

شایع‌ترین بیماری‌های ناشی از اختلالات هورمونی در زنان و دختران چیست؟

13 اردیبهشت 1402

اگر درباره غدد درون‌ریز و نقش مهمی که در حفظ تعادل بدن دارند، چیزی نشنیده‌اید، کافی است شهر یا کشوری را تصور کنید که هیچ سیستم پیام‌رسانی در آن وجود ندارد؛ نه خبری از پست و تلگراف و تلفن هست، نه از اینترنت و تلفن همراه.

کاهش یا افزایش هورمون‌های مهم بدن، شما را به همین مصیبت دچار می‌کنند و چنان هرج و مرج باورنکردنی‌ای به وجود می‌آورند که کمتر عضوی از بدن شما از تأثیرات آن بی‌نصیب خواهد بود. درحقیقت این هورمون‌ها ترکیبات پیام‌رسان شیمیایی هستند که توسط جریان خون جابه‌جا می‌شوند و اغلب فعالیت‌های بدن شما را تنظیم می‌کنند.

عوامل متعددی بر میزان ترشح هورمون‌ها و کارکردشان در بدن تأثیر می‌گذارند؛ کافی است چاق یا مبتلا به نوعی عفونت شوید، استرس بگیرید یا میزان قرص پیشگیری از بارداری‌ای که مصرف می‌کنید، بیش از حد معمول باشد تا تعادل سیستم هورمونی‌تان برهم بخورد.

هیرسوتیسم در خانم‌ها

هیرسوتیسم یکی از مشکلات شایع هورمونی در خانم‌هاست که باعث رشد بیش از حد موهای زائد در نواحی‌ای از بدن فرد از جمله لب فوقانی، چانه و سایر نقاط بدن می‌شود؛ درحالی‌که به‌طور معمول نباید شاهد وجود مو در این نواحی باشیم. این اختلال هورمونی ناشی از افزایش سطح هورمون اندروژن در بدن خانم‌هاست که به دو علت عمده اختلال عملکرد تخمدان یا غده فوق‌کلیه ایجاد می‌شود. (این اختلال گاهی به علت وجود تومور در تخمدان یا غده آدرنال به وجود می‌آید و گاهی ناشی از سندروم تخمدان پلی‌کیستیک است).

افزایش حساسیت سرشتی فولیکول‌های مو به هورمون اندروژن نیز می‌تواند یکی از علل پرمویی در زنان باشد. در این حالت، سطح هورمون در خون چندان بالا نیست بلکه گیرنده‌ها به شدت نسبت به هورمون مردانه حساس شده‌اند. از علائم دیگر افزایش هورمون مردانه در خانم‌ها می‌توان به خشونت صدا، کاهش درصد چربی بدن و افزایش توده عضلانی اشاره کرد. راهکارهای درمانی این اختلال هورمونی، بسته به علت ایجاد پرمویی در زنان، متفاوت است؛ مثلاً اگر توموری در تخمدان باعث هیرسوتیسم شده باشد، قدم اول برای مداوای فرد، درمان بیماری اولیه است. در سایر موارد، استفاده از داروهای خوراکی و استفاده از درمان‌های حذفی نظیر لیزر توصیه می‌شود.

یکی از شایع‌ترین بیماری‌های زنانه

حتماً تا به حال نام **سندروم تخمدان پلی‌کیستیک** به گوش‌تان خورده یا شاید خودتان یکی از مبتلایان به این اختلال هورمونی هستید. این سندروم در نتیجه مقاومت ژنتیکی به انسولین به‌وجود می‌آید و میزان شیوع آن در خانم‌ها بسیار زیاد است. در این حالت علاوه‌بر مقاومت به انسولین، سطح هورمون مردانه نیز بالا می‌رود و تاخیر در تخمک‌گذاری، تاخیر در قاعدگی، آکنه، پرمویی و حتی ناباروری را به‌دنبال خواهد داشت. بد نیست بدانید که سندروم تخمدان پلی‌کیستیک با چاقی رابطه تنگاتنگی دارد. چاقی این بیماران معمولاً از نوع سببی شکل است (چاقی اندروید یا مردانه که در پهلوی و شکم دیده می‌شود) که احتمال ابتلا به دیابت نوع دو و بیماری‌های قلبی را چند برابر می‌کند.

اولین قدم برای درمان سندروم تخمدان پلی‌کیستیک، کاهش وزن همراه با رژیم و ورزش است. دارو درمانی نیز حساسیت سلولی به انسولین را افزایش می‌دهد و نه‌تنها مانع از تاخیر قاعدگی می‌شود بلکه شروع کاهش وزن را نیز تسهیل و شانس بارداری را چهار برابر بیشتر می‌کند.

یائسگی زودرس

براساس تعریف سازمان بهداشت جهانی، **یائسگی** حالتی است که در پی اتمام فعالیت فولیکول‌های تخمدانی اتفاق می‌افتد و با ۱۲ ماه قطع خونریزی قاعدگی همراه است. مهم‌ترین تغییر هورمونی دوران یائسگی، کاهش سطح استروژن در بدن است؛ به همین خاطر خانم‌ها در این دوران از خستگی، گرگرفتگی، تعریق شبانه، درد مفاصل، خشکی پوست، افسردگی و... شکایت دارند. این شرایط به‌طور طبیعی در سنین ۴۵ تا ۵۵ سالگی رخ می‌دهد.



یائسگی زودرس یکی از اختلالات شایع هورمونی است که اغلب زمینه ژنتیکی دارد و در سنین زیر ۴۰ سال بروز می‌کند.

در این حالت فرد با قطع ناگهانی یا طولانی شدن فواصل قاعدگی روبه‌رو می‌شود. البته هر عامل دیگری که باعث اختلال در پاسخ تخمدان به تحریکات هیپوفیز یا مانع تولید هورمون در تخمدان‌ها شود، نیز می‌تواند باعث یائسگی زودتر از موعد شود.

از کارافتادگی زودرس تخمدان‌ها، ریسک ابتلای زنان به پوکی استخوان و بیماری‌های قلبی و عروقی را بالا می‌برد. هورمون‌درمانی و مصرف دوره‌ای پروژسترون، مهم‌ترین راهکار درمانی برای مبتلایان به این بیماری است که سیکل قاعدگی‌شان را تنظیم می‌کند و مانع از بروز علائم و عوارض ناخوشایند می‌شود.

یائسگی زودرس یکی از ریسک فاکتورهای [نایاروری](#) هم است زیرا با یائسه شدن پیش از موعد، همه تخمک‌های باقیمانده در بدن زنان تخریب می‌شوند و امکانی برای باروری وجود نخواهد داشت. بنابراین تشخیص به موقع این اختلال اهمیت زیادی دارد. پس اگر دارای سابقه ژنتیکی هستید، کمتر از ۴۰ سال دارید اما خونریزی ماهانه‌تان مختل شده، شب‌ها خوب نمی‌خوابید و بدنتان گر می‌گیرد و عرق می‌کند، تا دیر نشده به متخصص زنان مراجعه کنید.