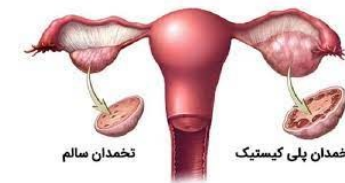


سندرم تخمدان پلی کیستیک (PCOS)

سندرم تخمدان پلی کیستیک (PCOS) یا تنبلی تخمدان، یک ناهنجاری رایج هورمونی زنان در سنین باروری است. زنان مبتلا به سندرم تخمدان پلی کیستیک دارای تخمدان های بزرگی هستند که حاوی تعداد زیادی کیست کوچک دارای مایع به نام فولیکول می باشند .

سندرم تخمدان پلی کیستیک یکی از علل شایع ناباروری در زنان می باشد زیرا به دلیل میزان بالای هورمون های مردانه در این افراد، تخمک گذاری انجام نشده و یا به صورت نامنظم انجام می گردد. از علائم تنبلی تخمدان می توان به پرپود نامنظم، جوش هورمونی و آکنه، افزایش وزن ناگهانی و رشد موهای زائد و سندرم متابولیک اشاره کرد.



علائم تخمدان پلی کیستیک (PCO) :

علائم تنبلی تخمدان معمولا بعد از اولین قاعدگی زن بروز می کنند. در بعضی موارد، سندرم تخمدان پلی کیستیک PCOS، طی دوران باروری ظاهر می شود، به عنوان مثال در پاسخ به چاقی و اضافه وزن، فرد مبتلا به این سندرم می گردد. سندرم تخمدان پلی کیستیک یا تنبلی تخمدان علائم زیادی دارد که همه این علائم با چاقی تشدید می شوند. خانم های مبتلا به تنبلی تخمدان به شکل های متفاوتی تحت تاثیر قرار می گیرند. برای تشخیص این بیماری، پزشک باید حداقل دو مورد از علائم تخمدان پلی کیستیک را مشاهده کند. شایع ترین علائم PCO عبارتند از:

پرپود نامنظم : از شایع ترین علائم تخمدان پلی کیستیک می توان به پرپود نامنظم اشاره کرد. چرخه های قاعدگی بیش از ۳۵ روز، کمتر از ۸ چرخه قاعدگی در سال، عدم رخ دادن قاعدگی به مدت ۴ ماه یا بیشتر یا قاعدگی های طولانی که همراه با خون ریزی شدید یا اندک است، مثال هایی از قاعدگی و پرپود نامنظم می باشند.

اختلالات هورمونی در زنان: آندروژن بالا (بالا رفتن سطح هورمون های مردانه) منجر به بروز علائمی مانند افزایش رشد موهای زائد در صورت و بدن که به اصطلاح به آن پرمویی (هیرسوتیسم) می گویند و همچنین آندروژن بالا باعث بروز جوش هورمونی یا آکنه های شدید نوجوانی و یا کم پشت شدن موهای سر (آلپسی آندروژنیک) می گردد.

افزایش وزن ناگهانی و چاقی: یکی دیگر از علائم تخمدان پلی کیستیک، افزایش وزن ناگهانی و چاقی می باشد. **ناباروری:** سندرم تخمدان پلی کیستیک در بسیاری از موارد ممکن است باعث مشکلات ناباروری گردد.

علت تخمدان پلی کیستیک (PCO):

***مقاومت به انسولین:** انسولین هورمونی است که در پانکراس تولید می شود و به سلول ها اجازه می دهد تا از شکر (گلوکز) به عنوان منبع اولیه انرژی استفاده کنند. اگر مقاومت به انسولین وجود داشته باشد، توانایی بدن در استفاده موثر از انسولین مختل می شود و پانکراس مجبور به تولید بیشتر هورمون انسولین می شود تا گلوکز در اختیار سلول ها قرار بگیرد. انسولین اضافی با افزایش تولید هورمون های مردانه آندروژن، تخمدان ها را درگیر می کند و باعث تداخل در روند تخمک گذاری می شود.

- **التهاب خفیف:** التهاب نیز یک علت تخمدان پلی کیستیک می باشد. سلول های سفید خون ترکیباتی تولید می کنند تا در پاسخی به نام التهاب، علیه عفونت ها وارد مبارزه شوند. تحقیقات نشان می دهد که سندرم تخمدان پلی کیستیک در زنان، باعث افزایش تولید هورمون های مردانه (آندروژن) می شود. افزایش هورمون مردانه باعث رشد موهای زائد، افزایش وزن ناگهانی، جوش هورمونی و پرپود نامنظم می شود.
- **وراثت:** تحقیقات نشان می دهند که در صورت وجود سابقه خانوادگی ابتلا به سندرم تخمدان پلی کیستیک، احتمال ابتلا به این عارضه افزایش می یابد.

