

اندومتریوز

برگردان: پروین مختار - کارشناس پرستاری

- اندومتریوز عمیق در سپتوم راست واژن، مثانه و روده یافت می شود.
- در موارد نادر، اندومتریوز در خارج از لگن نیز یافت شده است.

نشانه ها

اندومتریوز بیشتر مایه ی درد شدید در لگن است، به ویژه در دوره های قاعدگی. برخی از افراد هنگام رابطه جنسی یا هنگام توالت رفتن نیز درد دارند. چالش بارداری نیز در برخی دیده می شود. گاهی اندومتریوز بی نشانه است و تنها نشانه ی رایج درد در پایین شکم (لگن) است. درد های وابسته به آندومتریوز بیشتر در زمان های زیر نمود دارد:

در زمان قاعدگی - در هنگام یا پس از آمیزش - هنگام دفع مدفوع یا ادرار

برخی مبتلایان نیز دارای:

- درد مزمن لگن
- خونریزی شدید در زمان قاعدگی یا میان دوره های قاعدگی
- مشکل باردار شدن
- نفخ یا تهوع
- خستگی
- افسردگی یا اضطراب. این نشانه ها اغلب پس از یائسگی بهبود می یابند، اما نه همیشه.

نشانه های آندومتریوز گوناگون و گسترده است، بدینوی شاید کارکنان مراقبت های بهداشتی به راحتی آن را تشخیص ندهند. حتا کسانی که علائم دارند ممکن است از این بیماری آگاه نباشند.

اندومتریوز نزدیک به ده درصد زنان و دختران در سنین باروری را در سراسر جهان تحت تأثیر قرار می دهد. این یک بیماری مزمن است همراه با دردهای شدیدی که روند طبیعی زندگی را بهم می زند. این دردها بیشتر در زمان قاعدگی، آمیزش جنسی، درد هنگام دفع مدفوع یا ادرار و یا درد مزمن لگن پدید می آید. همچنین نشانه های دیگری مانند نفخ شکم، تهوع، خستگی و گاهی افسردگی، اضطراب و ناباروری را نیز به همراه دارد. تا به امروز هیچ درمان شناخته شده ای برای آندومتریوز یافت نشده و درمان با پایش نشانگان انجام می شود. دسترسی به تشخیص زودهنگام و درمان کارآمد اندومتریوز مهم است، اما در بسیاری از شرایط، از جمله در کشورهای با درآمد کم و متوسط، دسترسی محدود است.

گزیده ی بررسی ها

در اندومتریوز بافتی شبیه به آندومتر (پوشش درونی رحم) در بیرون از رحم رشد می کند، پس از تجزیه شدن راهی برای برون رفت ندارد و ایجاد کیست می کند. این پدیده می تواند باعث درد شدید در لگن شود و باردار شدن را سخت تر کند. همچنین منجر به ایجاد التهاب و زخم در لگن و به ندرت در دیگر جاهای بدن می شود. آندومتریوز ممکن است از نخستین دوره قاعدگی فرد آغاز و تا یائسگی پایدار باشد.

علت آندومتریوز ناشناخته است. هیچ راه شناخته شده ای برای پیشگیری از آندومتریوز وجود ندارد. هیچ درمانی در دست نیست، اما می توان نشانه های آن را با دارو یا در برخی نمونه ها با جراحی از بین برد. آندیومتریوز باعث واکنش التهابی مزمن می شود که ممکن است به تشکیل بافت اسکار (چسبندگی، فیبروز) در لگن و دیگر بخش های بدن بیانجامد. در این باره چندین گونه آسیب شرح داده شده است:

- اندومتریوز سطحی که بیشتر در صفاق لگن یافت می شود
- اندومتریوز تخمدان کیستیک (اندومتریوما) که در تخمدان ها یافت می شود

علت ها

اندومتريوز يك بيماري پيچيده است كه در بسياري از زنان سراسر جهان (حدود ۱۹۰ ميليون) از آغاز نخستين قاعدگي تا زمان يائسگي، بي توجه به خواستگاه قومي يا موقعيت اجتماعي آنان، ديده مي شود. به نظر مي رسد كه عوامل گوناگوني در تكوين آن نقش دارند. امروزه تصور مي شود كه اندومتريوز به دلايل زير ايجاد مي شود:

قاعدگي رتروگراد: يعني برگشت خون قاعدگي فراگير از سلول هاي آندومتر، از راه لوله هاي فالوپ و در حفره لگن در زماني كه خون از راه دهانه رحم و واژن در دوره هاي قاعدگي از بدن خارج مي شود. قاعدگي رتروگراد مي تواند منجر به رسوب سلول هاي مشابه آندومتر در خارج از رحم شود، جايي كه مي توانند كاشته شوند و رشد كنند.

