

Katarzyna Kanadys¹, Magdalena Lewicka¹, Iwona Niziołek³, Magdalena Bąk¹, Barbara Stawarz⁴, Henryk Wiktor^{1, 2}

¹Zakład Położnictwa, Ginekologii i Pielęgniarstwa Położniczo-Ginekologicznego Wydziału Pielęgniarstwa i Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego w Lublinie

²Oddział Ginekologii i Położnictwa z Izłą Przyjęć Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego im. Stefana Kardynała Wyszyńskiego w Lublinie

³Zakład Położnictwa, Ginekologii i Pielęgniarstwa Położniczo-Ginekologicznego Uniwersytetu Medycznego w Lublinie

⁴Centrum Opieki Medycznej w Jarosławiu

S ubiektywna ocena wiedzy młodzieży licealnej w zakresie fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety

Subjective evaluation of the knowledge of the secondary school youth
pertaining to the physiological cycle of a woman

STRESZCZENIE

Wstęp. Wiedza młodzieży w zakresie fizjologii cyklu miesięczkowego jest ważnym wykładnikiem poziomu edukacji zdrowotnej społeczeństwa. Spośród publikacji indeksowanych w ostatnich latach w bazie *Medline* niewiele jest doniesień oceniających poziom wiedzy młodzieży w tym zakresie.

Cel pracy. Celem niniejszej pracy była ocena subiektywnej wiedzy na temat fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety.

Materiał i metody. Przeprowadzono badania dotyczące wiedzy na temat fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety, obejmując 160-osobową, losowo wybraną grupę młodzieży licealnej przy zastosowaniu kwestionariusza ankiety własnego autorstwa. Uzyskane wyniki badań analizowano statystycznie, przyjmując 5-procentowe ryzyko błędu wnioskowania.

Wyniki i wnioski. Na podstawie przeprowadzonych badań stwierdzono, że badana młodzież najczęściej określała swój poziom wiedzy dotyczący fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety jako zadowalający. Większość badanej młodzieży licealnej wskazała pierwszy dzień krwawienia miesięczkowego jako pierwszy dzień cyklu miesięczkowego. W badaniach własnych wykazano, że badana młodzież posiada niewystarczającą wiedzę na temat faz cyklu miesięczkowego kobiety. Badana młodzież uważa, że podstawowa temperatura ciała wzrasta po owulacji.

Problemy Pielęgniarstwa 2010; 18 (3): 292–298

Słowa kluczowe: wiedza młodzieży, fizjologia cyklu miesięczkowego

ABSTRACT

Introduction. The knowledge of young people pertaining the physiology of the menstrual cycle is an important indicator of the pro-health education of the society. There are not many reports as for this problem if one takes into account the indexed positions in Medline basis.

Aim of the study. The aim of the study was the evaluation of the subjective knowledge as for the physiology of the menstrual cycle of a woman.

Materials and methods. The study was conducted on randomly chosen 160 individuals of secondary schools by the use of a questionnaire of authors' invention. The obtained results were subjected to statistical analysis admitting a 5% risk of an inference error.

Results and conclusions. Basing on the studies conducted, it was found that the state of the young people's knowledge pertaining to the knowledge of the menstrual cycle of a woman is usually satisfactory. The majority of the studied youth of secondary schools as the first day of the menstrual cycle gave the first day of menstruation. Our own studies showed that the studied youth had an insufficient knowledge pertaining to the stages of the menstrual cycle of a woman. By the opinion of the examined youth, the body's temperature after ovulation rises.

Nursing Topics 2010; 18 (3): 292–298

Key words: the knowledge of the young people, the physiology of the menstrual cycle

Adres do korespondencji: dr n. med. Katarzyna Kanadys, Zakład Położnictwa, Ginekologii i Pielęgniarstwa Położniczo-Ginekologicznego Uniwersytetu Medycznego, ul. Chodźki 6, 20-093 Lublin, tel.: 81 718 75 11, e-mail: kanadysk@wp.pl

