

۳ میلیون زن ایرانی در خطر نازایی؛ خانم‌ها مراقب این بیماری خاموش باشند

به گفته یک متخصص زنان و زایمان، یکی از دلایل نازایی در خانم‌ها ابتلا به بیماری آندومتریوز است که به طور میانگین بروز علائم آن 8-10 سال زمان خواهد برد.

شاید اسم «آندومتریوز» برایتان کمی سخت یا ناشناخته باشد. آندومتریوز یک بیماری کمتر شناخته شده و وابسته به هورمون زنانه است که بیشتر زنان در سنین باروری را درگیر می‌کند. بنابراین هر خانمی که به سن بلوغ رسیده و هورمون‌های زنانه در بدنش تولید می‌شود، می‌تواند به این بیماری گرفتار شود.

«آندومتریوز»؛ گریبان‌گیر ۳ میلیون زن ایرانی

«خدیجه شادجو متخصص زنان و زایمان و لاپاروسکوپي پیشرفته» در خصوص علت ابتلا به این بیماری می‌گوید: اینکه چه علتی باعث به وجود آمدن آندومتریوز در خانم‌ها می‌شود، هنوز به صورت دقیق مشخص نشده اما براساس تحقیقات، عوامل ژنتیکی در ابتلا به این بیماری بسیار نقش دارد. به عنوان مثال در خانواده‌هایی که بستگان درجه یک به این بیماری مبتلا هستند ۶ تا ۹ برابر و همچنین در دوقلوهای همسان بیش از ۵۰ درصد امکان ابتلا به آندومتریوز به صورت ژنتیکی وجود دارد.

همچنین ممکن است آلودگی محیط زیست و تغذیه نامناسب هم در ابتلا به این بیماری مؤثر باشد. در گذشته آندومتریوز بیشتر در کشورهای صنعتی مشاهده می‌شد اما امروزه در ایران هم این بیماری دیده می‌شود. زیرا سبک زندگی‌ها تغییر و مهمتر از همه روش‌های تشخیصی ما بسیار قوی شده است.

وی در خصوص فراگیری این بیماری در ایران و جهان توضیح می‌دهد: آندومتریوز قریب به ۱۰۰ سال است که در دنیا شناخته شده و نزدیک به ۱۶۵ میلیون زن در دنیا به این بیماری مبتلا هستند. به طور میانگین بین ۱۵ - ۱۰ درصد از خانم‌های در سنین باروری دچار

آندومتريوز شده و براساس آمار تا به امروز نزديك به سه ميليون زن ايراني به اين بيماري مبتلا هستند.

آندومتريوز چه علائمی دارد؟

شادجو درخصوص علائم اين بيماري می‌گويد: آندومتريوز ممكن است يك بيماري بی‌علامت باشد. اما مهمترين علائم اين بيماري كه بيمار را به مطب پزشك می‌كشاند، درد است. مهمترين اين دردها برای تشخيص اين بيماري، دردهای شديد عادت ماهيانه است كه با مصرف مسكن و كمی استراحت خوب نشده و با گذشت زمان بيشتر از قبل می‌شود.

اين بيماران معمولاً در برقراری رابطه جنسی دچار مشكل می‌شوند، گوارششان در زمان عادت ماهيانه بهم می‌ريزد «اين افراد معمولاً دچار اختلالات گوارشی مانند اسهال يا يبوست می‌شوند و يا در زمان دفع درد دارند»، علائم ادراری «پهلودرد يا سوزش ادرار» دارند و... همه اينها زنگ خطری برای ابتلا به اين بيماري است.

۵۰ درصد زنان مبتلا؛ در خطر نازایی

اين متخصص زنان، آندومتريوز را یکی از دلایل نازایی در خانمها می‌داند و درباره علت آن می‌گويد: یکی از مشکلاتی كه اين بيماري برای زنان ايجاد می‌كند، نازایی است. البته هر بيماري كه آندومتريوز دارد، نازایی ندارد. اما با توجه به چسبندگیها و فيبروزی كه اين بيماري ايجاد می‌كند، بر روی کیفیت تخمك و تخمدانها تأثیر گذاشته و می‌تواند نازایی هم ايجاد كند.

براساس آمار به طور میانگين بين ۵۰ - ۳۰ درصد بيماران آندومتريوز، گرفتار نازایی می‌شوند. البته اين اتفاق بيشتر در مواقعی رخ می‌دهد كه بيماري ديرتر تشخيص و درمان شود.

آيا آندومتريوز نوعی سرطان است؟

شادجو در خصوص ویژگیهای اين بيماري می‌گويد: بسياری از افراد، آندومتريوز را با سرطان اشتباه می‌گیرند. در حالی كه اين بيماري سرطان نبوده و يك بيماري مزمن است. شخصی كه سرطان دارد در طول زندگی اتفاقاتی را تجربه می‌كند كه باعث کاهش طول عمر او می‌شود. آندومتريوز هم به دليل چسبندگی و پخش شدن در شكم مانند سرطان است.

