

# نشانه‌های کاهش تعداد تخمک در زنان - علت کم‌شدن ذخیره تخمدان چیست؟

11 اسفند 1401

**عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به نشانه‌های کاهش تعداد تخمک در زنان، علل کم‌شدن ذخیره تخمدان را تشریح کرد.**

صدیقه حسینی با اشاره به این‌که اصطلاح ذخیره تخمدان به معنای این است که در هنگام آزمایش، چه تعداد تخمک در همان لحظه در تخمدان زن وجود دارد، اظهار کرد: جنین دختر در مادر دارای تعدادی تخمک است که با گذر زمان این تعداد کاهش یافته و در هنگام تولد معمولاً نوزاد دختر حدود یک میلیون عدد تخمک دارد.

وی با اشاره به این‌که هر نوزاد دختر با تعداد مشخصی فولیکول در تخمدان خود متولد می‌شود که در زمان بلوغ این تعداد تعیین‌کننده دوره تولیدمثلی آن است، افزود: با رسیدن دختر به دوران بلوغ و شروع تخمک‌گذاری، هر ماه یک عدد از فولیکول‌ها به شکل تخمک رها می‌شوند، با گذشت زمان و افزایش سن، ذخیره تخمدان کم می‌شود و این روند کاهشی تا زمانی ادامه می‌یابد که فرد به سن یائسگی برسد و ذخیره تخمدان او تمام شود.

این عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با بیان این‌که در ذخیره تخمدان فرآیند عملکرد سلول‌های جنسی مورد توجه است، اظهار کرد: زنان در دوران تولید مثل دارای سلول‌های مشخص جنسی هستند.

متخصص زنان و زایمان دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی افزود: عوامل محیطی و ژنتیکی می‌تواند بر کاهش روند ذخیره سلول‌های جنسی اثر داشته باشد.

حسینی در پاسخ به این سوال که نشانه‌ها و علامت‌های کاهش ذخیره تخمدان چیست، بیان کرد: شروع کاهش ذخیره تخمدان با علامت‌ها و نشانه‌های خاصی همراه نیست و در اغلب موارد، تنها از طریق معاینات و چکاپ‌های کامل قابل بررسی است. قاعدگی‌های نامنظم، تاخیر در قاعدگی یا عدم قاعدگی طی چند دوره و تاخیر در بارداری و چرخه‌های قاعدگی کوتاه‌مدت (معمولاً کمتر از 28 روز) و یا طولانی مدت می‌تواند از نشانه‌های کاهش ذخیره تخمدان‌ها باشد.

این عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با اشاره به این‌که تعداد سلول‌های جنسی در دوره **باروری زنان** را تحت تاثیر قرار می‌دهد، خاطر نشان کرد: هرچه سن بالاتر می‌رود تعداد سلول‌های جنسی نیز کاهش می‌یابند.

این متخصص زنان و زایمان دانشگاه به شایع‌ترین دلایل کم شدن ذخیره تخمدان اشاره کرد و گفت:

ابتلا به آندومتريوز، ناهنجاری‌های ژنتیکی و مادرزادی همچون سندرم X شکننده، عفونت لگن، پرتودرمانی و شیمی‌درمانی، برخی اختلالات خودایمنی و سیگار کشیدن از اصلی‌ترین علت‌های کاهش ذخیره تخمدان است.

حسینی به روش‌های ارزیابی تخمدان اشاره کرد و گفت: روش‌های آزمایشگاهی و سونوگرافی از جمله این روش‌ها هستند.

وی ادامه داد: استفاده از تست‌های بیوشیمی، سونوگرافی‌های تخصصی و ارزیابی‌های بالینی نیز در بررسی وضعیت تخمدان‌ها مورد توجه است.

حسینی با بیان این‌که **سونوگرافی** که در دوره قاعدگی انجام می‌شود سائز تخمدان‌ها را بررسی می‌کند عنوان کرد: ممکن است به لحاظ بالینی علامت‌های غیرطبیعی وجود نداشته باشد ولی آزمایش‌های تکمیلی وضعیت تخمدان‌ها و ضروت ذخیره‌سازی آن را مشخص می‌کند، بنابراین در افرادی که مشکلاتی که روند تخمک‌گذاری مشاهده می‌شود، رزرو تخمدان اهمیت دارد.

این عضو هیئت علمی دانشگاه یادآور شد: ذخیره تخمدان با افزایش سن و کاهش سائز تخمدان ارتباط دارد و این روند تا سن یائسگی که ذخیره تخمدان فرد صفر می‌شود، ادامه پیدا خواهد کرد.

حسینی به روش‌های بررسی کیفیت تخمک نیز اشاره کرد و گفت: کیفیت تخمک به سن فرد بستگی دارد، معمولاً در سنین بالای 40 سال، کیفیت تخمک کاهش می‌یابد که احتمال موفقیت عمل آی وی اف را کمتر می‌کند، بنابراین اطلاع یافتن از سن فرد، بهترین روش برای حدس زدن کیفیت تخمک‌ها توسط پزشک است.



وی به روش‌های درمان ذخیره تخمدان پایین اشاره کرد و ادامه داد: باید گفت که روش خاصی برای درمان کاهش ذخیره تخمدان یا جلوگیری از پیشروی آن وجود ندارد؛ اما برخی روش‌ها می‌تواند شانس بارداری را در زنان مبتلا به ذخیره تخمدان پایین افزایش دهد، رایج‌ترین راه غلبه بر ناباروری ناشی از کاهش ذخیره تخمدان، تحریک تخمک‌گذاری و استفاده از روش‌های کمک‌باروری همچون IVF است،

از دیگر روش‌های درمان ذخیره تخمدان پایین می‌توان به فریز تخمک و جنین، اشاره کرد.

متخصص زنان و زایمان افزود: در مورد افرادی که در خانواده یائسگی زودرس دارند و یا جراحی‌های تخمدان داشته‌اند یا کاندید درمان‌های شیمی درمانی و رادیوتراپی هستند بررسی‌ها با حساسیت بیشتر انجام شود.

حسینی با اشاره به این که فریز تخمک مناسب افرادی است که قصد به تاخیر انداختن بارداری دارند، ادامه داد: با استفاده از داروهای تحریک تخمدان برای رشد تخمک‌ها، می‌توان تعدادی تخمک مناسب را به کمک عمل پانچر استخراج و همه یا تعدادی از آن‌ها را برای بارداری‌های آینده فریز کرد.

وی از انجام فرآیند [فریز تخمک](#) در مراکز تخصصی زنان تابعه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با تعرفه دولتی خبر داد و خاطرنشان کرد: با انجام این عمل در سنین جوانی می‌توان تخمک‌های باکیفیتی را منجمد کرد که در صورت تمایل به بارداری در سنین بالاتر، مورد استفاده قرار داد ضمن این‌که امکان استفاده از تخمک و جنین‌های فریز در چند نوبت وجود خواهد داشت.