



BUỒNG TRÚNG ĐÀ NANG

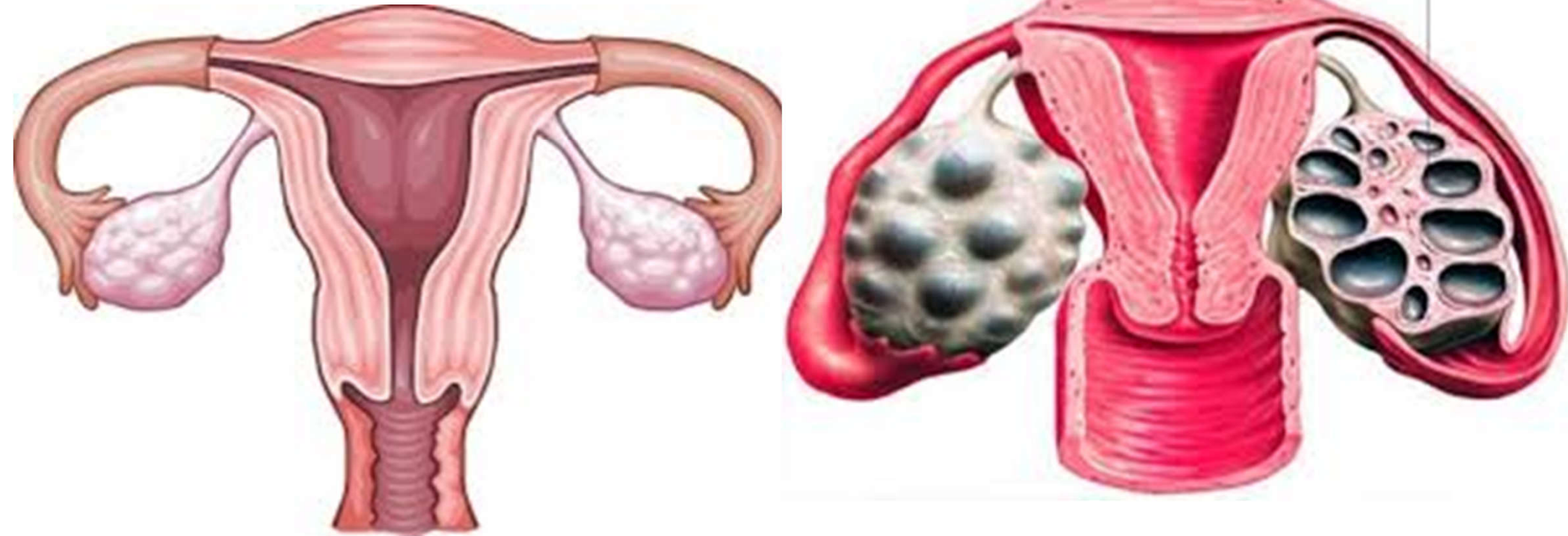
BS DƯƠNG THỊ THÚY ĐÔNG



NHỮNG VẤN ĐỀ VỀ BUỒNG TRỨNG ĐA NANG (PCOS: Polycystic Ovary Syndrome):

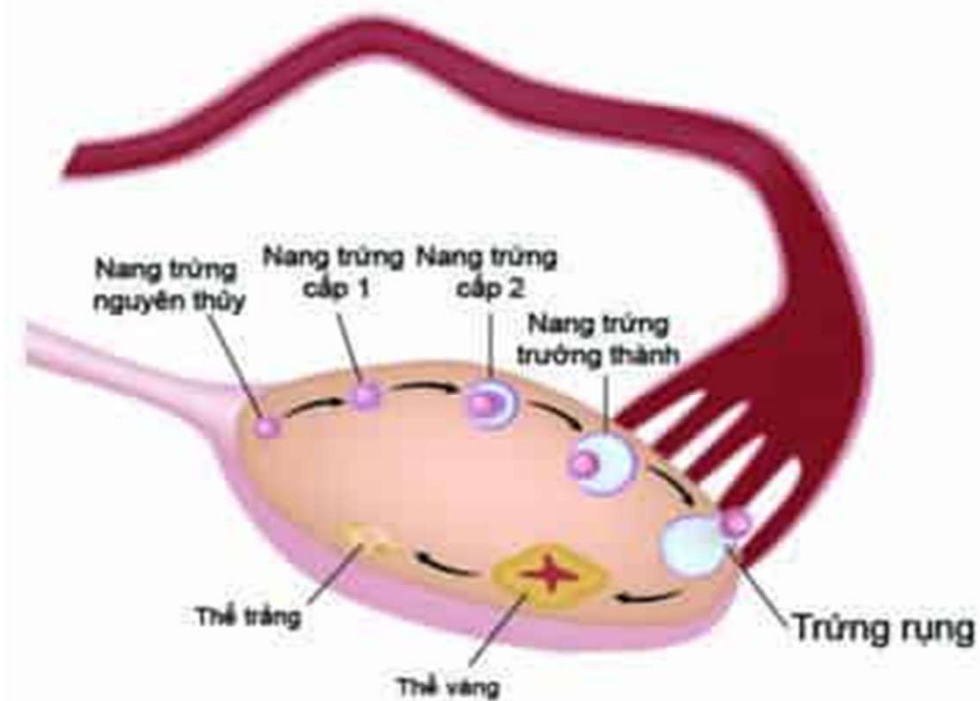
1. Giải phẫu.
2. Sinh lý.
3. Lâm sàng.
4. Nguyên nhân.
5. Chẩn đoán.
6. Điều trị và những câu hỏi thường gặp.

1. Giải phẫu

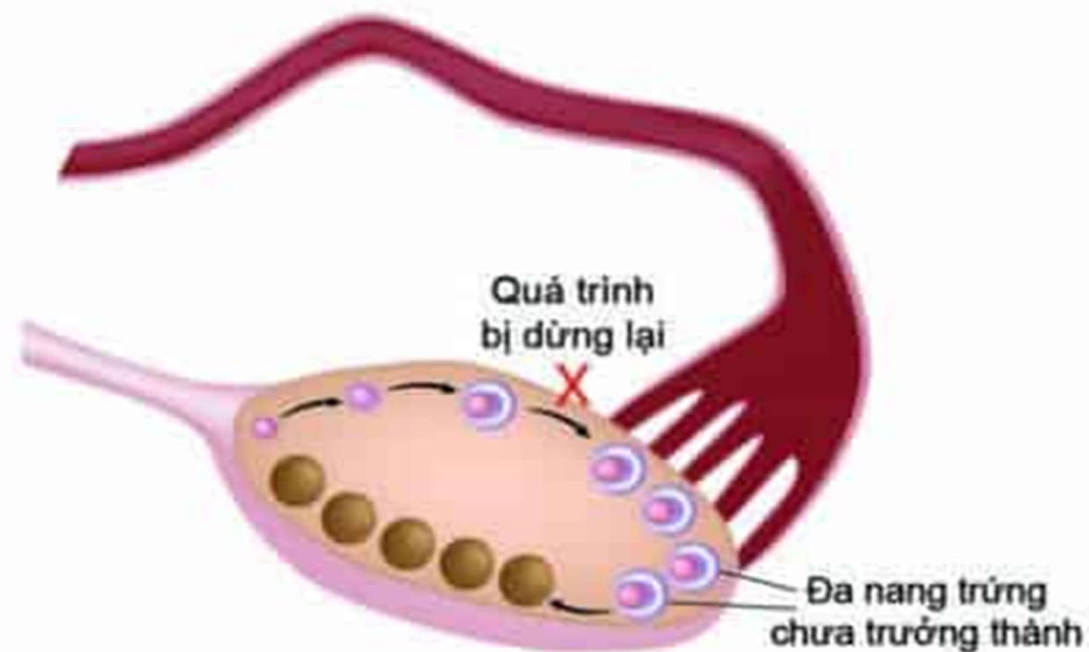


Tất cả phụ nữ đều có 2 buồng trứng.
Về giải phẫu: buồng trứng có kích thước:
2*3*4 cm.

2. Sinh lý buồng trứng



Buồng trứng tự nhiên



Buồng trứng đa nang



Vậy PCOS là gì?

PCOS là tình trạng buồng trứng có rất nhiều nang nhỏ.

PCOS được xem là:

- Tình trạng mất cân bằng nội tiết (Hormon): quá nhiều Hormon nam.
- Kháng insullin
=> Ảnh hưởng sức khỏe (đái tháo đường, tim mạch...) và vô sinh.



3. Lâm sàng: có 8 dấu hiệu nhận biết PCOS là

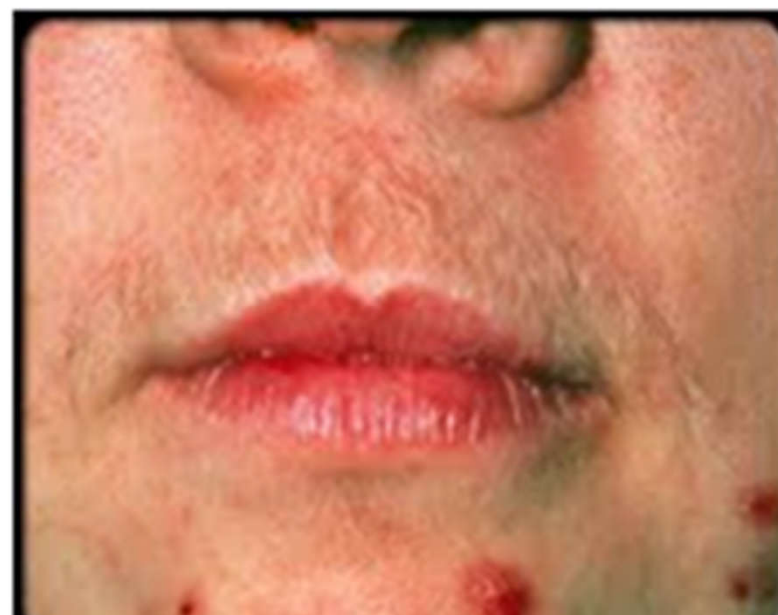
1. Chu kỳ kinh nguyệt bất thường: vô kinh, kinh thưa, rong kinh.
2. Vô sinh.
3. Có các vấn đề về da như: bị mụn trứng cá, mảng da sẫm màu hoặc vùng da dư thừa ở nách hoặc quanh cổ.
4. Chứng ngưng thở lúc ngủ.



5. Rậm lông: lông trên mặt, trên ngực, bụng, lưng hoặc bắp đùi nhiều hơn bình thường.
6. Trầm cảm hoặc thay đổi tâm trạng thất thường.
7. Tăng cân, béo phì.
8. Tóc mỏng hoặc tóc rụng nhiều.



RẠM LÔNG, MỤN TRỨNG CÁ





TỬ CUNG

**BUỒNG TRỨNG
ĐA NANG**

**BUỒNG TRỨNG
KHỎE MẠNH**





4 Nguyên nhân:

1. Do di truyền: nếu có mẹ và chị em gái có PCOS thì bạn cũng có thể mắc phải (yếu tố về gen).
2. Đề kháng insullin:
 - Không dung nạp đường => tăng insullin / máu => đái tháo đường, thềm ăn, béo phì
 - Cường androgen (Không rụng trứng) => Rậm lông.
3. Chế độ ăn: quá nhiều tinh bột.



5. Chẩn đoán:

1. Lâm sàng

2. Siêu âm.

3. Xét nghiệm nội tiết tố (vào N2 chu kỳ kinh):

LH, FSH, ESTRADIOL , PROLACTINE, TESTOSTERON, AMH2



Khoa: Y HỌC NỘI KHOA

Chẩn đoán:

YÊU CẦU XÉT NGHIỆM	TRỊ SỐ BÌNH THƯỜNG	ĐƠN VỊ	KẾT QUẢ
Prolactin	6 - 30	ng/mL	6.96
LH	2 - 64	mUI/mL	1.17
FSH	3 - 153	mUI/mL	1.29
Estradiol	12.5 - 650	pg/mL	200
Testosterone	Nam: 8.36 - 31.23 Nữ: 0.49 - 2.64	nmol/L	0.612
AMH	M (> 20y) : 1.43 - 11.6 F (20 - 30y) : 1.18 - 9.49 F (31 - 40y) : 0.67 - 7.55 F (41 - 50y) : 0.046 - 2.96 Hội chứng buồng trứng đa nang (PCOS) : 2.41 - 17.1 Đánh giá dự trữ buồng trứng: High > 2.27, Low < 0.681 (Assessment of ovarian reserve): Medium: 0.681 - 2.27	ng/mL	1.21



6. Điều trị:

- Không thể điều trị khỏi bệnh
- Hiện tại chúng ta chỉ điều trị về triệu chứng (chủ lực điều trị vô sinh=> Có 4 phương pháp hỗ trợ sinh sản như sau:

1. Giảm cân

Giúp ích rất nhiều cho sự rụng trứng, tăng khả năng thụ thai. Khi bạn giảm được khoảng 5 – 7kg, chu kỳ kinh sẽ diễn ra đều đặn hơn, giảm lượng cholesterol, điều chỉnh được insulin trong cơ thể. Hãy ăn nhiều chất xơ



2. Dùng thuốc hỗ trợ sinh sản:

Bác sĩ sẽ xem xét và chỉ định loại thuốc nào là phù hợp với bạn. Chẳng hạn như:

- Clomiphene: kích thích rụng trứng.
- Letrozole: nếu Clomiphene không có đáp ứng.
- Metformin: nếu kết hợp với 1 trong 2 thuốc trên để đạt kết quả cao.
- Gonadotropins: nếu các bước trên thất bại.



3. Phương pháp phẫu thuật buồng trứng

Phương pháp phẫu thuật được gọi là khoan buồng trứng. Bác sĩ sẽ tiến hành phẫu thuật bằng cách mổ ở bụng để tạo ra các lỗ nhỏ trong buồng trứng. Cách này chỉ dùng được 1 lần và đạt 50% kết quả.





4. Thụ tinh ống nghiệm

Nếu không có phương pháp điều trị nào phù hợp với bạn thì thụ tinh trong ống nghiệm (IVF) được xem là phương pháp tối ưu. Trước tiên, bác sĩ sẽ tiến hành lấy trứng và tinh trùng để tiến hành quy trình thụ tinh trong phòng thí nghiệm.

Sau đó, họ sẽ đưa phôi vào tử cung của bạn để phôi có thể phát triển thành thai nhi. Tỷ lệ mang thai phụ thuộc vào độ tuổi và khả năng sinh sản của bạn.



NHỮNG CÂU HỎI THƯỜNG GẶP:

Bạn bị PCOS có nguy cơ mắc bệnh gì?

1. Đái tháo đường.
2. Tăng huyết áp.
3. Cholesterol trong máu cao.
4. Rối loạn ngưng thở khi ngủ.
5. Ung thư nội mạc tử cung.
6. Trầm cảm.

*** Yếu tố dẫn đến vô sinh là rất cao.**



Kiểm soát PCOS bằng thuốc ngừa thai

Nếu bạn chưa kết hôn hoặc chưa có ý định sinh con, bạn sẽ được chỉ định điều trị theo hướng là dùng thuốc ngừa thai phối hợp để điều hòa nội tiết tố, giúp chu kỳ kinh nguyệt diễn ra đều hơn, giảm các triệu chứng nam hóa, bảo vệ lớp vỏ buồng trứng không bị xơ chai.



Ngoài ra, thuốc ngừa thai còn có tác dụng giảm tình trạng mụn trứng cá, lông rậm ở bệnh nhân bị buồng trứng đa nang. Việc sử dụng các phương pháp ngừa thai nội tiết tố thường có 3 cách điều trị. Cụ thể như sau:



1. Sử dụng thuốc tránh thai

Thuốc ngừa thai là lựa chọn phổ biến và hiệu quả nhất được sử dụng để kiểm soát các triệu chứng buồng trứng đa nang.

Có 2 loại:

- Thuốc tổng hợp
- Thuốc viên chỉ có progestin.





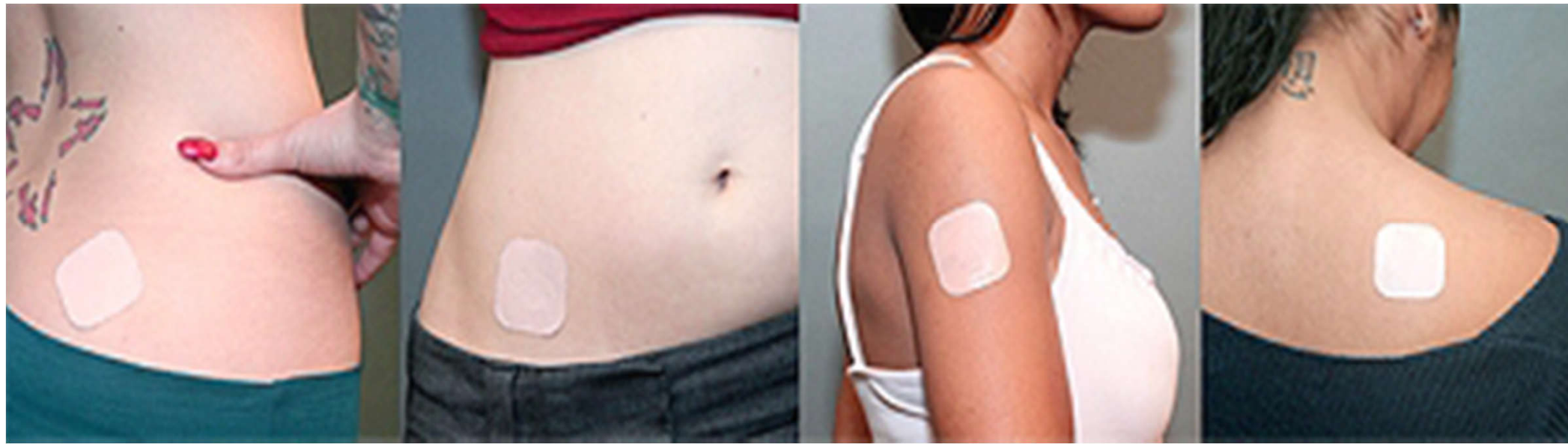
Tác dụng thuốc ngừa thai:

- Rụng trứng
- Chu kỳ kinh nguyệt đều
- Giảm tình trạng chuột rút
- Đẹp da
- Giảm nguy cơ ung thư phụ khoa
- Giảm sự tăng trưởng bất thường hệ thống lông.



2. Miếng dán ngừa thai

Miếng dán ngừa thai là miếng nhựa mỏng có chứa estrogen và progestin. Bạn hãy đeo miếng dán trong vòng 21 ngày rồi gỡ bỏ và không dán miếng dán tiếp theo trong 7 ngày để kỳ kinh diễn ra bình thường. Tác dụng như thuốc ngừa thai.





Ngoài ra, miếng dán ngừa thai cũng có thể gây nên một vài phản ứng phụ như:

- Khiến da trở nên nhạy cảm.
- Buồn nôn và ói mửa.
- Thay đổi tâm trạng.
- Đau ngực.
- Đau đầu.
- Tăng cân.
- Huyết áp cao.



3. Vòng tránh thai

Vòng tránh thai là một vòng nhựa mềm và dẻo, bạn có thể đưa vào âm đạo của mình. Cũng giống như miếng dán ngừa thai, bạn hãy sử dụng vòng trong 21 ngày và ngưng dùng trong 7 ngày để sự hành kinh có thể xảy ra, sau đó hãy thay thế vòng tránh thai mới, tác dụng cũng như thuốc ngừa thai.





Tác dụng phụ thường gặp khi sử dụng vòng bao gồm:

- Đau đầu, Chóng mặt
- Buồn nôn
- Đau ngực
- Mệt mỏi
- Tăng cân
- Thay đổi khẩu vị.



Bị PCOS có thai được không?

Bị đa nang buồng trứng không đồng nghĩa với việc bạn khó thụ thai một cách tự nhiên. Song nếu đang mang thai và bị đa nang buồng trứng, bạn nên chú ý hơn đến sức khỏe thai kỳ.



Hãy khám thai theo đúng lịch hẹn và tuân thủ các chỉ định của bác sĩ sản khoa, vì thai phụ bị buồng trứng đa nang có nguy cơ cao gặp các biến chứng sau:

- Sảy thai
- Bệnh tiểu đường thai nghén
- Tiền sản giật
- Mô lấy thai do thai nhi của thai phụ bị đa nang buồng trứng thường bị thừa cân.



Bạn có thể giảm các tác động xấu đến sức khỏe của hội chứng đa nang buồng trứng trong khi mang thai bằng cách:

- Giữ cân nặng trong giới hạn bình thường trước khi mang thai.
- Duy trì lượng đường trong máu trong giới hạn bình thường trước khi mang thai.
- Thực hiện chế độ ăn uống lành mạnh.
- Tập thể dục thường xuyên.
- Uống axit folic của bạn trước khi mang thai, hoặc từ thực phẩm hoặc chất bổ sung.



CẢM ƠN SỰ LẮNG NGHE CỦA BẠN