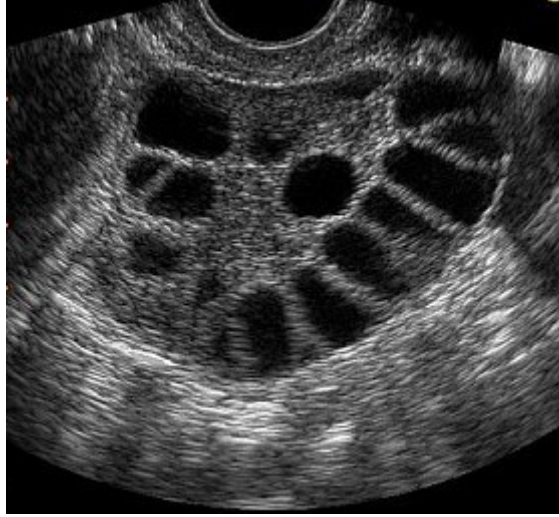


## **POLİKİSTİK OVER VE İNFERTİLİTE:**

**Kadınları yaşamı boyunca etkileyen polikistik over sendromunda tanı için şu üç kriterden ikisinin olması şarttır.**

- a) Overlerin (yumurtalıkların) polikistik görünümü**
- b)Erkeklik hormonun artışına bağlı vücutta tüylenme ve sivilce artışı veya hormon bulguları**
- c) Adet görememe veya 2-3 ayda bir düzensiz adet görme şikayetlerinden ikisi varsa polikistik over sendromu denir.**



**Polikistik Over**

**Kadınların yumurtalıkları ultrasonda izlendiğinde beşte birinde polikistik görünüm olabilir.Ancak bu her zaman sorun oluşturmayabilir .Ultrasonda polikistik görünüm yanında diğer şikayetlerde görüldüğünde polikistik over sendromundan bahsedilir. Polikistik over sendromu ve ultrasonografide görülen polikistik over görünümü aynı şey değildir.Polikistik over görünümü kadınların %20 sinde görülürken Polikistik over sendromu %5-8 lik bir kısmını etkiler.Kadınlardan kaynaklanan infertiletin(kısırlık) yaklaşık yarısı ise polikistik over sendromundan kaynaklıdır.**

**Adet görmeye başlandığı andan itibaren adetleri düzensizdir. Bunun yanında tüylenmede artış(çene de meme ucunda bacakların iç kısmında göbekte tüylenme artışı)görülebilir.Yumurtalıklarım tembelmiş gibi bir açıklama söylenir.Aslında tam tersi olup yumurtalar çok çalışır ancak hormonlar düzensiz olduğundan adet düzenini ve gebelik oluşumu sağlayan bir yumurta yerine küçük küçük onlarca yumurta vardır.Hatta bu yüzden en sık ikiz ve üçüz gebelik bu hastalarda kendiliğinden veya tedavi ile oluşur. İlaç kullanırken de bu nedenle çok dikkatli olunmalı tedavi esnasında çok sayıda yumurta gelişebilir.Bu durum tedavide bazen istenmeyen problemlere sebep olabilir.**

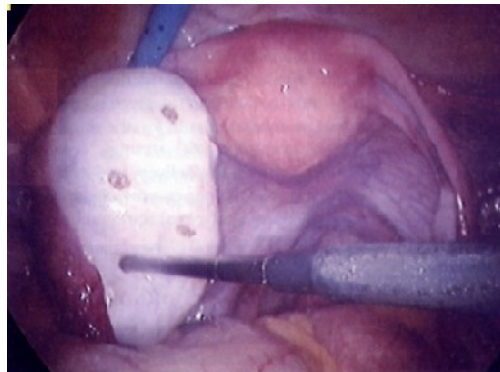
**Polikistik over sendromunun kilo ile de çok yakın bir ilişkisi vardır. Kilo**

artıkça şikayetler artar adet düzensizliği daha fazla olur.Polikistik over hastalarının ilk yapması gereken şey eğer fazla kilolu iseler (ki genellikle böyledir) yaşam tarzını değiştirip daha düzenli beslenerek diyet ve egzersiz yapmalarıdır.Sadece bu bile hiç ilaç tedavisi almadan adetlerini düzene sokarak çocuk sahibi olmalarını sağlayabilir.

