

PCOS: okok, tünetek, kezelés

Hiábavaló fogyókúrák, sikertelen teherbeesés, vagy hajhullás? A három leggyakoribb panasz, melyek eredetében kulcsszerepet játszanak a hormonok. Ismerjük meg, mi a PCOS.

A PCOS jelentése policisztás ovárium szindróma. Bár az elnevezés csupán a petefészek (ovarium) betegségére utal, mégis számos egyéb eltérés is áll háttérben, melyek szerteágazó tüneteket produkálnak. A betegség előfordulása gyakori, de a betegek számát csak becsülni lehet. Megközelítőleg a nők 5-10 százaléka lehet érintett.

Zavar a rendszerben

A PCOS kialakulásában döntő szerepet játszanak az örökletes tényezők, de környezeti faktorok által is jelentős mértékben súlyosított betegség, aminek kialakulása általában már a pubertás előtt megindul.-magyarázza **Prof. Balázs Csaba**, a Budai Endokrinközpont endokrinológusa. Megjelenésében számos bonyolult mechanizmus játszik szerepet. Az első menstruációs ciklus jelentkezését megelőző és követő hormonális változások épp úgy hozzájárulhatnak, mint az anyai eredetű, méhen belüli androgén túlsúly (a mellékvesék által termelt, férfias nemi jelleg kialakításáért felelős hormonok), ami hozzájárul mind az agyalapi mirigy, mind a petefészek, mind a mellékvese hormontermelésének tartós elhangolódásához.

Mi történik velem?

A hormonrendszerben keletkező zavar jellemzően nem egyik pillanatról a másikra jelentkezik, a tünetek a legtöbbször hosszú időn át, folyamatosan alakulnak ki. Egyéntől függően előfordulhat az is, hogy nem az összes, csak egy-két tünet jelentkezik.

A PCOS tünetei:

- Rendszertelen vagy hiányzó peteérés és menzesz
- Meddőség
- Sok, apró ciszta a petefészekben
- Aknés, pattanásos bőr
- Emelkedett inzulinszint a vérben, inzulinrezisztencia vagy lappangó diabétesz
- Megnövekedett szőrzet az arcon és a testen (hirsutizmus)
- Hajhullás, esetleg férfias jellegű kopaszodás
- Súlyproblémák, elhízás

Fontos megjegyeznünk, hogy az elhízás nem csak a PCOS következménye, de egyben kiváltó oka is lehet. Az elhízás gyakran jár együtt a metabolikus szindrómának nevezett kórképpel. A metabolikus szindróma jelei a magas koleszterin, megnövekedett vérszír- és vércukorértékek. Mindezek együttese, különösen öröklött hajlam esetén nagy mértékben növeli a PCOS kialakulásának kockázatát.

Hogyan állapítható meg, hogy a tüneteimet PCOS okozza?

A PCOS vizsgálata az un. Rotterdami kritériumok alapján történik. A diagnózis akkor állapítható meg, ha:

1./ két tünet jelen van a következő háromból:

- a./ a peteérés és tüszőrepedés időleges elmaradása, vagy végleges megszűnése,
- b./ androgén (férfihormon) túlsúly klinikai és/vagy laboratóriumi jelei,
- c./ ultrahanggal igazolt PCO és

2./ nem más hormonális eltérés okozza a tüneteket.

A pontos diagnózis felállításához tehát endokrinológiai és nőgyógyászati vizsgálat egyaránt szükséges. Ezen kívül vizsgálni kell a fokozott szőrnövekedés súlyosságát, a hajhullás mértékét és jellegét, a Cushing-kór jeleit, illetve az acantosis nigricans (sötét foltok megjelenése a bőrön). A vizsgálat ki kell, hogy terjedjen a testsúly, haskörfogat és vérnyomás mérésére, valamint a nőgyógyászati vizsgálatra is.

A betegség pontos okainak felderítése kapcsán a hormonértékek eltérő időszakokban történő mérésére is szükség van. A hormonvizsgálatok egy részét a ciklus (ha van) első napjaiban (2-4. nap között) kell végezni. A ciklus második felében (szabályos ciklus esetén a 21-25. nap között) mért progeszteron szint az ovuláció megítélésére szolgál, ez különösen fontos a kezelés hatásosságának leérése során.

Szükség van a teljes körű lipid vizsgálatra, a szénhidrát anyagcsere időszakos ellenőrzésére, a kortizol és vérzészavar esetén, a pajzsmirigy diszfunkció kizárása céljából TSH vizsgálatra, valamint a Cushing-kór mérsékelt gyanúja esetén is, ennek megfelelő érzékenyséű szűrővizsgálatra is.

Kezelés

A kezelés első lépése a hormonszintek normalizálása. A terápiás mód megválasztását az elődleges cél is befolyásolja, ami legtöbbször a fokozott szőrnövekedés, aknék, a vérzészavar és a meddőség kezelése. Helyes, ha a beteg aktuális kezelését évekre elnyúló gondozás követi, melynek során az aktuális terápia mindig alkalmazkodik a nő változó élethelyzetéhez.

A gyógyszeres terápia mellett az életmódi kezelés is fontos szerepet játszik a gyógyulásban. Megfelelő diéta és rendszeres mozgás segíti az optimális inzulin szint elérését, ami az androgén tüneteket javulását és a meddőség kezelését egyaránt javítja, csakúgy, mint a metabolikus szindrómát és a cukorbetegség kockázatát.

A kezelés nem csak a tünetek megszüntetésére irányul, de az is fontos, hogy megelőzzük a PCOS gyakori szövődményeinek kialakulását, melyek lehetnek: diabétesz, szív-és érrendszeri betegségek, vagy endometrium karcinóma (méhnyálkahártya daganat).

www.endokrinkozpont.hu