Wstęp

Cykl miesięczkowy polega na cyklicznych zmianach w obrębie jajnika i błony śluzowej macicy, których rezultatem jest comiesięczne krwawienie nazywane menstruacją albo miesiączką. Zmiany te są efektem działania hormonów i zależności hormonalnych między podwzgórzem, przysadką i jajnikiem [1, 2]. Cykl miesięczkowy kobiety obejmuje okres od pierwszego dnia jednej miesiączki do dnia poprzedzającego wystąpienie następnej. Długość cyklu miesięczkowego zwykle waha się w zakresie 28 ± 3 dni [2, 3]. Jednak Szymański [4] podaje, że wahania w zakresie 21–36 należy traktować za normalne. Czas trwania cyklu zależy od indywidualnych właściwości i okresu życia kobiety [3]. Natomiast Baranowski [5] podaje, że 15% kobiet ma cykl 28-dniowy, a większość miesiączkuje w zakresie 24–35 dni, a co 5. kobieta miesiączkuje nieregularnie.

Przedstawione w niniejszym artykule informacje na temat cyklu miesięczkowego są dostępne w aktualnych podręcznikach z zakresu ginekologii. W programie nauczania szkoły podstawowej są zamieszczone pierwsze informacje dotyczące fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety. Edukacja uczniów w tym zakresie jest ważnym zadaniem spoczywającym na nauczycielach, rodzicach oraz pracownikach opieki zdrowotnej.

Celem niniejszej pracy była ocena wiedzy młodzieży licealnej na temat wybranych zagadnień z zakresu fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety zależnie od płci i miejsca zamieszkania badanych.

Materiał i metody

Przeprowadzono badania dotyczące wiedzy z zakresu fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety w 160-osobowej, losowo wybranej grupie młodzieży licealnej przy zastosowaniu kwestionariusza ankiety własnego autorstwa. Uzyskane wyniki badań analizowano statystycznie, przyjmując 5-procentowe ryzyko błędu wnioskowania. Wśród badanej młodzieży było 88 (55,00%) kobiet i 72 (45,00%) mężczyzn. Badana młodzież reprezentowała 3 grupy wiekowe. Grupę w wieku 16–17 lat reprezentowało 70 (43,75%) osób, grupę w wieku 18–19 lat — 53 (33,13%) osoby, natomiast w grupie w wieku 19–20 lat — 37 (23,13%) badanych. Wśród badanej młodzieży 90 (56,25%) osób uczęszczało to technikum, 70 (43,75%) osób — do liceum. W grupie badanych 23 (14,38%) osoby mieszkały w mieście wojewódzkim, 50 (31,25%) — w mieście niewojewódzkim, 87 (54,38%) — na wsi. Wśród badanej młodzieży 18 (11,25%) osób określiło swoje warunki materialne rodziny jako bardzo dobre, 102 (63,75%) — jako dobre, 38 (23,75%) osób — jako przeciętne i 2 (1,25%) osoby — jako złe.

Wyniki

W tabeli 1 przedstawiono subiektywną ocenę poziomu wiedzy młodzieży licealnej w zakresie fizjologii cy-

klu miesięczkowego zależnie od płci i miejsca zamieszkania badanej młodzieży. W badaniach wykazano, że 23 (14,37%) osoby uważają, że posiadają wysoki poziom wiedzy na temat cyklu miesięczkowego, 98 (61,25%) badanych uważa, że posiada zadowalający stan wiedzy na ten temat, 28 (17,50%) osób — niezadowolający stan wiedzy, natomiast 11 (6,88%) osób — nie ma wiedzy ten temat.

Analizując wyniki powyższych badań, stwierdzono, że 14 (15,91%) kobiet i 9 (12,50%) mężczyzn ocenia swój stan wiedzy na temat fizjologii cyklu miesięczkowego jako wysoki, 57 (64,77%) kobiet i 41 (56,94%) mężczyzn — jako zadowalający, 13 (14,77%) kobiet i 15 (20,83%) mężczyzn — jako niezadowolający, natomiast 4 (4,55%) kobiety i 7 (9,72%) mężczyzn nie posiadało wiedzy na ten temat. Wyniki badań dowodzą, że wśród badanych, którzy zamieszkują miasto wojewódzkie, 3 (13,04%) osoby posiadają wysoki poziom wiedzy w zakresie fizjologii cyklu miesięczkowego, a u 12 (52,17%) osób poziom wiedzy jest zadowalający. Natomiast wśród młodzieży zamieszkującej wieś 14 (16,09%) badanych jest zdania, że reprezentuje wysoki poziom wiedzy, natomiast 55 (63,22%) osób uważa, że ich poziom wiedzy jest zadowalający. Nie wykazano statystycznie istotnej zależności między płcią i miejscem zamieszkania a subiektywną oceną poziomu wiedzy młodzieży licealnej na temat fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety. Na podstawie przeprowadzonych badań stwierdzono, że badana młodzież najczęściej określała swój poziom wiedzy na temat fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety jako zadowalający.

W tabeli 2 przedstawiono wyniki analizy poziomu wiedzy badanych w zakresie czasu rozpoczęcia cyklu miesięczkowego zależnie od płci i miejsca zamieszkania. Z analizy badań wynika, że 95 (59,38%) osób wskazało pierwszy dzień krwawienia miesięczkowego jako pierwszy dzień cyklu miesięczkowego, 8 (5,00%) osób wskazało ostatni dzień krwawienia miesięczkowego, 33 (20,63%) osoby wskazały pierwszy dzień owulacji, natomiast 24 (15,00%) osoby nie posiadały wiedzy w na ten temat. W badanej grupie kobiet 64 (72,73%) wskazały pierwszy dzień krwawienia miesięczkowego jako pierwszy dzień cyklu miesięczkowego, 5 (5,68%) kobiet — ostatni dzień krwawienia miesięczkowego, 16 (18,18%) — pierwszy dzień owulacji, natomiast 3 (3,41%) kobiety nie posiadały wiedzy na ten temat. Natomiast w grupie mężczyzn 31 (43,06%) osób wskazało pierwszy dzień krwawienia miesięczkowego jako pierwszy dzień cyklu miesięczkowego, 3 (4,17%) osoby — ostatni dzień krwawienia miesięczkowego, 17 (23,61%) mężczyzn nie posiadało wiedzy na ten temat. Stwierdzono istotnie statystyczną zależność między płcią badanej młodzieży a poziomem wiedzy na temat pierwszego dnia cyklu miesięczkowego ($p < 0,05$). W bada-

Tabela 1. Współzależność między subiektywną oceną poziomu wiedzy młodzieży licealnej w zakresie fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety a płcią i miejscem zamieszkania badanych

Table 1. The relation between the subjective level of knowledge of young people from secondary schools pertaining to the physiology of the menstrual cycle and the sex and the dwelling place of the respondents

Czynniki scjodemograficzne	Poziom wiedzy na temat fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety				Razem	Analiza statystyczna
	Wysoki	Zadawalający	Niezadawalający	Nie posiadam wiedzy		
Płeć						
Kobiety	14 15,91%	57 64,77%	13 14,77%	4 4,55%	88 100,00%	$\chi^2 = 3,09$ p = 0,38
Mężczyźni	9 12,50%	41 56,94%	15 20,83%	7 9,72%	72 100,00%	
Ogółem	23 14,37%	98 61,25%	28 17,50%	11 6,88%	160 100,00%	
Miejsce zamieszkania						
Miasto wojewódzkie	3 13,04%	12 52,17%	5 21,74%	3 13,04%	23 100,00%	$\chi^2 = 3,00$ p = 0,81
Inne miasto	6 12,00%	31 62,00%	10 20,00%	3 6,00%	50 100,00%	
Wieś	14 16,09%	55 63,22%	13 14,94%	5 5,75%	87 100,00%	
Ogółem	23 14,37%	98 61,25%	28 17,50%	11 6,88%	160 100,00%	

Tabela 2. Współzależność między poziomem wiedzy badanych na temat czasu rozpoczęcia cyklu miesięczkowego a płcią i miejscem zamieszkania

Table 2. The relation between the level of knowledge of young people from secondary schools pertaining to the timeline of the menstrual cycle and the sex and the dwelling place of the respondents

Czynniki społeczno- -demograficzne	Czas rozpoczęcia cyklu miesięczkowego				Razem	Analiza statystyczna
	Pierwszy dzień krwawienia	Ostatni dzień krwawienia	Pierwszy dzień owulacji	Nie posiadam wiedzy		
Płeć						
Kobiety	64 72,73%	5 5,68%	16 18,18%	3 3,41%	88 100,00%	$\chi^2 = 24,14$ p = 0,00002*
Mężczyźni	31 43,06%	3 4,17%	17 23,61%	21 29,17%	72 100,00%	
Ogółem	95 59,38%	8 5,00%	33 20,63%	24 15,00%	160 100,00%	
Miejsce zamieszkania						
Miasto wojewódzkie	13 56,52%	3 13,04%	5 21,74%	2 8,70%	23 100,00%	$\chi^2 = 16,83$ p = 0,01*
Inne miasto	39 78,00%	0 0,00%	4 8,00%	7 14,00%	50 100,00%	
Wieś	43 49,43%	5 5,75%	24 27,59%	15 17,24%	87 100,00%	
Ogółem	95 59,38%	8 5,00%	33 20,63%	24 15,00%	160 100,00%	

