

علائم سیروز کبدی در زنان متفاوت از مردان است؟

18 تیر 1403

سیروز کبدی، وضعیت جدی در سلامت افراد است که در آن بافت سالم کبد به بافت آسیب دیده تبدیل می‌شود و عملکرد کبد را به‌طور قابل توجهی مختل می‌کند.

بروز این بیماری می‌تواند ناشی از علل مختلفی مانند مصرف مزمن الکل، هپاتیت ویروسی و بیماری کبد چرب باشد. شناخت علائم سیروز کبدی، به ویژه در زنان، برای تشخیص زودهنگام و مدیریت آن بسیار مهم است.

سیروز کبدی اغلب بدون نشان دادن علائم قابل توجهی در مراحل اولیه بیماری پیشرفت می‌کند و با پیشرفت بیماری، علائم بیشتر ظاهر می‌شوند. زنان ممکن است به دلیل تفاوت‌های بیولوژیکی و هورمونی برخی علائم منحصر به فرد یا واضح‌تری را نسبت به مردان تجربه کنند.

خستگی

یکی از اولین علائم سیروز کبدی می‌تواند خستگی باشد. زنان مبتلا به سیروز کبدی ممکن است با وجود استراحت کافی احساس خستگی غیرعادی کنند. این خستگی می‌تواند مداوم و ناتوان‌کننده باشد و بر فعالیت‌های روزانه تاثیر بگذارد.

زردی

یکی دیگر از علائم، زردی است که پوست و سفیدی چشم زرد می‌شود و به این دلیل رخ می‌دهد که کبد نمی‌تواند بیلی‌روبین حاصل از تجزیه سلول‌های خونی قدیمی را پردازش کند. زنان ممکن است این علامت را به دلیل ماهیت قابل مشاهده آن با سهولت بیشتری متوجه شوند.

تغییر در چرخه قاعدگی

تغییرات در چرخه قاعدگی نیز ممکن است رخ دهد. زنان ممکن است عادت ماهانه نامنظم یا قطع کامل قاعدگی را تجربه کنند که مربوط به یائسگی نیست. این علامت به این دلیل ایجاد می‌شود که سیروز می‌تواند تعادل هورمونی لازم برای چرخه‌های قاعدگی منظم را مختل کند.

نفخ و تورم شکم

نفخ یا تورم شکم که به‌عنوان آسیت شناخته می‌شود، زمانی اتفاق می‌افتد که مایع در شکم به دلیل کاهش توانایی کبد در تولید آلبومین، پروتئینی که از نشست مایع از رگ‌های خونی جلوگیری می‌کند، جمع

می‌شود. این علامت می‌تواند به خصوص ناراحت‌کننده باشد و ممکن است با تورم در پاها و مچ پا به دلیل احتباس مایعات همراه شود.

مشکلات گوارشی

مشکلات گوارشی نیز در افراد مبتلا به سیروز کبدی شایع هستند و ممکن است شامل حالت تهوع، کاهش اشتها و کاهش وزن شوند. با کاهش عملکرد کبد، پردازش و هضم غذا برای بدن سخت‌تر و منجر به این علائم می‌شود. زنان همچنین ممکن است در مقایسه با مردان دوره‌های شدیدتری از حالت تهوع را تجربه کنند.

کبودی و خونریزی

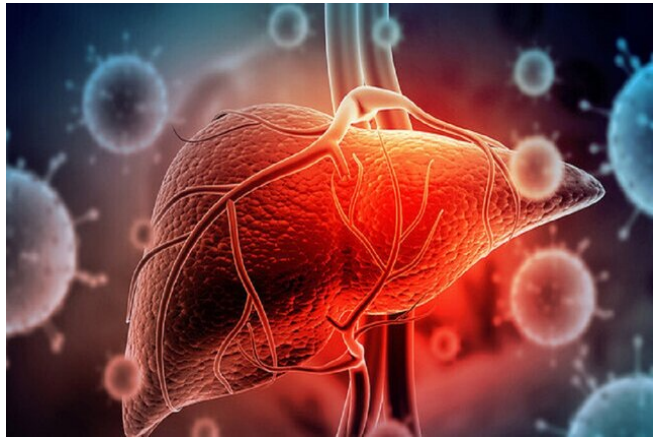
کبودی و خونریزی از دیگر علائمی است که باید از آنها آگاه بود. کبد پروتئین‌هایی تولید می‌کند که به لخته شدن خون کمک می‌کند، بنابراین وقتی آسیب می‌بیند، حتی آسیب‌های جزئی می‌تواند باعث کبودی یا خونریزی قابل‌توجهی شود که توقف آن بیش از حد معمول طول می‌کشد.

