पालीसिस्टीक ओव्हरीयन सिन्ड्रम (PCOS)

पालीसिस्टीक ओव्हरीयन सिन्ड्रम का अर्थ :–

PCOS यह महिलाओं के हारमोन से संबंधित रोग है, यह रोग लाखों स्त्रियों को होता है; किंतु पता तक नहीं चलता। PCOS में अंडकोष रसौली द्रव्यबूर्द तैयार होता है। यह रसौली द्रव्य से पूर्ण रूप से भरा होता है। जिसके कारण अंडकोष का कार्य योग्य रूप से रूकावटें उत्पन्न करता है।

PCOS होने का कारण :–

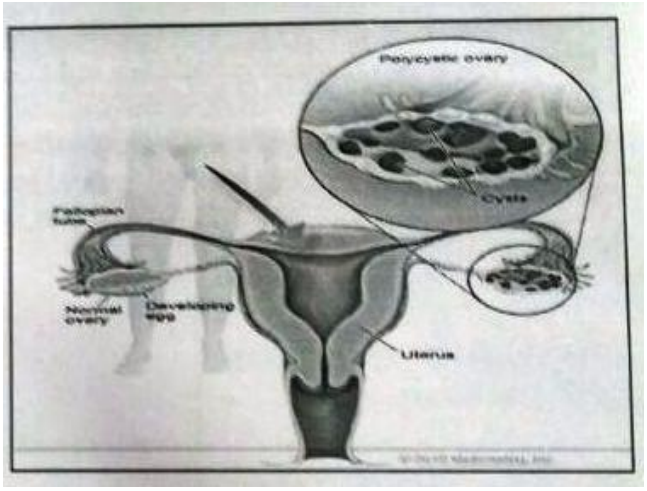
वैसे इसका कोई निश्चित कारण अज्ञात है, किंतु माना जाता है कि इंन्शुलिन के बढते स्तर से अंडाशय से पुरूष हारमोन के प्रमाण में वृद्धी होती है। स्वादपिंड में इन्शुलिन की निर्मिती होती है एवं शरीर में शर्करा का उपयोग करने में सहायता होती है। परिवार में किसी को PCOS की तकलीफ है या अंडकोष से संबंधित अन्य बीमारी है तब धोखा अधिक बढ जाता है।

PCOS की वर्तमान स्थिति :–

करीब करीब 5 से 10 % प्रजननक्षम महिलाओं में PCOS होने की संभावना व्यक्त की जाती है, कदाचित यह संख्या अधिक भी हो सकती है, युवतियों में यह अधिक पाया जाता है, क्यों कि अनुत्पादन बांझपन यह प्रमुख लक्षण होने के कारण इलाज किया जाता है। PCOS यह हारमोन असंतुलन का मुख्य कारण 50 वर्ष की महिलाओं मे पाया जाता है। फिर भी 70 % लोग इससे अनभिज्ञ रहते है।

PCOS के लक्षण एवं चिन्ह :–

- मासिक धर्म अनियमित अथवा न होना।
- चेहरा, छाती, स्तन के चहु ओर एवं पेट के हिस्से पर बालों का बढना।
- सिर के बालों में पतलापन।
- शरीर का वनज बढना एवं थकावट।
- उच्च रक्तशर्करा अथवा उच्च रक्तदाब।
- बांझपन (गर्भधारण न हो पाना)
- चेहरे पर मुरूम, त्वचा का कालापन।
- पीठ व पेट दुखना।



PCOS का इलाज कैसे किया जाय :–

रक्तजांच :–

इस जांच में रक्त में हारमोन्स प्रमाण, रक्तशर्करा जांच, वसा का स्तर जांचा जाता है।

पेल्विक जांच :–

इस जांच मे गर्भाशय मुख, एवं अंडकोष का आकार मापा जाता है। वजायनल अल्ट्रासाऊन्ड अंडकोष में रसौली का अस्तित्व की जांच इसम की जाती है। अल्ट्रासाऊन्ड यंत्र के सहयोग से अंडकोष की प्रतिमाये ली जाती है, तद्हेतु योनि मार्ग में एक छोटी नली रखी जाती है।

PCOS पर उपचार कैसे किये जाते है :–

PCOS पूर्ण रूप से ठीक होनेवाला रोग नहीं है इलाज रोगी पर अवलंबित है; इसमें निम्न पर्याय पायें जाते है।