Tabela 3. Współzależność między wiedzą młodzieży na temat liczby faz cyklu miesięczkowego kobiety a płcią i miejscem zamieszkania badanej młodzieży**Table 3.** The relation between the knowledge of young people from secondary schools pertaining to the number of stages of the menstrual cycle and the sex and the dwelling place of the respondents

Czynniki społeczno-demograficzne	Liczba faz w cyklu miesięczkowym kobiety					Analiza statystyczna
	I	II	III	IV	Razem	
Płeć						
Kobiety	2 2,27%	12 13,64%	40 45,45%	34 38,64%	88 100,00%	$\chi^2 = 2,01$ $p = 0,57$
Mężczyźni	1 1,39%	14 19,44%	26 36,11%	31 43,06%	72 100,00%	
Ogółem	3 1,88%	26 16,25%	66 41,25%	65 40,63%	160 100,00%	
Miejsce zamieszkania						
Miasto wojewódzkie	0 0,00%	5 21,74%	7 30,43%	11 47,83%	23 100,00%	$\chi^2 = 9,12$ $p = 0,17$
Inne miasto	1 2,00%	6 12,00%	16 32,00%	27 54,00%	50 100,00%	
Wieś	2 2,30%	15 17,24%	43 49,43%	27 31,03%	87 100,00%	
Ogółem	3 1,88%	26 16,25%	66 41,25%	65 40,63%	160 100,00%	

niach stwierdzono, że wśród młodzieży zamieszkującej miasto wojewódzkie za pierwszy dzień cyklu miesięczkowego 13 (56,52%) osób uważa pierwszy dzień krwawienia miesięczkowego, 3 (13,04%) osoby — ostatni dzień krwawienia miesięczkowego, 5 (21,74%) badanych — pierwszy dzień owulacji, a jedynie 2 (8,70%) nie posiadają wiedzy na ten temat. Natomiast w grupie młodzieży zamieszkującej miasto niewojewódzkie 39 (78,00%) badanych uważa pierwszy dzień krwawienia za pierwszy dzień cyklu owulacyjnego miesięczkowego. Żadna z badanych osób (0,00%) nie wskazała, że jest to ostatni dzień krwawienia miesięczkowego, 4 (8,00%) osoby wskazały pierwszy dzień owulacji, a 7 (14,00%) osób nie posiadało wiedzy na ten temat. Stwierdzono istotnie statystyczną zależność między miejscem zamieszkania badanej młodzieży a poziomem wiedzy na temat pierwszego dnia cyklu miesięczkowego ($p < 0,05$). Na podstawie przeprowadzonych badań stwierdzono, że większość badanej młodzieży licealnej wskazała pierwszy dzień krwawienia miesięczkowego jako pierwszy dzień cyklu miesięczkowego.

Analizę poziomu wiedzy młodzieży na temat liczby faz cyklu miesięczkowego zależnie od płci i miejsca zamieszkania przedstawiono w tabeli 3. Z analizy badań wynika, że 66 (41,25%) badanych osób wskazało, że cykl miesięczkowy kobiety składa się z 3 faz,

65 (40,63%) osób wskazało na 4 fazy, 26 (16,25%) osób — na 2 fazy, 3 (1,88%) osoby — na 1 fazę. W badanej grupie kobiet 3 fazy cyklu miesięczkowego podało 40 (45,45%) dziewcząt, 34 (38,64%) osoby wskazało na występowanie 4 faz cyklu miesięczkowego, 12 (13,64%) badanych wyróżniło 2 fazy w cyklu miesięczkowym, natomiast 2 (2,27%) kobiety podały, że cykl miesięczkowy składa się z 1 fazy.