عوارض سندرم تخمدان پلی کیستیک:

- داشتن علائم تخمدان پلی کیستیک، مخصوصا اگر علت ابتلا چاقی باشد، احتمال بروز شرایط و اختلالات زیر را افزایش می دهد:
- دیابت نوع دو
- فشار خون بالا
- اختلالات کلسترول و چربی، مانند افزایش تری گلیسرید ها یا کاهش کلسترول خوب HDL و سندرم متابولیک، که همگی خطر بیماری های قلبی-عروقی را افزایش می دهند؛ سندرم متابولیک باعث افزایش چربی در شکم و کمر و جریان خون می شود.
- بیماری کبد چرب غیرالکلی (یک التهاب حاد کبد است که در اثر تجمع چربی در کبد ایجاد می شود)

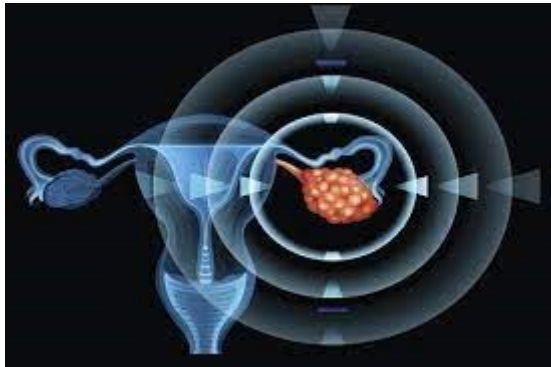


دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

بیمارستان ولایت

واحد آموزش سلامت

سندرم تخمدان پلی کیستیک (PCOS)



تحت نظارت: خانم دکتر حمیده پاک نیت

آدرس: قزوین، مینودر، کوی الهیه، بلوار ۲۲ بهمن،

میدان تعاون، مرکز آموزشی و درمانی ولایت

بخش درمان ناباروری شهیده بوکانیان

تلفن تماس: 02833790633

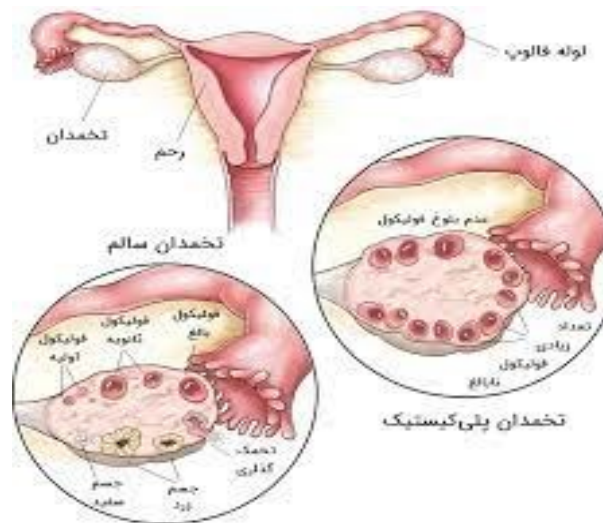
بازنگری بهار 1405

درمان تخمدان پلی کیستیک:

درمان تخمدان پلی کیستیک بسته به سن بیمار، مرحله بیماری، شدت بیماری، عوارض ناشی از آن متفاوت است. تغییرات در سبک زندگی مانند داشتن رژیم غذایی سالم، انجام فعالیت‌های ورزشی و کاهش وزن با بهبود سطح هورمون انسولین و تنظیم تخمک گذاری نقش بسیار موثری در درمان تخمدان پلی کیستیک دارد. اما برای درمان اختلالات قاعدگی و عوارضی مثل موهای زائد غالباً به مصرف داروهای هورمونی نیاز است. شایع ترین این داروها قرص‌های ضد بارداری خوراکی و انواع پروژسترون‌ها می‌باشند.

تخمدان پلی کیستیک مقاوم به درمان:

تخمدان پلی کیستیک درمان قطعی ندارد و گاهی اوقات علیرغم درمان همچنان تخمدان پلی کیستیک باقی می‌ماند. تنها کاری که در این موارد می‌توان انجام داد، پیگیری درمان دارویی و رعایت سبک زندگی سالم است.



• ناباروری

• وقفه تنفسی در خواب

• افسردگی و اضطراب

• خون ریزی غیرطبیعی رحم

سرطان دیواره داخلی رحم (سرطان اندومتر) که علت

آن قرار گرفتن مداوم در معرض سطوح بالای استروژن است.

• دیابت بارداری یا فشار خون بالایی که در بارداری ایجاد می‌شود.

چگونه با تخمدان پلی کیستیک بارداری شویم؟

تخمدان پلی کیستیک بر قدرت باروری تاثیر منفی می‌گذارد؛ زیرا زنان مبتلا به این بیماری معمولاً تخمک گذاری منظم (به صورت ماهانه) ندارند. اما بیشتر زنان مبتلا به تخمدان پلی کیستیک قادر خواهند بود با تغییر شیوه زندگی خود و مصرف داروهای هورمونی و محرک تخمک گذاری، بارداری را تجربه نمایند. برخی از زنان مبتلا به تخمدان پلی کیستیک ممکن است به روش‌های کمک باروری مثل IVF / ICSI نیاز پیدا کنند.