این بیماری همانند سرطان پیشرفت می‌کند و به سایر قسمت‌های بدن آسیب می‌زند. اما شاید کیست‌های آندومتریوم دو درصد از افراد مبتلا به این بیماری، تبدیل به بدخیمی شده و دچار سرطان تخمدان شوند. البته عوامل دیگری هم در این مسئله دخیل هستند.

چگونه آندومتریوز را تشخیص دهیم؟

وی در خصوص تشخیص و شروع درمان این بیماری می‌گوید: یکی از راه‌های تشخیص این بیماری توجه به علائم بیمار است. طبق آمار حتی در کشورهای پیشرفته از زمانی که بیمار علائم دارد تا زمانی که به تشخیص بیماری برسند بین ۱۰-۸ سال زمان خواهد برد. در ایران کمی این درصد و تعداد سال‌ها بیشتر است. اگر بتوانیم این زمان را کوتاه‌تر کنیم، بیمار آسیب کمتری خواهد دید.

بنابراین در ابتدا افراد برای تشخیص باید به علائم این بیماری دقت کنند. از آنجایی که این بیماری در میان خانم‌ها کمتر شناخته شده، ممکن است بسیاری از افراد علائم آن را نشناسند بنابراین اگر هرکدام از اطرافیان که از علائم این بیماری اطلاع دارند، باید به فرد مشکوک هشدار داده و او را نسبت به این بیماری آگاه کنند.

تشخیص بیماری آندومتریوز بین ۱۰-۸ سال زمان خواهد برد

خانم‌ها بعد از مشاهده علائم باید به پزشک متخصص مراجعه کنند. پزشک هم با توجه به شرح حالی که از بیمار می‌گیرد به ابتلا به این بیماری شک می‌کند و بیمار را معاینه و پس از آن او را برای سونوگرافی می‌فرستد. اصلاً نیازی نیست که بیمار برای اولین بار «ام، آر، آی» یا «سی. تی اسکن» انجام دهد. سونوگرافی‌های ترانس واژینال و ترانس رکتال در تشخیص این بیماری کمک کننده خواهد بود.

«آندومتریوز» را هر مرکزی نمی‌تواند تشخیص دهد

شادجو در خصوص اهمیت نوع و تخصص مرکز سونوگرافی برای تشخیص این بیماری توضیح می‌دهد: سونوگرافی تشخیص این بیماری، باید در مرکز و توسط فرد متخصص سونوگرافی آندومتریوز انجام شود. زیرا آندومتریوز همیشه کیست ایجاد نمی‌کند. زمانی آندومتریوز توسط سونوگرافی معمولی نشان داده می‌شود که کیست ایجاد شده باشد. اما ممکن است

این بیماری رباط‌های کف لگن را درگیر کرده و یا بر روی سطح روده زده باشد که سونوگرافی معمولی آن را مشخص نمی‌کند.

همچنین اگر سونوگرافست متخصص نباشد نمی‌تواند آندومتریوز را به درستی تشخیص دهد. کیست را شاید هر سونوگرافستی بتواند تشخیص دهد اما آن چسبندگی‌ها و دست‌اندازی‌هایی که در حالب و مثانه و روده ایجاد شده را هر فردی نمی‌تواند تشخیص دهد. بعد از این مراحل هم یک سری از روش‌های تصویربرداری وجود دارد که در تشخیص این بیماری کمک‌کننده است. بعد از تشخیص بیماری دوره درمان آغاز می‌شود.

برای درمان این بیماری چه کاری باید انجام داد؟

وی درباره درمان این بیماری می‌گوید: مهمترین کاری که برای درمان این بیماری باید انجام داد، تشخیص زودهنگام آن است. زیرا اگر این بیماری دیر تشخیص داده شود، ممکن است تخمدان‌ها کارکردشان را از دست بدهند. اگر بیماری را زود تشخیص دهیم می‌توانیم درمان آن را زود شروع کنیم.

درمان این بیماری به روش‌های جراحی و دارو درمانی انجام می‌شود. عمدتاً در طول درمان، بیمار باید مسکن استفاد کرده و تحت درمان‌های هورمونی که فعالیت تخمدان را کمتر کرده «تخمدان را به خواب می‌برند» قرار گیرند. در این نوع درمان، فعالیت‌های تخمدان تا زمانی که فرد قصد بارداری شدن نداشته باشد کاهش می‌یابد تا بیماری پیشرفت نکند.

همچنین با توجه به اینکه این بیماری چسبندگی شدیدی ایجاد می‌کند و فقط یک کیست ساده نیست، این کیست‌ها به کف لگن می‌چسبند و ارگان‌های حیاتی مانند حالب، مثانه و روده‌ها را آلوده می‌کند، در برخی از مواقع برای درمان این بیماری باید جراحی انجام شود. البته در حال حاضر کنگره‌های مختلفی در دنیا در خصوص آندومتریوز تشکیل و درمان‌های به روز در آنها معرفی می‌شود که یک قسمت از درمان، جراحی است.

