

ما هو قصور المبيض المبكر؟

يحدث قصور المبيض المبكر عندما ينضب احتياطي المرأة من البويضات قبل سن الأربعين

ما الذي يسبب قصور المبيض المبكر؟

- السبب الأكثر شيوعاً أنه مجهول السبب وغير معروف.
وتشمل الأسباب الأخرى المعترف بها ما يلي:
- قد يكون هناك تاريخ عائلي (وراثي).
 - تاريخ مرضي للإصابة بالنكاف.
 - أمراض المناعة الذاتية مثل الغدة الكظرية / الغدة الدرقية أو الناجمة عن العلاجات الطبية أو الجراحية (مثل العلاج الكيميائي / العلاج الإشعاعي).

ما هي أعراض قصور المبيض المبكر؟

- الأعراض الأكثر شيوعاً هو أن تصبح الدورة الشهرية غير منتظمة, أو تتوقف تماماً أو لا تكون هناك دورة من الأساس.
- بعض الأعراض الأخرى التي قد تحدث أو لا تحدث مثل الهبات الساخنة, والتعرق الليلي, وسوء النوم, وتقلب المزاج, والأوجاع والآلام وجفاف المهبل.

"نقطة رئيسية":

يجب التحقيق في التغيرات في الدورة الشهرية في وقت مبكر حتى لا يفوت

التشخيص

كيف يتم تشخيص قصور المبيض المبكر؟

- التاريخ الشخصي كما هو موضح أعلاه أو التاريخ العائلي لحالات قصور المبيض المبكر.
- اختبارات الدم الرئيسية (بفاصل أسبوعين أو ستة أسابيع).
- مستويات الإستروجين عادة ما تكون منخفضة ومستوى هرمون انقطاع الطمث يرتفع (FSH) على حدة.
- يُظهر فحص الحوض صغر حجم المبيضين مع وجود عدد قليل من البويضات أو بدون وجود بويضات.

"نقطة رئيسية":

قد تكون هناك حاجة إلى الإحالة إلى أخصائي لتأكيد التشخيص:

ما هو تأثير قصور المبيض المبكر على حياتك وصحتك؟

- يُقلل بشكل كبير من فرص حدوث الحمل من بويضاتك الخاصة على الرغم من ان حدوث الحمل ليس مستحيلاً.
- يمكن أيضاً الحد من نوعية الحياة الجسدية والعاطفية وعلى المدى الطويل يمكن أن يؤثر قصور المبيض المبكر على صحة العظام والقلب والدماغ إذا تركت دون علاج.

"نقطة رئيسية":

- يمكن التعامل مع التأثير المادي لقصور المبيض المبكر بشكل فعال مع العلاج الهرموني الكافي

- من الأهمية أن يتم تحسين النظام الغذائي وممارسة الرياضة لتحسين الحالة المزاجية .
- قد يكون هناك حاجة إلى الدعم النفسي المهني بسبب الآثار المترتبة على التشخيص.

يمكن علاج الأعراض الجسدية والعاطفية بنجاح بالعلاج الهرموني، إما مع الهرمونات الطبيعية التي تحاكي هرمونات المبيض في الجسم (الإستروجين / البروجسترون / التستوستيرون) وغالباً ما تستخدم حبوب منع الحمل عن طريق الفم متواصله دون فترة توقف.

"نقطة رئيسية":

- يجب أن يستمر العلاج الهرموني على الأقل حتى متوسط العمر لإنقطاع الطمث.
- خيارات العلاج تختلف عالمياً لأسباب ثقافية ودينية وقانونية واقتصادية ، وينبغي مناقشة خيارات الخصوبة مثل التبرع بالبويضات في العيادات المتخصصة.

مصادر لمزيد من المعلومات:

International Menopause Society (provide IMS contact details) <https://www.imsociety.org>
Daisy Network (UK POI patient support group) <https://www.daisynetwork.org>

