

ประจำเดือนมาไม่ปกติ อ้วนง่าย สัญญาณร้ายของภาวะ “ถุงน้ำรังไข่หลายใบ”



ศูนย์ : ศูนย์สุขภาพสตรี

ภาวะถุงน้ำรังไข่หลายใบ (PCOS - Polycystic Ovary Syndrome) คือ ความผิดปกติของระบบต่อมไร้ท่อ ทำให้ผู้ป่วยมีระดับฮอร์โมนเอสโตรเจน โปรเจสเตอโรน แอนโดรเจน และอินซูลินอยู่ในภาวะที่ไม่สมดุล เกิดถุงน้ำขนาดเล็กจำนวนมากอยู่ในรังไข่ ซึ่งอาจเกิดเพียงข้างเดียวหรือทั้งสองข้างก็ได้ จึงทำให้รังไข่มีขนาดโตขึ้น และส่งผลให้ประจำเดือนมาไม่ปกติ สิวขึ้น ขนดก หรือมีบุตรยาก โดยมักพบในผู้หญิงวัยเจริญพันธุ์เป็นหลัก

ภาวะถุงน้ำรังไข่หลายใบ เกิดจากอะไร?

ภาวะถุงน้ำรังไข่หลายใบ ยังไม่ทราบสาเหตุการเกิดที่แน่ชัดแน่ชัด อาจเกี่ยวข้องกับปัจจัยทางพันธุกรรม เชื้อชาติ

สิ่งแวดล้อม หรือหลาย ๆ ปัจจัยรวมกัน แต่กลไกผิดปกติที่เกิดขึ้นหลัก จะมีดังนี้

- มีความผิดปกติที่ทำให้เกิดภาวะตกไข่ไม่สม่ำเสมอ ประจำเดือนไม่ปกติ จนนำมาสู่การมีบุตรยาก
- มีความผิดปกติของระดับหรือการทำงานของฮอร์โมนเพศชาย ทำให้หน้ามัน สิวขึ้นง่าย ขนดก
- มีความผิดปกติของการทำงานของฮอร์โมนอินซูลิน ซึ่งเกี่ยวข้องกับขบวนการเผาผลาญน้ำตาล กลูโคสในร่างกาย ทำให้มีความเสี่ยงในการเกิดโรคเบาหวาน

อาการของภาวะถุงน้ำรังไข่หลายใบ

ผู้ป่วยภาวะถุงน้ำรังไข่หลายใบมักมีอาการหรือรู้สึกถึงความผิดปกติภายหลังจากมีประจำเดือนครั้งแรก ซึ่งความรุนแรงที่เกิดขึ้นจะแตกต่างกันไปในแต่ละคน โดยส่วนใหญ่จะแสดงอาการหลักๆ ดังนี้

- การตกไข่ผิดปกติ ส่งผลให้ประจำเดือนมาไม่ปกติและมีบุตรยาก
- ประจำเดือนมาไม่ปกติ เช่น ประจำเดือนไม่มาติดต่อกันนานหลายเดือน ประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ ประจำเดือนมานานและอาจมามากหรือน้อยผิดปกติ
- มีบุตรยาก เนื่องจากการตั้งครรภ์ต้องอาศัยการตกไข่ ซึ่งผู้ป่วย PCOS บางราย อาจมีภาวะไม่ตกไข่ในบางเดือน หรือบางรายอาจไม่ตกไข่เลย จึงส่งผลให้มีโอกาสตั้งครรภ์ได้ยาก
- ระดับฮอร์โมนเพศชายสูงขึ้น ฮอร์โมนแอนโดรเจนที่สูงขึ้น ส่งผลต่อลักษณะทางกายภาพของผู้ป่วย เช่น มีขนขึ้นตามหน้าและส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย มีสิวขึ้นมากผิดปกติ เสี่ยงเปลี่ยนหรือเป็นโรคผิวหนังบางชนิด
- น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นผิดปกติ
- เกิดความรู้สึกหดหู่ จากอาการผิดปกติต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

การรักษาภาวะถุงน้ำรังไข่หลายใบ

- การรักษาให้มีประจำเดือนมาสม่ำเสมอ โดยการให้รับประทานฮอร์โมนโปรเจสติน รับประทานเป็นรอบๆ ต่อเดือน หรือให้รับประทานยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวม ซึ่งจะได้รับประโยชน์ในการคุมกำเนิดรวมด้วย และยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวมบางกลุ่ม มีฤทธิ์ต้านฮอร์โมนเพศชายรวมด้วย ทำให้ได้ประโยชน์ในการรักษาสิว หน้ามัน ขนดก รวมด้วย
- ตรวจหาความผิดปกติในการเกิดความเสี่ยงในการเกิดโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง และภาวะไขมันสูง
- การรักษาสำหรับผู้ที่ต้องการมีบุตร กลุ่มอาการนี้เป็นสาเหตุที่ทำให้มีบุตรยาก เนื่องจากการตกไข่ไม่สม่ำเสมอ จึงควรได้รับการดูแลโดยแพทย์เฉพาะทางด้านภาวะมีบุตรยาก
- ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ควบคุมน้ำหนัก ควรหันมาออกกำลังกาย และรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ โดยเฉพาะผักและผลไม้ หลีกเลี่ยงอาหารจำพวกไขมันและแป้ง

