

## متلازمة تعدد اكياس المبيض: دليل العائلات

## ما هي متلازمة المبيض متعدد الاكياس؟

متلازمة تعدد اكياس المبيض هو اضطراب شائع في الفتيات و مصحوبة بأعراض ازدياد شعر الجسم (الشعرانية)، حب الشباب الشديد، ومشاكل في الدورة الشهرية. شعر الجسم الزائد قد يتركز على الوجه والذقن والعنق والظهر والصدر والثدي و البطن. وتشمل مشاكل الدورة الشهرية انقطاع الدورة مدة أشهر، دورات ثقيلة النزيف أو طويلة الأمد، أو دورات كثيرة الحدوث و التعدد. العديد من الفتيات مع متلازمة تعدد اكياس المبايض قد يعانون من زيادة الوزن أو السمنة، ولكن فتيات اخريات لديهن وزن طبيعي او اقل. قد يكون لدى الفتيات أمهات أو عمات أو أخوات صاحبات دورات شهرية غير منتظمة في الجسم، أو يعانين من العقم. قد يكون لدى بعض أفراد العائلة مرض السكري رقم 2. متلازمة تعدد اكياس المبيض قد تسمى احيانا هيبيراندروجينيسم المبيض او انتاج المبيض المفرط من هرمونات الاندروجين.

اثناء سن البلوغ، هرمونات الاندروجين (شبه الذكرية) المصنوعة في الغدة فوق الكلوية تسبب شعر تحت الإبطن، شعر العانة، ورائحة الجسم. خلال وبعد اكتمال البلوغ، ينتج المبيض عادة 3 أنواع من الهرمونات: هرمون الاستروجين، هرمون البروجسترون، والاندروجين. في حالة تعدد اكياس المبيض ينتج المبيض كميات كبيرة من هرمونات الاندروجين. ارتفاع مستويات هرمون الاندروجين يمكن أن يسبب زيادة نمو شعر الجسم، حب الشباب، وعدم انتظام الدورة الشهرية في المراهقين والبالغين.

## ما هي اسباب متلازمة تعدد اكياس المبايض؟

أسباب متلازمة تعدد اكياس المبايض غير معروفة تماما. تحدث الحالة في بعض الأسر. على الرغم من أن الجينات المحددة التي تسبب متلازمة تكيس المبايض غير معروفة، فهناك بعض الاختلافات الجينية التي تزيد امكانية حدوث متلازمة تكيس المبايض. في كثير من الفتيات، يبدو أن متلازمة تكيس المبايض ترتبط أيضا بمقاومة للأنسولين، مما يعني أن جسم الفتاة يجب أن ينتج كمية اكبر من الأنسولين للحفاظ على مستويات طبيعية من السكر في الدم. ارتفاع مستويات الأنسولين يمكن أن يؤثر على المبيض لانتاج كميات اكبر من هرمونات الاندروجين. بعض الفتيات قد يعانين من ارتفاع ضغط الدم، ارتفاع مستوى السكر في الدم، أو ارتفاع مستويات الكولسترول في الدم

## كيف يتم تشخيص تعدد اكياس المبايض ؟

لا يوجد فحص واحد يشخص بدقة تعدد اكياس المبايض. الاعراض المعتادة لتعدد اكياس المبايض تشمل فترات حيض غير نظامية، حب الشباب، أو شعر الجسم الزائد على الوجه والصدر والبطن. يتم فحص لقياس مستويات هرمون الاندروجين في الدم والاستبعاد اضطرابات أخرى تحدث أعراض مشابهة. في بعض الفتيات يجري فحص تحمل السكر في الدم للتأكد من عدم ارتفاع مستوى السكر او الانسولين .

غالبا ما تكون فترات الحيض غير منتظمة لمدة 2 إلى 3 سنوات بعد بدأ الحيض (أول فترة الحيض). وبالتالي، قد يكون من الصعب تشخيص متلازمة تكيس المبايض في الفتيات المراهقات في وقت مبكر. مع ذلك، فإنه من المهم علاج الأعراض حتى لو كان التشخيص غير مؤكد.