Natomiast w grupie mężczyzn 31 (43,06%) osób wskazało na 4 fazy cyklu miesięczkowego, 26 (36,11%) chłopców podało, że cykl miesięczkowy składa się z 3 faz, 14 (19,44%) osób wskazało na występowanie 2 faz w cyklu miesięczkowym, natomiast 1 (1,88%) mężczyzna wyróżnił w cyklu jedną fazę.

Nie wykazano istotnej statystycznie zależności między płcią i miejscem zamieszkania a wiedzą badanej młodzieży na temat faz cyklu miesięczkowego kobiety. Na podstawie przeprowadzonych badań stwierdzono, że badana młodzież posiada niewystarczającą wiedzę na temat faz cyklu miesięczkowego kobiety.

W tabeli 4 przedstawiono współzależność między wiedzą badanej młodzieży na temat zachowania się podstawowej temperatury ciała po owulacji a płcią i miejscem zamieszkania. Z analizy badań wynika, że 90 (61,68%) osób wskazało, że podstawowa temperatura ciała po owulacji wzrasta, 40 (25,00%) osób wska-

Tabela 4. Współzależność między wiedzą badanej młodzieży na temat podstawowej temperatury ciała (PTC) po owulacji a płcią i miejscem zamieszkania**Table 4.** The relation between the knowledge of young people from secondary schools pertaining the basic temperature count (PTC) after ovulation and the sex and the dwelling place of the respondents

Czynniki społeczno-demograficzne	Podstawowa temperatura ciała (PTC) po owulacji			Analiza statystyczna	
	Wzrasta	Obniża się	Nie posiadam wiedzy		Razem
Płeć					
Kobiety	52 59,09%	24 27,27%	12 13,64%	88 100,00%	$\chi^2 = 0,69$ p = 0,71
Mężczyźni	47 65,28%	16 22,22%	9 12,50%	72 100,00%	
Ogółem	99 61,88%	40 25,00%	21 13,13%	160 100,00%	
Miejsce zamieszkania					
Miasto wojewódzkie	18 78,26%	4 17,39%	1 4,35%	23 100,00%	$\chi^2 = 6,37$ p = 0,17
Inne miasto	30 60,00%	10 20,00%	10 20,00%	50 100,00%	
Wieś	51 58,62%	26 29,89%	10 11,49%	87 100,00%	
Ogółem	99 61,88%	40 25,00%	21 13,13%	160 100,00%	

zało odpowiedź, że się obniża, natomiast 21 (13,13%) osób nie posiadało wiedzy na ten temat. Analizując powyższe badania, stwierdzono, że 52 (59,09%) kobiety i 47 (65,28%) mężczyzn podało, że podstawowa temperatura ciała wzrasta po owulacji, 24 (27,27%) kobiety i 16 (22,22%) mężczyzn, stwierdziło, że obniża się po owulacji, 12 (13,64%) kobiet i 9 (12,50%) mężczyzn nie posiadało wiedzy na ten temat.

W badaniach stwierdzono, że wśród młodzieży zamieszkującej miasto wojewódzkie 18 (78,26%) osób podało, że podstawowa temperatura ciała wzrasta po owulacji, 4 (17,39%) osoby, że obniża się, a jedynie 1 osoba (4,35%) nie posiadała wiedzy na ten temat. Natomiast w grupie młodzieży zamieszkującej inne miasto 30 (60,00%) badanych uważa, że podstawowa temperatura ciała wzrasta po owulacji, 10 (20,00%) badanych osób podało, że obniża się, a 10 (20,00%) osób nie posiadało wiedzy na ten temat. Natomiast wśród młodzieży zamieszkującej wieś 51 (58,62%) badanych uważa, że podstawowa temperatura ciała wzrasta po jajczkowaniu, 26 (29,89%) osób sądzi, że obniża się, a 10 (11,49%) podało, że nie mają wiedzy na ten temat.

Nie wykazano istotnej statystycznie zależności między płcią i miejscem zamieszkania badanej młodzieży a stanem ich wiedzy na temat podstawowej temperatury ciała po owulacji. Na podstawie przeprowadzonych

badan stwierdzono, że zdaniem badanej młodzieży podstawowa temperatura ciała po owulacji wzrasta.

Dyskusja

Wiedza młodzieży w zakresie fizjologii cyklu miesięczkowego jest ważnym wykładnikiem poziomu edukacji zdrowotnej społeczeństwa. Spośród publikacji indeksowanych w ostatnich latach w bazie *Medline* niewiele jest doniesień oceniających poziom wiedzy młodzieży w tym zakresie. Natomiast więcej jest opracowań dotyczących *menarche* oraz postaw i opinii na ten temat.