Çocuk sahibi olamayan hastaların hemen paniğe kapılmadan tedavi süreçlerine uygun hareket etmesi çok önemli.Çünkü polikistik over hastalarında başlangıç tedavisi denen Klomifen Sitrata tedavis ile 6-8 aylık bir süreçte %80 yumurta gelişimi ve %40 gebelik elde edilmektedir..Başlangıç tedavisi olan Klomifen Sitrata denen ilaca cevap alınamazsa ancak o zaman diğer tedavi seçeneklerine başvurulmalıdır.İlaç tedavisi esnasında yumurta gelişimi takip edilir ve yumurta uygun büyüklüğe ulaştığında çatlatılabilir .Yumurta çatladıktan sonra ya cinsel ilişki zamanı ayarlanır veya aşılama (spermilerin rahim içine direkt verilmesi) uygulanabilir.Eğer ağızdan kullanılan Klomifen Sitrata cevap alınmaz ve yumurta gelişimi olmazsa ya yumurta gelişimine ek ilaçlar başlanır. Ya da göbekten veya kalçadan uygulanabilen iğnelerle yumurta gelişimi sağlanarak tedavi uygulanır.Eğer iğne tedavis uygulanıyorsa gebelik şansını artırmak için Aşılama eklenmelidir.

Polikistik overde en büyük sorun olan kilo ve insülin hormonuna karşı olan bir direnç vardır.Kilo verildiği zaman bu direnç bir miktar kırılır ve düzenli yumurta gelişimi olabilir.Bu nedenle tedavi süresince kilo vermek için yapılan diyet ve egzersiz önemli.

Bazen tek başına verilen %10-15 lik bir kilo verme ile adetler düzene girmekte ve gebelik oluşabilmekte.Yine vücutta şeker tüketimini artıran ve daha önce şeker hastalarında kullanılan Metformin isimli ilaçda adetleri düzene sokarak gebe kalınmasına yardımcı olmaktadır..Ayrıca metformin düşük oluşması ihtimalinide azaltmaktadır.Metformin tek başına veya diğer ilaçlarla birlikte gebe kalmakta sorun yaşayan polikistik over sendromlu hastalarda kullanılabilir.Ancak kullanım esnasında oluşabilecek yan etkiler nedeni ile dikkatli olunmalıdır.



Laparoscopic drilling

**Polikistik overde cerrahi de Laparoskopik (kapalı ameliyat) yöntemle yumurtalı dokusundaki kistler ve bir miktar yumurtalık dokusu yakılmasında bir tedavi seçeneğidir. Ancak hem cerrahi olması hemde yapışıklıklara sebep olması ve diğer tedavi yöntemlerinde başarılı sonuç elde edilmesi nedeni ile çok sık tercih edilememektedir.**

**Polikistik over de tüp bebek:Eğer aşılama yöntemleri ile (3 defa aşılama ) gebe kalınamazsa ancak tüp bebek düşünülebilir.Veya aşılama için yumurtalıklar hazırlanırken çok sayıda yumurta gelişebilir.Bu durumda aşılama yerine yumurtalar toplanarak tüp bebek yöntemi uygulanabilir. Ya da eşinde veya kendisinde ek başka bir problem nedeni ile tüp bebek yöntemi uygulanabilir.**

**Polikistik overli hastalara yumurta gelişimini uyaran ilaçları kullanırken çok dikkatli olunmalı ve ilaç dozu çok iyi ayarlanmalıdır.İlaç dozu yetersiz olduğunda yumurta gelişimi olmadığı gibi uygunsuz dozda ilaç verildiğinde (bazen çok küçük dozda bile olabilir) yumurtalıkların aşırı uyarılması ve çok sayıda yumurta gelişimi olabilir.**



**Aşırı uyarılmış yumurtalıklar**

**Bu durumda da ikiz ,üçüz Ya da daha fazla çoğul gebelik olabileceği gibi annenin hayatını bile tehdit edebilecek boyutta olabilecek Overian Hiperstimülasyon Sendromu(aşırı uyarılmış yumurtalık) na sebebe olabilir.Bu nedenle uygun doz ve ilaç seçimi önemlidir.**

### **İnfertilite ve Polikistik over sendromu:**

**\*Kadınlarda ki infertilitenin (kısırlık) en sık sebebidir.**

**\*Ultrasonografide Polikistik over görülmesi tek başına polikistik over sendromu anlamına gelmez kadınların %20 sinde vardır ve Hiçbir pobleme sebep olmayabilir.**

**\*Kilo alımı ile yakın ilişkisi vardır.Kilo almak şikayetleri artırırken sadece kilo**

**vermekle bile adetler düzene girebilir.**

**\*Gebe kalınmadığı için çok fazla strese girilmemeli 6-8 aylık bir dönemde %80 yumurta gelişimi ve %40 gebelik oluşumu basit tedaviler ile elde edilebilmektedir.**

**\*Fazla kilo gebelik olsa bile düşük ihtimalini artırmakta.**

**\*Tedavi sürecinde hatta yaşam boyu sağlıklı beslenme ve egzersiz önemli.Tedavi deki başarıyı artırmakta ayrıca Polikistik over sendromunun ileri de yol açabileceği şeker hastalığı- kalp hastalığı hiper tansiyon gibi problemlerin önlenmesinde yardımcı olacaktır.**

**\*İlaç dozu çok dikkatli ayarlanmalı aşırı yumurtalık uyarılmasından kaçınılmalı**

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