## كيف يتم علاج تكيس المبايض؟

يركز علاج متلازمة تكيس المبايض على علاج أعراض محددة تختص بتعدد اكياس المبايض، بما في ذلك حب الشباب، شعر الجسم الزائد، والحيض غير المنتظم. حبوب منع الحمل تحتوي على إستروجين و بروجسترون وتستهمل غالبا لتنظيم العادة الشهرية غير المنتظمة. حبوب منع الحمل التي تحتوي على البروجسترون فقط قد تستعمل ايضا و تعطى لمدة 5 إلى 10 أيام لجلب الحيض كل 1 إلى 3 أشهر و ايضا تستعمل لصقات تحتوي على الاستروجين و البروجسترون او اجهزة توضع داخل الرحم. بعض الفتيات لا يستطعن استخدام هذه الأدوية بسبب ظروف صحية أخرى، فذلك يجب اطلاق طبيب طفلك على تاريخهم الطبي و العائلي بالتفصيل.

يمكن علاج حب الشباب من خلال أدوية بشكل دهونات توضع على الجلد، المضادات الحيوية، و ايضا دواء يسمى سيبرونولاكتون. السيبرونولاكتون يستعمل عادة لعلاج ارتفاع ضغط الدم و لكنه يصد ايضا بعض آثار هرمونات الاندروجين. يجب على النساء الحوامل عدم تعاطي السيبرونولاكتون اطلاقا بسبب إمكانية حدوث عيوب خلقية لدى الأطفال حديثي الولادة.

إزالة الشعر الزائد في الجسم يحتاج الى أساليب تجميلية مثل المستحضرات المبيضة للشعر, ننف الشعر بطريق الشمع او عقيدة السكر, الحلاقة, التيار الكهربائي, إزالة الشعر بالليزر, أو مزيلات الشعر الموضعية. بعض النساء يعانين من حساسية جلدية كرد فعل لمزيلات الشعر الموضعية. استخدام حبوب منع الحمل عن طريق الفم و / أو السبيرونولاكتون يمكن أن يبطئ معدل نمو الشعر. هناك دواء يسمى فانيقا (إفلورنيثين هيدروكلوريد, 13.9%) يمكن وضعه مرتين في اليوم على المناطق غير المرغوب فيها الشعر لمنع نمو الشعر من جديد. يجب وضعه يوميا و الا فينمو الشعر من جديد و للاسف فان شركات التامين غالبا ما ترفض تغطية تكاليف الدواء.

في المرضى الذين يعانون من زيادة الوزن أو السمنة، ففقدان الوزن ممكن ان يخفض مقاومة الأنسولين ويحسن علامات وأعراض تعدد اكياس المبيض. النشاط البدني المؤدي لرفع معدل ضربات القلب على الأقل 150 دقيقة بالاسبوع يساعد على فقدان الوزن. النظام الغذائي الصحي الخالي من المشروبات الحلوة، مثل الصودا والعصير، و المقتن من الكربوهيدرات المركزة، و المخفض من السكريات البسيطة وايضا النشويات المكررة، و ايضا تصغير حجم الوجبات كل هذا يساعد على تنقيص الوزن و تخفيض مقاومة الأنسولين.

الميتفورمين هو دواء يستخدم لعلاج داء السكري من النوع 2 ويمكن استخدامه في علاج متلازمة تكيس المبايض. الميتفورمين يساعد في خفض مقاومة الانسولين ويمكن أن يؤدي الى فقدان قليل في الوزن. لم تتم الموافقة على الميتفورمين بعد من قبل إدارة الغذاء والدواء الأمريكية ( ف د ا ) لعلاج متلازمة تكيس المبايض. مع ذلك، فالميتفورمين عموما آمن وغالبا ما يساعد.

### هل يمكن للفتيات المعانيات من متلازمة تكيس المبايض ان يحملن؟

الفتاة التي تعاني من متلازمة تكيس المبايض يمكن أن تصبح حاملا، حتى لو لم يكن حيضها منتظما. يجب على أي فتاة مع متلازمة تكيس المبايض ان تستعمل وسائل منع الحمل ان كانت نشطة جنسيا و غير راغبة في الحمل. في حال رغبة المرأة المعانية من متلازمة تكيس المبايض في الحمل و هي تواجه صعوبات في انجاز الحمل فلديها اختيارات عدة لتحقيق الحمل. بعض ادوية تكيس المبايض يجب اجتنابها اثناء الحمل و لذلك يجب مناقشة اهدافك بصراحة ووضوح مع طبيبك.

**PES** PEDIATRIC ENDOCRINE SOCIETY