جراحی آندومتریوز چگونه انجام می‌شود؟

شادجو در خصوص جراحی آندومتریوز توضیح می‌دهد: در زمان جراحی باید آن محل‌های آلوده پاکسازی و آندومتریوزها برداشته شود. اما با توجه

به چسبندگی‌هایی که در ناحیه لگن بیمار اتفاق افتاده، این جراحی بسیار پیچیده بوده و هر مرکز و هر پزشکی نمی‌تواند از عهده انجام آن بربیاید. اگر برای انجام این عمل، تبحر جراح کم و یا امکانات و تیم کافی نداشته باشد، معمولاً این پاکسازی را به طور کامل انجام نمی‌دهد و فقط کیست‌ها را تخلیه می‌کند. به همین علت بیماری بعد از گذشت مدتی باز می‌گردد.

بهترین روش جراحی آندومتریوز، لاپاراسکوپي است که در این روش یک برش کوچک در ناحیه ناف و سه برش کوچک در زیر شکم ایجاد شده و پزشک با استفاده از دوربین داخل شکم را معاینه و چسبندگی‌ها را آزاد می‌کنیم. در این روش آندومتریوزها را میلی‌متر به میلی‌متر قیچی و از داخل شکم برداشته می‌شود.

همچنین جراحی لاپاراسکوپي زیباست، امکان چسبندگی کمتری دارد، امکان بارداری در آینده با استفاده از این روش بیشتر است و بزرگ نمایی بیشتری به جراح می‌دهد تا کنج‌های لگن را خوب ببیند و ضایعات را کامل بردارد.

اگر جراحی خوبی صورت گیرد فقط ۱۰ درصد احتمال بازگشت بیماری در یک سال وجود دارد اما اگر جراحی انجام شده دقیق و متناسب نباشد احتمال بروز دوباره بیماری بالاتر می‌رود.

همه بیماران نیاز به جراحی ندارند

وی عمل جراحی را برای درمان همه بیماران ضروری ندانسته و می‌گوید: انجام جراحی آندومتریوز بستگی به تشخیص و تجویز پزشک دارد. جراحی هم برای خانم‌های در سنین باروری و هم برای خانم‌هایی که یائسته شده‌اند بسته به شرایط جسمانی و پیشروی بیماری تجویز می‌شود. برای همه بیماران جراحی تجویز نمی‌شود.

برخی از بیماران چون قرار است در آینده باردار شوند باید ارگان تولید مثل آنها حفظ شود از جراحی استفاده نمی‌کنند. البته همیشه به خاطر باردار شدن نیست. در بعضی موارد برای سالم نگهداشتن تخمدان‌ها و تولید هورمون‌های زنانه تا زمان یائستگی، جراحی انجام نمی‌شود. بنابراین دارو درمانی برای این بیمار آغاز می‌شود. در این نوع درمان برای بیمار مسکن و در مواردی هورمون تجویز می‌شود تا حالت حاملگی کاذب یا یائستگی کاذب به بیمار بدهد. زیرا حفظ قدرت بارداری در بیمار بسیار اهمیت دارد.

زمانی که پزشک تشخیص می‌دهد بیمار به آندومتريوز مبتلاست، باید درخصوص بارداری شدن با بیمار صحبت کند. حتی در بعضی از مواقع برای کنترل بیماری، بیمار را به بارداری شدن تشویق می‌کنیم. حتی اگر فرد ازدواج نکرده یا قصد بارداری شدن ندارد از تکنیک‌های فریز کمک می‌گیریم. در این روش تخمک یا جنین را در آزمایشگاه فریز می‌کنیم، تا هر زمانی که بیمار نیاز داشت، بتواند از آنها استفاده کند.

بارداری از پیشرفت این بیماری جلوگیری می‌کند

این متخصص زنان و زایمان در خصوص چگونگی پیشگیری از ابتلا به این بیماری می‌گوید: من به خانم‌ها پیشنهاد می‌کنم که زود ازدواج کنند و زود بارداری شوند. زیرا حاملگی یکی از عوامل مؤثر برای جلوگیری از ابتلا و یا پیشروی این بیماری است. اگر ازدواج در سن طبیعی انجام شود و خانم حاملگی‌های متعدد داشته باشد، به کنترل و پیشگیری از ابتلا به این بیماری کمک کننده خواهد بود.

شاید یکی از علتهایی که در گذشته ابتلا به بیماری آندومتريوز در بین خانم‌ها کمتر بود، ازدواج در سن مناسب و بارداری‌های متعدد زنان قدیمی بود. زیرا در آن شرایط اگر قرار بود آندومتريوز رشدی داشته باشد متوقف می‌شد.