Z badań Trembeck i Gunnarsson [6], Ching-Yu i wsp. [7], Jou i wsp. [8] wynika, że dziewczęta uzyskują informacje na temat menstruacji głównie od matek, nauczycieli lub pielęgniarek szkolnych.

W badaniach przeprowadzonych przez Avril i wsp. [9] zaobserwowano, że tylko dla 2% młodzieży źródłem informacji na temat menstruacji byli pracownicy opieki zdrowotnej, którzy są specjalistami w tym zakresie. Lekarze, położne czy pielęgniarki powinni zwiększyć swój udział w edukacji zdrowotnej, przekazując informacje na temat fizjologii i patologii cyklu miesięczkowego. Młodzież, która posiada wiedzę w tym zakresie, łatwo zauważy niepokojące objawy i być może dzięki temu szybciej zgłosi się po poradę lekarską.

Na podstawie przeprowadzonych badań stwierdzono, że badana młodzież najczęściej określała swój poziom wiedzy na temat fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety jako zadowalający. W dostępnej literaturze przedmiotu nie znaleziono badań oceniających subiektywny poziom wiedzy, ale istnieją doniesienia [7, 10, 11], w których bada się wiedzę na tematy związane z menstruacją. W badaniach prowadzonych w Tajwanie, obejmujących 556 uczniów w wieku 13–14 lat, stwierdzono, że nie posiadają oni wystarczającej wiedzy na temat menstruacji. Autorzy wskazują na fakt, że szkoła jest pierwszym źródłem informacji w tym zakresie i podkreślają kluczową rolę w edukacji pielęgniarek szkolnych, które powinny zostać włączone do projektowania programu nauczania wychowania seksualnego. Stubbs [10], badając między innymi wiedzę amerykańskich dziewcząt w okresie pokwitania na temat cyklu miesięczkowego, stwierdził, że badane mają w tym zakresie niewiele wiadomości.

W badaniach własnych nie wykazano istotnej statystycznie zależności między płcią a oceną poziomu wiedzy młodzieży licealnej na temat fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety. Natomiast na podstawie wyników badania Ching-Yu i wsp. [7] stwierdzono, że dziewczęta posiadały lepszą znajomość cyklu miesięczkowego w porównaniu z chłopcami. Powodem tego mógł być fakt, że chłopcy nie byli zainteresowani tematem, ponieważ nie dotyczy to ich bezpośrednio. Jednak znajomość cyklu miesięczkowego przez mężczyzn, zdaniem autorów, jest ważnym elementem wpływającym pozytywnie na relację z płcią przeciwną.

W przeprowadzonych badaniach wykazano, że większość badanej młodzieży licealnej wskazała prawidłowo pierwszy dzień krwawienia miesięczkowego jako pierwszy dzień cyklu miesięczkowego. W dostępnym piśmiennictwie [1–4] określono w jasny sposób początek cyklu i być może wpływa to na poziom wiedzy młodzieży w tym zakresie.

Na podstawie przeprowadzonych badań stwierdzono, że badana młodzież posiada niewystarczającą wiedzę na temat faz cyklu miesięczkowego kobiety. Prawdopodobnie wynika to z niezgodności w literaturze na temat podziału faz cyklu miesięczkowego. Pawelczyk i Banaszewska [1] dzielą cykl miesięczkowy na jajnikowy, endometrialny i szyjkowy. W cyklu jajnikowym wyróżniają następujące fazy: folikularną, owulacyjną i lutealną. Cykl endometrialny, który polega na cyklicznych zmianach w endometrium w odpowiedzi na cykl jajnikowy, dzieli się na fazę miesięczkową, fazę proliferacyjną (wzrostową), fazę owulacyjną oraz fazę sekrecyjną, zwaną też lutealną. Natomiast Szymański [4] podaje następujące fazy cyklu: miesięczka, faza odnowy, faza wzrastania, faza wydzielnicza, faza niedokrwienna.