مشکلات عصبی

علائم عصبی می‌تواند به دلیل تجمع سموم در خون رخ دهد که کبد دیگر قادر به فیلتر کردن آنها نیست. این مورد می‌تواند منجر به وضعیتی به نام انسفالوپاتی کبدی شود که به صورت گیجی، مشکلات حافظه و تغییرات در خلق و خوی و شخصیت ظاهر می‌شود.

شناسایی این علائم می‌تواند چالش‌برانگیزتر باشد، اما حیاتی محسوب می‌شوند زیرا نشان دهنده اختلال قابل‌توجه کبدی هستند. نتایج تحقیقات بر اهمیت تشخیص زودهنگام این علائم تاکید دارد. تشخیص و درمان به موقع می‌تواند به‌طور قابل‌توجهی بر پیشرفت سیروز کبدی تأثیر بگذارد و کیفیت زندگی را بهبود بخشد.

نتایج تحقیق منتشر شده در مجله جهانی گوارش تاکید کرد که تشخیص علائم اولیه سیروز کبدی می‌تواند منجر به مداخلاتی شود و ممکن است پیشرفت بیماری را متوقف و حتی برخی از اثرات آن را معکوس کند. در واقع سیروز کبدی بیماری شدید و پیشرونده است، اما درک و شناخت علائم آن در زنان می‌تواند منجر به مدیریت زودتر و موثرتر شود.



کاهش امید به زندگی در افراد مبتلا به سیروز کبدی

با گذشت زمان، این بیماری از عملکرد صحیح کبد جلوگیری خواهد کرد و در نهایت باعث نارسایی خواهد شد. امید به زندگی با سیروز کبدی می‌تواند بر اساس مرحله بیماری و نحوه درمان و مدیریت آن متفاوت باشد. به‌طور معمول، یک فرد مبتلا به سیروز کبدی ممکن است امید به زندگی حدود ۲ تا ۱۲ سال داشته باشد.

سیروز کبدی ۲ نوع است که شامل سیروز جبران شده و سیروز جبران نشده می‌شود؛ افراد مبتلا به سیروز جبرانی علائمی را نشان نمی‌دهند، در حالی که امید به زندگی در آنان حدود ۹ تا ۱۲ سال است. یک فرد می‌تواند سال‌ها بدون علامت بماند، اگرچه پنج تا هفت درصد از مبتلایان به این عارضه هر سال علائم را نشان می‌دهند.

در سیروز جبران نشده افراد علائم و عوارضی را از قبل تجربه می‌کنند. امید به زندگی در این افراد نسبت به کسانی که سیروز جبران شده دارند بسیار کاهش می‌یابد و متخصصان توصیه می‌کنند در این موارد برای پیوند کبد احتمالی ارجاع شوند. شواهد نشان می‌دهد که فرد مبتلا به سیروز در مراحل پیشرفته، میانگین امید به زندگی حدود ۲ سال خواهد داشت.

برخی از افراد مبتلا به این بیماری می‌توانند از مرحله جبران نشده یا علامت‌دار به مرحله بدون علامت برگردند که فرآیندی چالش‌برانگیز است و یکی از مراحل حیاتی اجتناب از مصرف هر نوع الکل است. برای جلوگیری از پیشرفت از مرحله بدون علامت به مرحله علامت‌دار، افراد می‌توانند تغییراتی در سبک زندگی خود ایجاد کنند که شامل ورزش منظم، حفظ وزن در حد متوسط، دریافت درمان برای شرایطی که ممکن است باعث سیروز شده باشد، مانند هپاتیت C یا B، انجام معاینات منظم و درمان فوری برای عوارض و ترک سیگار است.

از بین افرادی که به سیروز مبتلا می‌شوند، ۲۰ تا ۶۰ درصد به سوء تغذیه، عوارض اضافی، بستری طولانی‌تر در بیمارستان و کاهش امید به زندگی روبرو می‌شوند به این معنی که پیروی از رژیم غذایی سالم برای مبتلایان به این بیماری بسیار مهم است و سیروز خود می‌تواند بر رژیم غذایی و متابولیسم تاثیر بگذارد، بنابراین افراد باید سعی کنند مصرف رژیم غذایی کم نمک، محدود کردن مصرف مایعات، مصرف وعده‌های غذایی کوچکتر و مکررتر، مصرف مقدار زیادی پروتئین، مصرف مکمل‌های روی، اجتناب از مصرف بیش از حد ویتامین A و D را در نظر بگیرند و در صورت بالا بودن سطح آهن از

مصرف ویتامین C خودداری کنند.

اگر هر یک از این علائم ذکر شده را مشاهده کردید، مهم است که برای ارزیابی بیشتر و درمان احتمالی با ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی مشورت کنید. اقدام اولیه می‌تواند تفاوت قابل‌توجهی در مدیریت شرایط و حفظ کیفیت زندگی بهتر ایجاد کند.