

Для определения периода овуляции используют разнообразные тесты, основанные на различных изменениях в женском организме при овуляции. Для понимания степени эффективности и надежности различных тестов овуляции необходимо провести краткий обзор происходящих физиологических изменений.

Анализ характеристик слизи канала шейки матки. Во время менструального цикла из-за действия эстрогенов и прогестерона свойства и количество шеечной слизи изменяются. Наибольшее ее количество выделяется в середине цикла в период овуляции, а наименьшее - во время менструации.

Симптом натяжения слизи. Если пинцетом достать слизь из канала шейки матки, то при аккуратном его разведении из слизи образуется нить, длина которой зависит от вязкости слизи. Максимальная длина нити наблюдается в период овуляции, когда вязкость слизи наибольшая.

Длину нити измеряют в сантиметрах - чем выше уровень эстрогенов, тем больше ее длина. Во второй фазе менструального цикла симптом натяжения нити уменьшается и совсем исчезает перед менструацией.

Симптом “зрачка”. На протяжении менструального цикла под действием гормона эстрогена изменяется мышечный тонус шейки матки вместе с диаметром наружного отверстия шеечного канала. Расширение этого отверстия и появление в нем слизи начинается с 8-9 дня менструального цикла, до 14 дня отверстие расширяется максимально (до 3-6 мм в диаметре). Капля слизи, выступающая из него, при освещении на фоне розовой слизистой похожа на “зрачок”.

В последующие дни количество слизи начинает уменьшаться и к 18-20 дню цикла этот симптом исчезает, шейка матки становится “сухой”.

Симптом “папоротника”. Шеечная слизь при высушивании на воздухе обладает способностью кристаллизоваться. Интенсивность кристаллизации зависит от фазы менструального цикла, то есть от содержания эстрогенов.

Слизь берется пинцетом, который вводится в канал шейки матки на глубину до 5 мм, затем наносят на предметное стекло, высушивают и исследуют под микроскопом. В период овуляции при кристаллизации узор похож на лист папоротника. Таким свойством при кристаллизации обладает и слеза, на чем и основана работа распространенных в наше время тестов-микроскопов для определения овуляции.

Изменение базальной температуры (БТ) основывается на повышении температуры под

влиянием гормона прогестерона. Этот тест простой, легкодоступный и достаточно объективный, но следует помнить, что на него могут воздействовать какие-либо причины негормонального характера (заболевания, сопровождающиеся повышением температуры тела). Кроме этого измерение БТ необходимо проводить не менее чем на протяжении 2-3 менструальных циклов – лишь тогда этот метод может быть диагностически ценным.

Большим минусом метода БТ является то, что давать оценку измерениям может давать только врач.