterapeutti ja erikoissairaanhoitaja **Alla Honkanen** ja jatkaa:

– Onkin ensiarvoisen tärkeää pyrkiä kaikkiin mahdollisiin keinoin hoitamaan endometrioosia.

Hän on hyvin iloinen siitä, että on otsoniterapialla saanut annettua avun monelle kärsivälle naiselle.

Endometrioosikudoksessa jatkuva tulehdus

Endometrioosi on kohdun limakalvon pesäkesirotumatauti, jota sairastaa arviolta 5-10 % hedelmällisessä iässä olevista naisista. Endometrioosissa kohdun limakalvon (endometrium) kaltaista kudosta kasvaa kohdun ulkopuolelle esimerkiksi munasarjoihin, munanjohtimiin sekä kohdun,

suolen ja virtsarakon pinnoille. Periaatteessa endometrioosia voi olla missä tahansa vatsaontelossa tai jopa sen ulkopuolella.

Endometriosipesäkkeet aiheuttavat kudokseen kroonisen tulehdusreaktion. Estrogeeni vaikuttaa pesäkkeiden kasvuun. Munasarjojen erittämän estrogeenin lisäksi myös endometriosipesäkkeet itse tuottavat estrogeenia.

Endometrioosin perussyitä ei tunneta. Yksi mahdollinen selitys on se, että kohdun limakalvoa kulkeutuu kuukautisten yhteydessä munatorvien kautta vatsaonteloon ja kiinnittyy vatsakalvon pintaan kohdun limakalvon tapaiseksi kudokseksi. On mahdollista, että endometriosipotilailla elimistön normaali immuunijärjestelmä on jollakin tavalla häiriintynyt mahdollistaen endometrioosin kehittymisen.

Endometriosikudos reagoi elimistön estrogeenitasoon

Endometriosipesäkkeet käyttäytyvät samantapaisesti kuin kohdun limakalvo. Ne reagoivat kuukautiskierron mukaiseen estrogeenitasoon nousuun ja laskuun. Estrogeenitason kohotessa pesäkkeet paksuuntuvat, mutta väärässä paikassa kasvava kudosa ei pääse poistumaan elimistöstä vuotona.

– Endometriosikudos on kuin kuollutta kudosta, jossa hapen, ravintoaineiden ja kuona-aineiden kuljetus ei toimi.

Vatsaontelossa vuotava veri ärsyttää ja tulehduttaa viereisiä kudoksia, jonka seurauksena voi muodostua arpinkudosta ja elimiä toisiinsa liimaavia kiinnikkeitä – tämän nainen tuntee kovana kipuna.

Otsoni sopii tukihoidoksi lääkehoidon rinnalle

Endometrioosi on uusiutuva, krooninen sairaus. Lopullista parantavaa hoitoa ei sairauteen ole vielä löytynyt, mutta oireita voidaan hoitaa muun muassa tulehduskipulääkkeillä, hormonilääkkeillä tai leikkauksella.

– Näiden hoitomuotojen lisähoidoksi ja tukihoidoksi sopii erinomaisesti otsoniterapia, sanoo Alla Honkanen.

– Hoitotulokset vielä paranevat, kun otsoniterapiaan yhdistetään antioksidanttihoitoja vitamiineilla, kivennäisaineilla ja rasvahapoilla, koska endometrioosissa on kyse kroonisesta tulehduksesta, jonka hoitamisessa riittävä antioksidanttisuojaus tulehdusta aiheuttavaa elimistön hapeustressiä vähentämällä on olennaisen tärkeää.

Endometrioosia sairastava kärsii kovien kipujen ja vuotojen lisäksi yleensä hiivatulehduksis-

ta, suolisto-ongelmista ja kroonisesta väsymyksestä.

– Myös näihin otsoniterapia antaa avun. Otsoni tuhoaa sienä, bakteereita ja viruksia. Se on myös merkittävä kudosten saneeraaja ja elvyttäjä sekä vahva elimistön stimuloija eli virkistäjä.

Parantaa kudosten hapensaantia, nostaa elimistön immunitaattia

Merkittävin otsonin hyöty endometrioosin hoitamisessa on Alla Honkasen mukaan otsonin ominaisuus hillitä tulehdusta ja siitä aiheutuvia kipuja ja turvotuksia.

– Otsonin hoitovaikutus perustuu muun muassa otsonin kykyyn parantaa kudosten hapensaantia ja nostaa elimistön immunitaattia. Endometrioosissa näissä molemmissa on ongelmia; endometriosikudos on kuin kuollutta kudosta, jossa hapen, ravintoaineiden ja kuona-aineiden kuljetus ei toimi, Honkanen sanoo.