W przeprowadzonych badaniach wykazano, że większość badanej młodzieży prawidłowo podaje, że podstawowa temperatura ciała wzrasta po owulacji. Podstawowa temperatura ciała jest to temperatura ciała w warunkach podstawowej przemiany materii, czyli w czasie snu oraz zaraz po przebudzeniu. Jej wzrost jest spowodowany działaniem progesteronu na ośrodek termoregulacji i jest obserwowany w fazie lutealnej cyklu miesięczkowego [3, 12]. Ponadto jej wzrost jest jednym z głównych objawów dokonanego jajeczkowania, obok zaniku objawu śluzu i zmian szyjki macicy [13].

Prezentowane wyniki badań wskazują na fakt, że większość badanej młodzieży licealnej ma wiedzę w zakresie cyklu miesięczkowego, dzięki czemu można kontynuować działania edukacyjne w zakresie kształtowania wśród młodzieży licealnej umiejętności oceny cyklu miesięczkowego w celach diagnostyki cyklu miesięczkowego oraz rozpoznawania objawów płodności. Obszar tych działań edukacyjnych powinien być realizowany przez położne czy pielęgniarki.

Wnioski

1. Młodzież licealna najczęściej określała swój poziom wiedzy na temat fizjologii cyklu miesięczkowego kobiety jako zadowalający.
2. Większość badanej młodzieży licealnej wskazała prawidłowo pierwszy dzień krwawienia miesięczkowego jako pierwszy dzień cyklu miesięczkowego.
3. Młodzież licealna posiada niewystarczającą wiedzę na temat faz cyklu miesięczkowego kobiety.
4. Większość młodzieży licealnej prawidłowo podaje, że podstawowa temperatura ciała wzrasta po owulacji.

Piśmiennictwo

1. Pawelczyk L., Banaszewska B. Cykl miesięczkowy. W: Bręborowicz G.H. (red.). Położnictwo i ginekologia. Ginekologia. Tom 2. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2005: 571–591.
2. Hoffmann G., Strauss G. Fizjologia cyklu miesięczkowego. W: Psharembel W., Strauss G., Petri E. (red.). Ginekologia praktyczna. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 1994: 446–493.
3. Warenik-Szymankiewicz A., Męczalski B. Zaburzenia cyklu miesięczkowego. W: Bręborowicz G.H. (red.). Położnictwo i ginekologia. Ginekologia. Tom 2. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2005: 682–690.
4. Szymański Z. Fizjologia cyklu miesięczkowego kobiety i podstawy jego diagnostyki. W: Szymański Z. (red.). Płodność i planowanie rodziny. Wydawnictwo Pomorskiej Akademii Medycznej, Szczecin 2004: 28–46.
5. Baranowski W. Przemiany hormonalne wieku menopauzalnego. W: Pertyński T. (red.). Diagnostyka i terapia wieku menopauzalnego. Urban & Partner, Wrocław 2004: 1–10.
6. Rembeck G., Gunnarsson R. Improving pre- and postmenarcheal 12-year-old girls' attitudes toward menstruation. *Health Care Women Int.* 2004; 25: 680–698.
7. Ching-Yu Ch., Kyeongra Y., Shwu-Ru L. Taiwanese adolescents' gender differences in knowledge and attitudes towards menstruation. *Nurs. Health Sci.* 2007; 9: 127–134.

8. Jou M., Chen P., Lee S., Yin T. A study of sexuality education performance and associated factors among elementary school nurses in Taipei. *J. Nurs. Res.* 2003; 11: 47–55.
9. Avril M.H., Anisha A., Zhihuan H., Lawrence J.D. Knowledge, attitudes, and consequences of menstrual health in urban adolescent females. *J. Pediatr. Adolesc. Gynecol.* 2006; 19: 271–275.
10. Stubbs M.L. Cultural perceptions and practices around menarche and adolescent menstruation in the United States. *Ann NY Acad. Sci.* 2008; 1135: 58–66.
11. Marvan M.L., Bejarano J. Premenarcheal Mexican girls' and their teachers' perceptions of preparation students receive about menstruation at school. *J. Sch. Health* 2005; 75 (3): 86–89.
12. Kanadys K., Pilewska-Kozak A.B., Bałanda A. Naturalne planowanie rodziny. W: Stadnicka G. (red.), *Opieka przedkoncepcyjna*. Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2009: 52–67.
13. Deluga A. Wykorzystanie wyników badań z zakresu cyklu miesięczkowego kobiet w edukacji zdrowotnej. *Zdrowie Publiczne* 2003; 113 (3/4): 272–276.