

POLİKİSTİK OVER SENDROMU

Kadınların % 20-25 i ni etkileyen tam mekanizması açıklanamayan kadınlarda buldukları yaşa göre çeşitli problemlere sebep olan bir hastalıktır.

Sendrom diyebilmek için

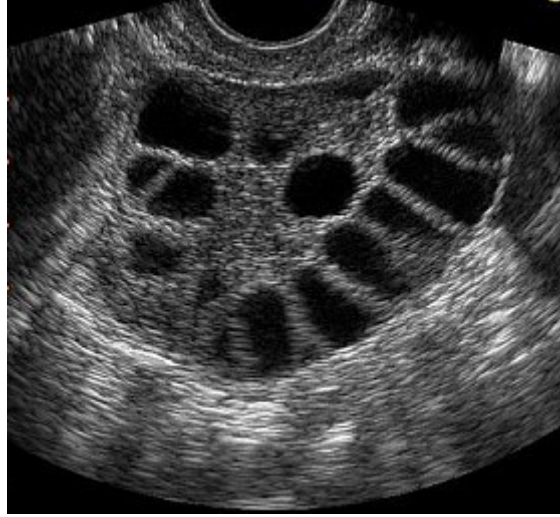
- 1.Az adet görmek veya adet düzensizliği(yumurta gelişim bozukluğuna bağlı)
- 2.Hormonal bozukluk (androjen artışı (erkeklik hormonu artışı) vücutta tüylenme artışı akne- sivilce gibi belirtiler.



Tüylenme Şikayeti

- 3.Yumurtalıkların Ultrasonda polikistik görünümü(inci tanesi şeklinde 8-10

mm çapında dizilmiş kistler)



polikistik over görünümü

Bu üç bulgudan ikisi olduğunda Polikistik Over Sendromu tanısı konur.Sadece Ultrasonda polikistik over görünümü olması durumunda hastanın şikayeti yoksa sendrom denilemez.

Kadınları hayatlarının her üç döneminde (ergenlik öncesi- üreme dönemi-menapoz dönemi) etkiler.

Ergenliğe geçişde daha fazla adet düzensizliği görülür.Daha sonra çok fazla kanamalı ve ağrılı adetler görülür. Adetlerin düzenli hale gelmesi ya çok uzun sürer Ya da adetler düzenli hale gelmez.

Kadınların en çok etkilediği dönem üreme dönemi dediğimiz 15-45 yaş arasıdır.Bu dönemde hastalarda adet düzensizlikleri çok ciddi bir sorundur yine adet düzensizliğinin bir sonucu olarak gebe kalmakta güçlük yaşanır .Kadın infertilitesinin (kısırlık) en sık sebebi dir.

Ek olarak vücutta kıllanma artışı özellikle karın çevresi ,bacakların iç yüzleri ,yüzde çene ve favori bölgesi ,meme ucunda belirgindir.Yine yüzde akne ve sivilcelerde artış vardır.

Menapozal dönemde ise bu hastalarda Hipertansiyon,kalp hastalıkları ve diyabet gibi metabolik hastalıklar daha sıktır. Ayrıca daha önce adet düzensizliği olduğundan buna bağlı olarak rahim içi kanseride daha sık görülür.

Bu hastalığın yumurtalıklardan mı kaynaklandığı yoksa adrenal bezden

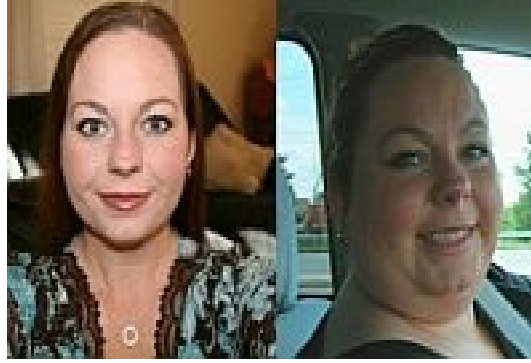
kaynaklanıp yumurtalığı etkilediği hala tartışmalıdır. Tartışılmayan konu ise obezite (aşırı kilo) ile ilişkisidir.Kilo artışının bir neden mi sonuç mu olduğu tartışılabilir ancak kilo artışı fazla olduğu zaman şikayetler artar kiloda olacak bir azalma ile şikayetler azalabilir veya tamamen ortadan kalkabilir.

