

# آیا می‌توان زمان دقیق یائسگی زنان را پیش‌بینی کرد؟

پیشرفت روز افزون محققان در حوزه‌های علمی، تشخیص ژن‌های مرتبط با شرایط پزشکی خاص و حتی زمان‌بندی فرآیندهای طبیعی را ممکن می‌سازد. با این حال نتایج مطالعه اخیر انجمن یائسگی آمریکای شمالی نشان می‌دهد که عوامل دیگری ممکن است به دانشمندان در پیش‌بینی سن شروع یائسگی طبیعی یک زن کمک کند.

در سال‌های اخیر، عوامل موثر بر سن تاثیر گذار در آغاز یائسگی یکی از موضوعات بر بحث بوده است. از نظر علم تنظیم خانواده، تعیین پایان سال‌های باروری یک زن بسیار مهم است. چنین بینشی در شناسایی زنانی که بیشتر از سایر زنان مستعد یائسگی زودرس هستند و در معرض مشکلاتی مانند بیماری قلبی، افسردگی و حتی پوکی استخوان قرار دارند، ارزشمند است. یکی دیگر از نگرانی‌های اصلی، مدت زمان خونریزی ناخوشایند است که نحوه مدیریت علائم را تعیین می‌کند.

روند یائسگی سال‌ها مورد مطالعه قرار گرفته است. تفاوت‌های فردی در طول عمر باروری زنان، علاوه بر طولانی شدن مدت دوره گذار یائسگی، تعیین سن شروع یائسگی طبیعی را دشوار می‌کند. تحقیقات قبلی انجام شده در این زمینه بر روی تعداد کمی از نشانگرهای زیستی از پیش تعریف شده متمرکز شده است. از سوی دیگر، محققان این مطالعه فعلی از طیف گسترده‌ای از عوامل پیش‌بینی کننده ممکن برای کشف ویژگی‌های موثر بر سن در آغاز یائسگی طبیعی و ساخت مدل‌هایی برای شناسایی آن استفاده کردند.

طبق یافته‌های این مطالعه، افزایش سطح هورمون محرکه فولیکولی (FSH) و استرادیول، دوره‌های قاعدگی غیرطبیعی و علائم یائسگی، نشانه‌های مهمی هستند که نشان می‌دهد یک زن به دوران [یائسگی](#) نزدیک می‌شود. محققان این مطالعه هنگام محاسبه سن یائسگی طبیعی، رفتارهای زندگی و ویژگی‌های اجتماعی-اقتصادی را نیز در نظر گرفتند. این موارد شامل مصرف الکل، استفاده از داروهای ضد بارداری هورمونی، عادات سیگار کشیدن، وضعیت رابطه و آمادگی جسمانی است.

اگرچه هنوز به تحقیقات گسترده‌تر و عمیق‌تری نیاز است، اما دانستن این ویژگی‌ها و سطح خطر کلی یک زن ممکن است به پزشکان در انتخاب

گزینه‌های پیشگیری از [بارداری](#) و درمان علائم یائسگی کمک کند.

دکتر "استفانی فاوبیون" (Stephanie Faubion)، مدیر انجمن یائسگی آمریکای شمالی گفت: این مطالعه اگرچه بر روی تعداد کمی از زنان انجام شده است، اما به دانش ما در مورد اینکه چه عواملی در مدل پیش‌بینی سنی که یک زن وارد یائسگی می‌شود، می‌افزاید. پیش‌بینی دقیق سن در یائسگی طبیعی، نحوه مشاوره زنان در مورد مسائل متعدد از جمله خطرات قلبی عروقی، برنامه‌ریزی خانواده و پیشگیری از بارداری و مدیریت مسائل قبل از یائسگی مانند خونریزی‌های نامنظم یا شدید قاعدگی، علائم کنترل‌کننده رگ‌ها و تغییرات خلقی را بهتر نشان می‌دهد.

یافته‌های این مطالعه در مجله "Menopause" منتشر شد.