

समयपूर्व डिम्बग्रंथि अपर्याप्तता (पिओआई) क्या है?

POI तब होता है जब अंडाशय हर महीने एक परिपक्व अंडा बनाना बंद कर देता है, जिससे अनियमित मासिक धर्म होता है और अंततः, कोई मासिक धर्म नहीं होता है। POI वाले मरीज़ 40 वर्ष की आयु से पहले रजोनिवृत्ति में प्रवेश करते हैं, जबकि रजोनिवृत्ति की औसत आयु 51 वर्ष होती है। आपका डॉक्टर एक हार्मोन (एफएसएच) रक्त परीक्षण की जांच करेगी, जो 25 आईयू/एमएल से अधिक ऊंचा होगा। यह एक संकेत है कि आपके मस्तिष्क में पिट्यूटरी ग्रंथि अंडाशय को एक मजबूत संकेत भेजने के लिए अच्छी तरह से काम कर रही है, लेकिन अंडाशय अब प्रतिक्रिया नहीं दे रहे हैं। मरीजों को अक्सर हार्ट पलशेस (अचानक चेहरे और शरीर के उपरी हिस्से में गर्मी होना, चेहरा लाल हो जाना, नींद में खलल, मूड में बदलाव और यौन सम्बन्ध बनाने में तकलीफ जैसे लक्षणों का अनुभव होता है।

POI कितना सामान्य है और यह कैसे होता है?

POI अपेक्षाकृत सामान्य है, जो लगभग 100 रोगियों में से 1 को प्रभावित करता है। कुछ अध्ययन अब सुझाव दे रहे हैं कि घटनाएँ और भी अधिक हैं क्योंकि निदान में अक्सर देरी होती है (रोगियों को निदान प्राप्त करने से पहले 1 से अधिक विशेषज्ञों को देखना पड़ सकता है)। POI का कारण निर्धारित करने के लिए परीक्षण किया जाएगा। कभी-कभी कोई स्पष्ट कारण नहीं मिल पाता।

सबसे आम कारण आनुवंशिक और ऑटोइम्यून हैं (शरीर की अपनी कोशिकाओं के खिलाफ प्रतिरक्षा प्रतिक्रिया होती है)। हालाँकि, यह कैंसर के लिए कीमोथेरेपी या विकिरण, या अंडाशय को सर्जिकल हटाने जैसे चिकित्सा उपचार के कारण भी हो सकता है। POI के पारिवारिक इतिहास वाले मरीज़ अधिक जोखिम में हैं। कुछ जीवनशैली विकल्प, जैसे धूम्रपान। सिगरेट में मौजूद रसायन अंडाशय के लिए जहरीले हो सकते हैं।

POI के लिए गुणसूत्र और आनुवंशिकी कैसे प्रासंगिक हैं?

क्रोमोसोम वह स्थान हैं जहाँ हमारी अधिकांश आनुवंशिक जानकारी संग्रहीत होती है। हम आमतौर पर उनमें से 46 को जोड़े में मिलाते हैं: 23 एक माता-पिता से आते हैं और अन्य 23 दूसरे माता-पिता से आते हैं। टर्नर सिंड्रोम में, लड़कियाँ 45 गुणसूत्रों के साथ पैदा होती हैं क्योंकि एक X गुणसूत्र गायब होता है।

एक अन्य आनुवंशिक कारण फ्रैजाइल एक्स प्री-म्यूटेशन है, जहाँ डीएनए में सामान्य (55-200) की तुलना में अधिक अमीनो एसिड दोहराव होते हैं। इससे POI के साथ - साथ डिसऑर्डर (गतिभंग) हो सकता है।

क्या मुझे और परीक्षण करवाने चाहिए?

