

Alla kvinnor bör undvika

Den "cancerframkallande Bekvämligheten"



Människors och djurs studier visar att en grupp av gener som kallas de stora histocompatibility komplex (MHC) kan påverka lukt. I allmänhet föredrar kvinnor lukten av kompisar med olika MHC - men denna effekt är omvänd hos kvinnor på p-piller.

En studie fann att ensamstående kvinnor föredrar lukten av MHC-liknande män, men kvinnor i relationer föredrog motsatsen. Detta innebär att användningen av p-piller kan påverka partner preferensen.

Enligt FYI Living:

"Kvinnorna på piller föredrar män med liknande MHC gener. Studier visar att" kvinnor anser att luktsinnet är en viktig faktor i sin bedömning av potentiella partners. " Således, på grund av allvarliga förändringar i lukt preferenser, kan användningen av p-piller påverka val av partner . "

Källor:

🔗 [FYI Living 7 juni 2011](#)

Detta är något som de flesta människor inte skulle överväga, men enligt forskarna, kan kvinnor som är på p-piller oavsiktligt förledas att välja mindre kompatibla långsiktiga partners än kvinnor som inte använder p-piller ... Om detta är något verkligt problem för de flesta kan diskuteras, men p-piller kan också utlösa förödelse i ditt liv på fler sätt, vilket du kan läsa om längre ner i dokumentet.

Hur p-piller kan påverka en kvinnas val av partner

Det är ett ganska välkänt faktum att lukten spelar en viktig roll när man väljer en partner. Detta inkluderar dofter som du inte medvetet kan upptäcka, exempelvis feromoner. (För några år sedan upptäckte forskare att en särskild luktnerven, döpt till "**Nerve O**", [tycks vara den väg genom vilken feromoner bearbetas](#) . Nerve "O" har ändelser i näshålan, men fibrerna går direkt till sexuella regioner av hjärnan. Eftersom Nerve O förbigår din lukt cortex, registrerar den inte medvetet lukt, utan snarare identifierar kemiska sexuella signaler.)

Människor, som djur, har stora histocompatibility komplex-associerad (MHC) lukt preferenser som påverkar deras val av partner. Forskare har upptäckt att kvinnor i allmänhet föredrar kroppslukten av män med olika MHC. Man tror att detta kan vara en del av en naturlig urvalsprocess för att förebygga och kontrollera genetisk inavel. När partners har liknande MHC, är deras chanser att lyckas reproducera minskad.

Men när en kvinna är på p-piller, förändras hennes lukt preferenser. P-piller härmar i huvudsak graviditet, och när en kvinna är gravid, tenderar hon att föredra doften av män med liknande MHC som hennes eget, kanske som en biologisk markör för att då söka upp och skapa band med stödjande familjemedlemmar i motsats till potentiella partners.

Vad detta betyder är, att när du tar ett hormonellt preventivmedel, som störa du din biologi och riskerar att producera en hormonell obalans som kan göra dig mer attraherad av män med liknande kemisk sammansättning. Om du var på p-piller när du träffade din partner kan du därför känna dig mindre attraherad av honom när du slutar ta dem, eller värre, du kan ha större problem att bli gravid. Självfallet kan något av dessa scenarier orsaka problem i relationen ...

Men det finns en annan fråga som kan vara av ännu större betydelse, och det är de hälsoeffekter som p-piller har på den kvinnliga kroppen. Att artificiellt styra menstruationscykeln med syntetiska hormoner kan förvisso verka som en idealisk metod, mycket effektiv, relativt billig och snabbverkande metod. Och p-piller är ett bekvämt sätt att förhindra graviditet ... men det är där fördelarna tar slut. P-piller är kopplade till många mycket allvarliga hälsorisker, så det är viktigt att noga väga nytta av bekvämlighet mot dess betydande risker.

Artificiellt Manipulera dina hormoner är en riskabel proposition

De flesta p-piller, plåster, vaginala ringar, och implantat innehåller en kombination av derivat av hormonerna östrogen och progesteron. De fungerar genom att härma dessa hormoner i kroppen för att lura ditt reproduktiva system till att producera följande effekter:

- Förhindra dina äggstockar från utsättning av ägg
- Förtjockning av ditt livmoderhalssekret för att blockera spermier att befrukta ett ägg
- Förtunna slemhinnan i livmodern, vilket gör det svårt för ett ägg att fästa, även om det blir befruktat.

