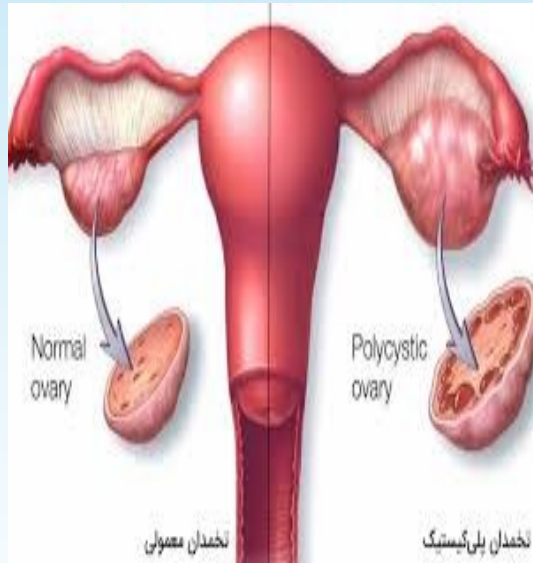




(سندرم تخمدان پلی کیستیک) (ویژه آموزش بیماران)



منبع: برونر سوارث

کتابچه آموزش بیماران - کارینو

تاریخ بازنگری: پاییز ۹۷

تاریخ بازنگری بعدی: پاییز ۱۴۰۰

(در صورت تمایل) و کاهش احتمال ابتلا به بیماری های قلبی و دیابت.

همچنین درمان در جهت کاهش موهای زائد و منظم شدن عادت ماهیانه نیز انجام می شود. بسیاری از زنان برای رسیدن به این هدف، به استفاده از چندین روش درمانی نیاز دارند.

برخی از درمان های رایج این سندروم به شرح عبارتند از:

تغییرات سبک زندگی:

بسیاری از زنان مبتلا به این سندروم، دارای اضافه وزن و یا چاق هستند. شما می توانید با تغذیه سالم و ورزش کردن و در نهایت رسیدن به وزن طبیعی به روند درمانی خود کمک کنید.

-استفاده از قرص های خوراکی ضدبارداری طبق دستور پزشک

-کنترل دیابت

3sh-else-05-42

دفتر بهبود کیفیت - واحد آموزش به بیمار

آدرس: خیابان ری، خیابان شهید رضوی

www.3shaban.com

تلفن: ۰۹-۳۳۱۲۹۱۱۱

خواهد کرد. فشارخون، نمایه توده بدنی و دور کمر شما اندازه گیری می شود. از آنجا که باید از لحاظ افزایش موها در بدن معاینه شوید، بهتر است از چند روز مانده به ویزیت، از اصلاح موهای زائد خودداری کنید.

معاینه لگنی: طی این معاینه پزشک بررسی می کند که آیا تخمدان های شما به علت وجود کیست های متعدد بزرگ و متورم شده اند یا نه؟

آزمایش خون جهت اندازه گیری سطح اندوژن

سونوگرافی لگن

در سونوگرافی وضعیت تخمدان ها از لحاظ وجود کیست و یافته های مرتبط دیگر و همچنین دیواره رحم و پوشش داخلی آن از نظر وجود تغییرات احتمالی بررسی می شود.

چگونه این سندرم درمان می شود؟

از آنجا که درمان قطعی برای این بیماری وجود ندارد، هدف درمان جلوگیری از بروز عوارض آن است.

اساس درمان عبارت است از: بهبود علائم، کمک به باردارشدن

سندرم تخمدان پلی کیستیک چیست؟

سندرم تخمدان پلی کیستیک یک بیماری است که می تواند بر دوره قاعدگی، توانایی، باروری، قلب و عروق تاثیر بگذارد. زنان مبتلا معمولاً ، با قطع یا نامنظمی قاعدگی مواجهه هستند و تعداد زیادی کیست کوچک در تخمدان ها دارند.

میزان شیوع این بیماری چقدر است؟

از ۲۰-۱۰ نفر خانم در سن باروری یک نفر مبتلا به این بیماری است. این بیماری می تواند از سن ۱۱ سالگی در دختران بروز کند. عامل ایجاد کنند این سندروم هنوز ناشناخته است . متخصصان معتقدند که عوامل متعددی از جمله ژنتیک در بروز بیماری می تواند از سن ۱۱ سالگی در دختران بروز کند.

اکثر زنان مبتلا مادر و یا خواهر مبتلا دارند. مشکل زمینه ای اصلی در سندروم تخمدان پلی کیستیک ، احتمالاً مقاومت به انسولین است که منجر به بروز اختلالات هورمونی می شود. در زنان مبتلا ، تخمدان ها آندروژن بیشتری تولید می کنند آندروژن ها هورمون های مردانه هستند که به مقدار اندکی دز زنان تولید می شود ،

افزایش این هورمون ها رشد و آزاد شدن تخمک ها را در دوره تخمک گذاری مختل می کند. میزان بالای آندروژن همچنین باعث بروز جوش، بیش از حد موهای زائد و افزایش وزن می شود.

علائم این سندروم چیست؟

علائم سندرم در هر فرد با فرد دیگر متفاوت است . علائمی که در بیشتر بیماران مشاهده می شوند عبارتند از:

- نازایی به علت عدم تخمک گذاری.
- در حقیقت این سندرم شایع ترین علت نازایی در زنان است.
- کاهش، فقدان و یا نامنظمی قاعدگی.
- افزایش رشد موها در صورت، سینه، شکم و کمر.
- وجود کیست های متعدد در تخمدان ها.
- جوش، پوست چرب و شوره سر.
- افزایش وزن و چاقی به خصوص در ناحیه میانی بدن.

چرا زنان مبتلا مشکل قاعدگی و باروری دارند؟

در زنان مبتلا تخمدان ها همه هورمون های لازم برای رشد کامل تخمک را تولید نمی کنند . بنابراین تخمک گذاری اتفاق نمی افتد و هورمون پرژستون تولید نمی شود . همچنین تخمدان ها هورمون های مردانه تولید می کنند که آن ها نیز مانع تخمک گذاری می شوند.

آیا روند سندرم تخمدان پلی کیستیک در زمان یائسگی تغییر می کند؟ با توجه به این که سندروم چندین ساختار بدن را درگیر می کند. بنابراین تعدادی از علائم آن علی رغم تغییرات هورمون ها و تخمدان ها در زمان یائسگی باقی می مانند.. به عنوان مثال ریزش مو به شکل مردانه و نازک شدن موها پس از یائسگی تشدید می یابد . همچنین احتمال بروز به عوارض سندرم مانند حملات قلبی ، سکتة مغزی و دیابت افزایش سن بیشتر می شود.

چگونه این سندرم تشخیص داده میشود؟

برای تشخیص این سندرم مراحل زیر طی خواهید کرد: