

ابر حامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی
www.abrhami.ir

یائسگی و خطر سرطان





یائسگی و خطر سرطان

یائسگی زمانی اتفاق می‌افتد که تخمدان‌ها ترشح تخمک را متوقف کنند.

در دوران یائسگی طبیعی، تولید هورمون استروژن و پروژسترون در بدن کاهش می‌یابد. این باعث می‌شود دوره‌های قاعدگی نامنظم شده که در نهایت متوقف می‌شود. به طور معمول، یائسگی در حدود ۵۰ سالگی شروع می‌شود. با این حال، اغلب ممکن است زودتر یا دیرتر شروع شود.

برای زنان مبتلا به سرطان، یائسگی ممکن است زودتر شروع شود. به عنوان مثال، برخی از درمان‌ها باعث از کار افتادن تخمدان‌ها می‌شوند. به این حالت یائسگی زودرس می‌گویند. درباره عوارض جانبی طولانی مدت درمان سرطان بیشتر بدانید.

علائم یائسگی عبارت‌اند از:

- گرگرفتگی
- عرق شبانه
- خستگی
- خشکی واژن
- رابطه جنسی دردناک
- کاهش میل جنسی
- پوکی استخوان که استخوان‌ها را ضعیف و شکننده می‌کند
- مشکلات کنترل مثانه
- عفونت‌های مکرر مثانه
- نوسانات خلقی و تحریک‌پذیری
- افسردگی
- اضطراب
- مشکلات خواب که بی‌خوابی نیز نامیده می‌شود
- قاعدگی نامنظم یا سنگین
- افزایش وزن
- ریزش مو
- هوس‌های غذایی



- تفکر مبهم یا فراموشی
- یاد بگیرید چگونه علائم یائسگی را مدیریت کنید .

یائسگی و خطر سرطان

دو عامل اصلی با افزایش خطر سرطان پس از یائسگی مرتبط است:

- افزایش قرار گرفتن در معرض هورمون‌هایی مانند استروژن
 - افزایش تعداد تخمک‌گذاری
- تخمک‌گذاری زمانی اتفاق می‌افتد که تخمدان تخمک را آزاد می‌کند. زنانی که سال‌ها قاعدگی دارند، تخمک‌گذاری‌های زیادی دارند که خطر ابتلا به سرطان‌های رحم، سینه و تخمدان را افزایش می‌دهد. این شامل زنانی می‌شود که:
- قاعدگی قبل از ۱۲ سالگی در آنها شروع شده است
 - یائسگی را بعد از ۵۵ سالگی تجربه کرده‌اند

داروهای ضدبارداری خوراکی

داروهای ضدبارداری خوراکی معمولاً قرص‌های ضدبارداری نامیده می‌شوند. تحقیقات نشان می‌دهد که آنها می‌توانند خطر سرطان تخمدان را کاهش دهند. این به این دلیل است که این داروها اغلب به طور موقت تخمک‌گذاری را متوقف می‌کنند. با پزشک خود در مورد خطر ابتلا به سرطان صحبت کنید و در مورد خطرات و فواید داروهای ضدبارداری خوراکی بپرسید.

هورمون‌درمانی ترکیبی و خطر سرطان

هورمون‌درمانی ترکیبی ممکن است به تسکین علائم یائسگی مانند گرگرفتگی و پوکی‌استخوان کمک کند. هورمون‌درمانی ترکیبی، هورمون‌درمانی پس از یائسگی یا درمان جایگزینی هورمونی (HRT) نیز نامیده می‌شود. HRT ترکیبی از استروژن و پروژستین است. پروژستین نوعی پروژسترون است که در آزمایشگاه ساخته می‌شود. مؤسسه ملی سلامت مطالعه پیش-گامانه سلامت زنان را انجام می‌دهد. این مطالعه نشان داده است که HRT خطر برخی شرایط را افزایش می‌دهد.

مطالعه پیش-گامانه سلامت زنان

این مطالعه نشان داد که زنانی که HRT مصرف می‌کنند در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به این شرایط هستند:



- سرطان پستان
- حمله قلبی
- سکته
- لخته شدن خون

با این-حال، این مطالعه نشان داد که خطر ابتلا به سرطان کولورکتال و شکستگی استخوان در این زنان کمتر است.

در همین حال، تحقیقات دیگر نشان می‌دهد که HRT ممکن است خطر مرگ ناشی از سرطان ریه سلول غیرکوچک را افزایش دهد.

توصیه‌های HRT

به دلیل خطرات، پزشکان معمولاً HRT را توصیه نمی‌کنند، به ویژه برای زنانی که:

- سابقه سرطان سینه داشته باشند

- خطر ابتلا به سرطان سینه در آنها بیشتر است

گاهی اوقات، زنان HRT را با دوز پایین دریافت می‌کنند. این کار برای مدت کوتاهی برای مدیریت علائم شدید یائسگی انجام می‌شود.

مواقع دیگر، پزشکان HRT را تنها با استروژن در نظر می‌گیرند. این گزینه فقط برای زنانی است که هیستریکتومی کرده‌اند. هیستریکتومی برداشتن رحم با جراحی است. تعادل استروژن توسط پروژسترون می‌تواند منجر به رشد پوشش رحم شود. این رشد خطر ابتلا به سرطان رحم را افزایش می‌دهد.

اثرات HRT بر زنان بحث‌برانگیز است. علاوه بر این، خطرات و مزایای آن برای هر زن متفاوت است. تحقیقات در این زمینه ادامه دارد.

اگر HRT را مدنظر دارید، با پزشک خود صحبت کنید. علائم و سابقه پزشکی خود را به اشتراک بگذارید و در مورد گزینه‌هایی برای تسکین علائم خود بپرسید. سپس، خطرات و مزایای مرتبط را بسنجید.