Ditt reproduktiva system finns inte i en bubbla ... det är ansluten till alla dina andra kroppsliga system, och därför kan p-piller förändra mycket mer än din reproduktiva status.

Väldokumenterade risker av syntetiskt östrogen och gestagen

Om du är på ett av de hormonella preventivmetoder (oavsett om det är p-piller, plåster, vaginalring eller implantat), är det viktigt att förstå att du tar syntetiskt progesteron och syntetiskt östrogen - något som uppenbarligen inte är fördelaktigt om du vill behålla optimal hälsa.

Dessa preventivmedel innehåller samma syntetiska hormoner som används i [hormonbehandling \(HRT\)](#), som har väldokumenterade risker, bland annat en ökad risk för blodproppar, stroke, hjärtinfarkt och bröstcancer. I själva verket har studier funnit att HRT ökar post-menopausala kvinnors risk för bröstcancer med minst en procent per år, och HRT med gestagen ökar risken med åtta procent per år, vilket kan ge så hög som 30 procents risk efter bara fyra års användning !

Så, vilken är risken för kvinnor som börjar ta syntetiska hormoner i tidig ålder och håller på dem i upp till 15 år eller längre?

I utbyte, för att underlätta, för att förhindra graviditet (som du kan göra naturligt lika bra, förklaring om hur kommer nedan), sätter du dig själv i riskzonen för:

Cancer: Kvinnor som tar p-piller ökar risken för livmoderhalscancer och bröstcancer , och eventuellt levercancer också.	Förtunning av ben: Kvinnor som tar p-piller har lägre bentäthet (BMD) än kvinnor som aldrig använt p-piller.	Hjärtsjukdom: Långvarig användning av p-piller kan öka plackbildning i artär i kroppen som kan öka din risk för hjärtsjukdom.
Fatal blodpropp: Alla p-piller ökar risken för blodpropp och efterföljande stroke. Och om ditt recept innehåller den syntetiska hormonet desogestrel, fördubblas risken för dödlig blodpropp !	Nedsatt muskeltillväxt: En nyligen genomförd studie fann att p-piller försämrar muskeltillväxt av träning hos kvinnor.	Långsiktigt sexuell dysfunktion: P-piller kan störa ett protein som håller testosteron otillgängligt, vilket leder till långsiktiga sexuell dysfunktion, inklusive minskad lust och upphetsning.
Migrän	Viktökning och humörsvängningar	Jäst överväxt och infektion

Nyare Hormonella preventivmetoder kan vara ännu mer riskfyllda

Två av de nyare hormonella preventivmedel, de hormon-releasing vaginalring NuvaRing och kombinerade p-piller Yaz och Yasmin, som också innehåller hormonet drospirenon i tillägg till östrogen och gestagen kan vara av ännu större oro än de äldre "klassikerna".

NuvaRing är en flexibel vaginal ring som ersätts en gång i månaden. Det släpper estradiol och etonogestrel. Den senare är känd som en "tredje generationens" progestin desogestrel, som har kopplats till allvarliga hälsoproblem och kan [fördubbla din risk för blodpropp](#) jämfört med andra generationens preventivmedel. NuvaRing ger en relativt hög dos av detta hormon.

Andra typer av preventivmedel innehåller också denna tredje generations hormon, däribland några implantat.

Mer än 4000 [stämningsansökningar har lämnats in mot Bayer](#) för allvarliga biverkningar som drabbar kvinnor som tar de nyare p-piller Yaz och Yasmine. De fyra vanligaste biverkningarna är blodpropp, sjukdom i gallblåsan, hjärtinfarkt och stroke. Den första rättegången är planerad att inledas i september, och enligt vissa juridiska bedömningar kan antalet inlämnade stämningar på den punkten nå 30.000 stycken (USA).

Säkrare alternativ finns - åtta bästa Naturliga preventivmetoder

Eftersom hälsoriskerna med hormonella preventivmedel är så betydande, och andra säkrare alternativ finns, rekommenderas dessa starkt. Nästan alla mina klienter blir ombedd att sluta använda hormonella preventivmedel som p-piller så fort som möjligt.

Många kvinnor väljer hormonella preventivmedel eftersom de är omedvetna om andra effektiva preventivmetoder. Följande alternativ, som omfattar både naturlig familjeplanering och barriärmetoder, är effektiva sätt att förhindra graviditet utan att skada din hälsa.