Otsoniterapiassa hän käyttää opettajansa, Nizhni Novgorodissa Venäjän valtion lääketieteellisessä akatemiassa työskentelevän professori, lääketieteen tohtori **Oleg Maslennikovin** hoitomenetelmiä.

Endometrioosin oireita

- * runsaat ja/tai kivuliaat kuukautiset
- * kipu ja/tai tiputteluvuoto ennen kuukautisia
- * välivuodot
- * krooninen kipu alavatsan, sukupuolielinten ja/tai lantion alueella
- * yhdyntäkipu tai kipu välittömästi yhdynnän jälkeen
- * tärinäkipu
- * selkäkipu
- * iskiaskipu
- * tihentynyt virtsaamistarve ja/tai kipua virtsatessa
- * suolen toiminnan häiriöitä ja/tai kipua ulostaessa
- * pahoinvointi
- * hiivatulehdukset
- * krooninen väsymys
- * lapsettomuus



Alla Honkanen painottaa, että naisten gynekologisesta terveydestä huolehtiminen on samalla aina myös panostus tulevaisuuteen.

– Endometrioosissa on kyse kroonisesta tulehduksesta.

– Hoitokertojen määrä ja käyttävä otsonin määrä ovat aina yksilölliset. Ne suunnittelen yhdessä Maslennikovin kanssa, Honkanen kertoo.

– Hoitokäytössä käytettävä otsoni on täysin turvallista ja menetelmänä sataprosenttisen biologinen, Honkanen ja Maslennikov vakuuttavat.

Kotihoitona otsonoituun öljyyn kastettu tamponihoito

Yleisin Alla Honkasen käyttämä otsoniterapiahoitomuoto endometrioosista sekä muistakin naistenvaivosta kärsiville on vaginaalinen insufflaatiohoito eli emättimen huuhtelu. Siihen hän yleensä yhdistää biopisteitä eli akupisteitä stimuloivan hierontahoidan otsonoidulla hoitoöljyllä.

– Biopistestimulaatio on aivan loistava virkistäjä ja samalla se kirkastaa ja kosteuttaa vartalon ihon, Honkanen sanoo.

Epästabiilina aineena otsoni imeytyy paremmin kosteassa tilassa. Siksi vaginaalisessa insufflaatiohoidossa ensin emättimeen viedään steriilin letkun välityksellä otsonoitua steriiliä vettä ja sen annetaan vaikuttaa ikään kuin kylpynä tarvittava aika.

– Sitten emättimeen viedään

steriiliä hoitovälinettä myöden happi-otsoniseosta. Sitten taas otsonoitua steriiliä vettä ja sen jälkeen happi-otsoniseosta. Hoidon aikana hoitokerrat ja käytettävän otsonin määrä vaihtelevat asiakkaan hoitotarpeen mukaisesti. Lopuksi emättimeen laitetaan otsonoituun, limakalvoja hoitavaan luomulaatuiseen oliivi-, jojoba- tai tyrniöljyyn kostutettu tamponi, Honkanen kertoo hoidon vaiheista.

Noin tunnin kestävä vaginaalinen insufflaatiohoito maksaa Tampereen Otsoniterapiassa noin 55 euroa. Hoitoajan voit tiedustella suoraan Alla Honkaselta, puh. 044-273 4094. Paras hoitotulos saadaan hänen

mukaansa 6–8 kerran kuurilla. Hoito sopii kaikenikäisille naisille. Kuukautiset ja verenhennuslääkkeen käyttö sekä kilpirauhasen liikatoiminta ovat hoidon esteitä.

Kotihoidoksi otsonoitua oliivi-, jojoba- tai tyrniöljyä

Kotihoitona endometrioosista kärsivä nainen jatkaa vaginaalista applikaatiohoitoa otsonoidulla hoitoöljyllä 10–14 päivän ajan.

– Kotihoito tapahtuu siten, että nainen laittaa yön ajaksi emättimeen otsonoituun hoitoöljyyn kostutetun tamponin.

Alla Honkaselta saa ostaa kotihoitotuotteeksi emättimen limakalvojen hoitoon tarkoitettua, otsonoitua oliivi-, jojoba- tai tyrniöljyä.

– Gynekologisen terveytensä ylläpidossa jokainen nainen voi kuukautisten jälkeen saneerata emättimen limakalvot ja häätää hiivan otsonoidulla hoitoöljyllä. Kolmen päivän tamponihoito otsonoidulla hoitoöljyllä on erinomainen, monen gynekologisen ongelman ennaltaehkäisy tapa, Honkanen sanoo.

Häneltä saa tarkat kotihoito-ohjeet otsonoitujen hoitoöljyjen lisäksi. *