गर्भनिरोधक गोलियाँ :–

इन दवाओ में स्त्री हारमोन्स की मात्रा अधिक रहती है, इससे पुरूष हारमोन्स के प्रमाण को कम किया जाता ह, इन गोलियों से मासिक धर्म नियमित होता है, रसौली द्रव्य नही होता, या कम होता है। इस कारण गर्भाशय के आंतरिक आवरण मे कर्करोग होने की संभावना कम होती है, वैसे ही अत्यधिक रक्तस्त्राव रोका जा सकता है।

रक्तशर्करा कम करनेवाली दवायें :–

इन दवाओं से रक्त में शक्कर की परत कम होती है; तथापि इन्शूलिन प्रतिरोध कम होता है, इसका उपयोग हारमोन का प्रमाण करनेहेतु किया जाता है, जिसके कारण बीज बाहर करने में मदद होती है।

ॲन्टीएन्ड्रोजेन मेडीसिन्स :–

इसके कारण हारमोन्स का प्रमाण कम होने मे सहायता मिलती है, बालों का अनावश्यक बढना एवं सिर के बाल पतले होना रूकता है।

- स्टेराईट – इन दवाओं से पुरूष हारमोन्स कम होते है।
- NSAIDS – यह दवायें सूजन एवं दर्द कम करती है।

शस्त्रक्रिया :–

अंडकोष की स्थिति की जांच करने हेतु चिकित्सक शस्त्रक्रिया कर सकते है या बायोएप्सी यानि आंतरिक मांस का तुकडा निकालकर जांच की जाती है, इस क्रिया में रसौली निकाले जाते है, ओवरीज का कुछ हिस्सा निकाला जाता है।

PCOS के धोखे क्या है :–

अंडकोष की रसौली शस्त्रक्रिया के पश्चात कुछ संसर्ग हो सकता है, या फिर अत्यधिक रक्त बह सकता है, इलाज करने के पश्चात भी PCOS फिर से हो सकता है; एवं तकलीफ बढ सकती है। PCOS के कारण मधुमेह उच्च रक्तदाब तथा हृदय रोग का धोखा हो सकता है। PCOS के कारण गर्भधारण न होने की संभावना बढ जाती है, बिजकोष फूट कर बाहर आने से मूत्रमार्ग से रक्त बह सकता है अथवा गर्भाशय के आंतरिक आवरण का कर्करोग हो सकता है। PCOS की महिलाओं में बीजकोष सभी प्रकार के हारमोन्स निर्माण नही करते जिसके कारण बीज परिपक्व हो सके बीजाशय में कोष बढने लगता है तथापि द्रव्य का जमा होना प्रारंभ होता है, किंतु अंडमापन नहीं हो पाता इसलिये कुछ बीजकोष यह रसीलेद्रव्य जैसे रहते है एवं प्रोजेस्टेरॉन यह हारमोन बनता नहीं प्रोजेस्टेरॉन के बिना महिलाओं को मासिक धर्म नियमित नहीं होता या बंद हो जाता है।

लक्षण दिखाई देने पर कैसी व्यवस्था करें :–

- रक्तशर्करा एवं रक्तदबाव की नियमित जांच करें सूची करे एवं चिकित्सक के तरफ जाते समय रिकार्ड रखे।
- वजन संतुलित रखे वजन बढने से नियमित करें; वजन कम करने से PCOS का धोखा कम होता है।
- व्यायामक रने से रक्तशर्करा एवं रक्तदबाव कम होता है, वजन में कमी आती है।
- विभिन्न प्रकार का पोषक आहार लेना चाहिये, जिसमें फल, सब्जी, धान्य ब्रेड, कम वसायुक्त दुग्धजन्य पदार्थ, रोगबिया, मांस, मछली आहार तज्ञ से सलाह लेकर कम रसौलीयुक्त आहार लेने से रक्तशर्करा स्तर कम होता है।

चिकित्सक की सलाह कब लें :–

- बुखार होने पर।
- कमजोरी या थकान लगने पर।
- दर्दनाशक दवा लेने पर भी दर्द कम न होने पर।
- मूत्रविसर्जन के समय तकलीफ होने पर।
- संभोग करते समय तकलीफ होने पर।