Tedavi:

Hastalığı tamamı ile ortadan kaldırabilecek bir tedavi yoktur. Ancak şikayetlerin durumuna göre tedavi yapılabilir.Oluşan probleme yönelik tedavi verilir adet düzensizliği varsa ona göre ,tüylenme artışı varsa ona göre,gebelik isteniyorsa ona göre tedavi verilir.

1.Hayat tarzı değişikliği ve kilo verme:

Kilo daki %10 azalma bile şikayetleri azaltıp ortadan kaldırabilir.(adet düzensizliği) adetler düzene girebilir.Bu nedenle hangi tedavi uygulanırsa uygulansın mutlaka kilo verilmeli(eğer obezite varsa) düzenli egzersiz yapılmalıdır.



PCOS ve OBEZİTE

2.İlaç tedavis:

Adet düzensizliği için gebelik istenmiyorsa doğum kontrol hapları kullanılabilir.Doğum kontrol hapları rahim içi kanser oluşumunu da önleyecektir.

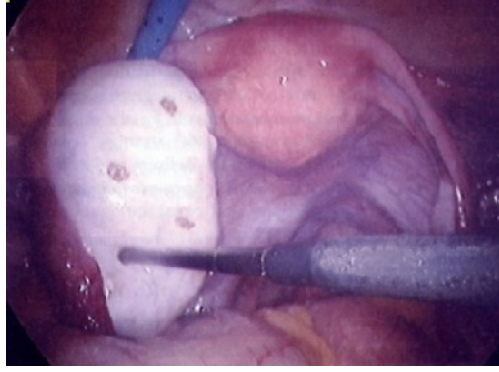
Tüylenme için erkeklik hormonunun etkisini azaltacak ilaçlar kullanılmaktadır.Daha önce oluşan tüylere etkili olmadığından var olan tüyler için epilasyonu öneriyoruz.

Kısırlık(infertilite) tedavisi ise çeşitli ilaçlar kullanılarak yumurta gelişimi sağlanmakta süreç bazen uzun sürede tedavide başarı oranı yüksektir.

3. Cerrahi Tedavi:

Laparaskopi ile overlerin bir kısmını yakarak kistlerde harabiyet oluşturma temeline dayanır .İlaç tedavisi genellikle başarılıdır .Ancak bir alternatif

olarak düşünülebilir.



Laparoscopic Ovarian Drilling

Polikistik overin kadın yaşamının tüm dönemlerinde çeşitli sorunlara yol açtığı akıldan çıkarılmamalı. Problemlerin çıkmasını önlemede ve çıktıktan sonrada düzeltimesinde yardımcı olan yaşam tarzı değişikliği (daha aktif – daha az kilolu- daha sağlıklı beslenmenin ve egzersizin olduğu bir hayat) çok önemlidir. Sorunların düzeltilmesi Polikistik Over Sendromunu ortadan kaldırmamakta daha ileride başka bir sorunla karşınıza çıkabilmekte. Polikistik over Sendromunun sadece adet düzensizliği ve tüylenme artışı olarak değerlendirmeyip sebep sonuç ilişkisinde olduğu Obezite- ve buna bağlı olarak Diabet hipertansiyon ve kalp hastalıklarının önlenmesi açısından da çok önemli olduğu kabul edilip ve bunu önlemenin en kolay yolu olan obezitenin önlenmesi ve yaşam tarzı çok önemlidir.

Op Dr. Mehmet KOÇ
Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı
(Tüp Bebek ve Üreme Endokrinolojisi)