कई रोगियों को स्थिति और अंतर्निहित कारण के बारे में अधिक जानने के लिए अधिक परीक्षण कराने की सलाह दी जाएगी। जोखिम कारकों और शारीरिक परीक्षण के संपूर्ण इतिहास के बाद, आपके डॉक्टर जिन अतिरिक्त परीक्षणों की सिफारिश कर सकते हैं उनमें शामिल हैं:

अनियमित मासिक धर्म या मासिक धर्म न होने के अन्य कारणों को देखने के लिए हार्मोन परीक्षण (एफएसएच, एस्ट्राडियोल, थायरॉयड परीक्षण, और ऊंचे प्रोलैक्टिन हार्मोन की तलाश जो ओव्यूलेशन को होने से रोक सकता है)
आनुवंशिक परीक्षण (टर्नर सिंड्रोम के लिए कैरियोटाइप और फ्रैजाइल एक्स सिंड्रोम के लिए FMR1 प्रीम्यूटेशन परीक्षण)
ऑटोइम्यून परीक्षण (थायरॉयड ग्रंथि और अधिवृक्क ग्रंथि के खिलाफ एंटीबॉडी)
प्रारंभिक रजोनिवृत्ति और कम अस्थि घनत्व या ऑस्टियोपोरोसिस के जोखिम के कारण हड्डियों के स्वास्थ्य का आकलन करने के लिए अस्थि घनत्व परीक्षण (डुअल-एनर्जी एक्स-रे एब्जॉर्प्टियोमेट्री स्कैन या DEXA कहा जाता है)

सामान्य चिकित्सा स्वास्थ्य परीक्षण (मधुमेह, कोलेस्ट्रॉल और अन्य स्थितियों के लिए परीक्षण, जिन्हें पीओआई निदान वाले रोगियों में ढूँढना और अनुकूलित करना महत्वपूर्ण है) दीर्घावधि में मेरे लिए इसका क्या अर्थ है और क्या इसका कोई उपचार है?

पीओआई वाले मरीजों में प्रारंभिक हृदय रोग और ऑस्टियोपोरोसिस के साथ-साथ रजोनिवृत्ति के जेनिटोरिनरी सिंड्रोम (मूत्राशय में संक्रमण और दर्दनाक संभोग की संभावना) का दीर्घकालिक जोखिम होता है। रोगियों के लिए निदान कठिन हो सकता है, और उन्हें मनोवैज्ञानिक या आध्यात्मिक परामर्श की आवश्यकता हो सकती है क्योंकि वे अपनी आवश्यकताओं के अनुरूप उपचार मार्ग अपनाते हैं।

POI का कोई इलाज नहीं है लेकिन लक्षणों का इलाज उन हार्मोन (एस्ट्रोजन और प्रोजेस्टेरोन) को प्रतिस्थापित करके किया जा सकता है जो अब अंडाशय द्वारा नहीं बनाए जा रहे हैं। इसे हार्मोन रिप्लेसमेंट थेरेपी या एचआरटी कहा जाता है। हम अनुशंसा करते हैं कि आप अपने लिए एचआरटी के सर्वोत्तम रूप के बारे में अपने डॉक्टर से बात करें (जिसमें हार्मोनल जन्म नियंत्रण विधि, पैच या गोलियाँ शामिल हो सकती हैं)। कुछ मरीज़ चिकित्सीय कारणों से एस्ट्रोजन नहीं ले सकते हैं और इस स्थिति में अन्य विकल्प भी उपलब्ध हैं। बिना गर्भाशय वाले मरीजों को आमतौर पर प्रोजेस्टेरोन देने की आवश्यकता नहीं होती है।

क्या मैं माँ बन सकती हूँ ?

यह आपके POI के कारणों पर निर्भर करता है। उदाहरण के लिए, कैंसर का निदान प्राप्त करने के लिए कीमोथेरेपी की आवश्यकता होती है। इस उपचार से पहले, कभी-कभी आपके अंडों को फ्रीज़ करने (प्रजनन संरक्षण) का विकल्प होता है, ताकि भविष्य में इनविट्रो फर्टिलाइज़ेशन जैसे प्रजनन उपचार के साथ आनुवंशिक बच्चे पैदा करने का अवसर मिल सके।

इस स्थिति में, हम Egg Donor का उपयोग करने के बारे में प्रजनन विशेषज्ञ से बात करने की सलाह देते हैं। भ्रूण दाता (Embryo Donor) का उपयोग करना या गोद लेना अन्य विकल्प हैं।

इसकी स्थिति में POI के पहचान के समय अंडाशय बिलकुल ही काम नहीं रहा होता है !