- **Man kondomer:** Kondomer har en 98 procents effektivitet vid korrekt användning. Ett vattenbaserat glidmedel kommer att öka effektiviteten, använd inte ett oljebaserat smörjmedel, eftersom de bryter ner latex.
- **Kondomer:** Dessa tunna, mjuka polyuretan påsar monterad inuti slidan före sex är 95 procent effektivare. Kvinnliga kondomer är mindre benägna att riva än manliga kondomer.
- **Membran:** Membran, som måste monteras av en läkare, fungera som ett hinder för spermier. När de används korrekt med spermiedödande gelé, är de 92 till 98 procent effektivare.
- **Cervikal cap:** Detta tunga gummi lock sluter tätt mot livmoderhalsen och kan sitta kvar i 48 timmar. Liksom membranet, måste en läkare passa ut rätt storlek. Korrekt anpassad och använd är effektiviteten över 91 procent.
- **Cervikal svampar:** Svampen, tillverkad av polyuretanskum, fuktas med vatten och sätts in i slidan före samlag. Det fungerar som en barriär mellan spermier och livmoderhalsen, både fångar och absorberar sperma och släpper ett spermiedödande medel för att döda dem. Den kan vara kvar i upp till 24 timmar åt gången. När den används på rätt sätt, är svampen cirka 89-91 procent effektivare.

Förutom dessa barriärmetoder, finns det också naturlig familjeplanering (NFP) verktyg som en kvinna kan använda för att spåra sin ägglossning. Många kvinnor känner sig betryggade av NFP eftersom det ger dem ett verktyg att komma i kontakt med sin fertilitet cykeln.

Några av de mest populära NFP metoderna är:

- **Kalender Metod:** Avhållsamhet från sex under den veckan, som kvinnan har ägglossning. Den här tekniken fungerar bäst när en kvinnans menstruationscykel är mycket stabil. Dock fungerar den inte bra för par som använder den som sitt enda preventivmedel, eftersom dess framgång endast är omkring 75 procent. Du kan öka dess effektivitet genom att kombinera den med temperatur och slem metoder som beskrivs nedan.
- **Temperatur Metod:** Detta är ett sätt att sätta fingret på dagen för ägglossning, så att sex kan undvikas under några dagar före och efter. Det innebär att man tar din basala kroppstemperatur (din temperatur vid uppvaknande) varje morgon med en riktig "basal" termometer och noterar temperaturhöjningen som sker efter ägglossningen. Tänk på att

sjukdom eller brist på sömn kan ändra din kroppstemperatur och göra denna Metod opålitliga i sig själv, men när det kombineras med slem-metoden, kan det vara ett korrekt sätt att bedöma fertiliteten. De två kombinerade metoderna kan ha en framgång så hög som 98 procent.

- **Slem Metod:** Det handlar om att spåra förändringar i mängd och konsistens av sekret, som speglar stigande nivåer av östrogen i kroppen. De första dagarna efter menstruationen, finns det ofta inget sekret, men det kommer att bli ett grumligt, klibbigt slem då östrogen börjar stiga. När utsöndring av sekre /slem börjar öka i volym och blir tydliga och trådiga, är ägglossning nära. En återgång till klibbigt, grumligt slem eller ingen utsöndring betyder att ägglossningen har passerat.

Som ni ser finns det många alternativ till p-piller och andra hormonella preventivmedel där ute, och mitt råd till kvinnor är att på allvar utvärdera riskerna mot nyttan innan du tar någon typ av p-piller.

Rekommenderad läsning

Jag uppmuntrar dig att bli aktivt involverade i fertilitet medvetande, och omfamna naturlig familjeplanering eller metoder barriär som inte stör dina hormoner och hälsa.

Utmärkt läsning för att komma igång på denna väg är:

1. [The Ovulation Method: Natural Family Planning](#), by John J. Billings
2. [Taking Charge of Your Fertility: The Definitive Guide to Natural Birth Control, Pregnancy Achievement, and Reproductive Health](#), by Toni Weschler
3. [Honoring Our Cycles: A Natural Family Planning Workbook](#), by Katie Singer

Relaterade länkar:

- » [How Contraceptives Kill a Woman's Libido Long-Term](#)
- » [Birth Control Pill Linked to Two Types of Cancer](#)
- » [Real Contraceptive Choices: Alternatives to Risky Hormone Pills, Patches and Shots](#)