متابلازي سلولي زماني است كه سلول ها از شكلي به شكل ديگر تغيير مي كنند. سلول هاي خارج از رحم به سلول هاي (اندومتر - مانند) تبديل مي شوند و شروع به رشد مي كنند.

سلول هاي بنيادي مي توانند انگيزه ايجاد اين بيماري باشند و سپس از راه خون و عروق لنفاوي در بدن پخش شود. عوامل ديگري نيز ممكن است در رشد يا تداوم بافت آندومتر نايجا نقش داشته باشند. به عنوان مثال، پيوند آندومتريوز به استروژن، كه التهاب، رشد و درد وابسته به بيماري را افزايش مي دهد. با اين حال، پيوند بين استروژن و اندومتريوز پيچيده است زيرا نبود استروژن، هميشه به معنای عدم وجود آندومتريوز نيست.

تأثير اندومتريوز در زندگي

اندومتريوز پيامدهای اجتماعی، بهداشتی و اقتصادی چشمگیری دارد. چالش هایی مانند درد شدید، خستگی، افسردگی، اضطراب و ناباروری می تواند کیفیت زندگی را فروكاهد. برخی از مبتلایان به اندومتريوز آنچنان دچار درد توان فرسايي مي شوند كه توان رفتن به سركار يا مدرسه را ندارند. آمیزش جنسی دردناک می تواند به قطع و یا پرهیز از رابطه جنسی شود و بر سلامت جنسی مبتلایان و همسران آنان اثر بگذارد. اقدام بهینه برای درمان اندومتريوز و حمايت از حقوق انساني مبتلایان نيازي است حياتي، و كيفيت حمايت برای مبتلایان بايد متضمن بالاترين استانداردهای سلامت جنسی و باروری، كيفيت زندگی و رفاه کلی باشد.

پيشگيري

تاکنون هیچ راه شناخته شده ای برای پیشگیری از اندومتريوز

وجود ندارد. افزايش آگاهی نسبت به بيماري و به دنبال آن تشخيص زود هنگام و مدیریت ممکن است روند طبیعی بيماري را كند يا متوقف كند و يا از بار طولاني مدت عوارض آن از جمله خطر احتمالی حساسیت به درد سیستم عصبی مرکزی را كاهش دهد. بهره روي امروزه هيچ درمانی وجود ندارد.

تشخيص

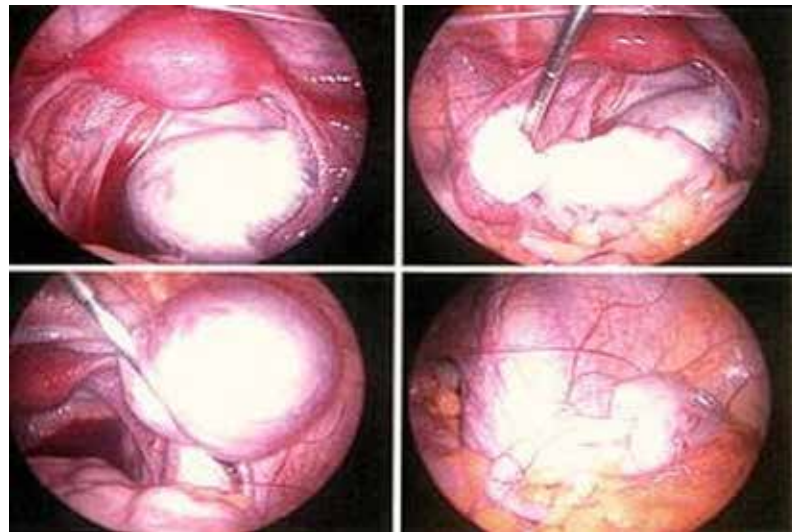
تاريخچه دقيق علائم قاعدگي و درد مزمن لگن، زمينه را برای مشکوک شدن به اندومتريوز فراهم مي كند. گرچه چندین ابزار و آزمایش غربالگری پیشنهاد و آزمایش شده است، کارایی هیچ کدام در شناسایی یا پیش بینی دقیق افراد یا جمعیت هایی كه احتمال ابتلا به اين بيماري را دارند تأييد نشده است. بیشتر نشانه های آندومتريوز همسان با ديگر ناهنجاری های مشابهی است و اين پديده باعث تاخير در تشخيص مي شود. اندومتريوماي تخمدان، چسبندگی ها و اشكال ندولری عمیق بيماري اغلب برای تشخيص نياز به سونوگرافي يا (MRI) دارند. بررسی بافت شناسی، با بهره وری از عمل جراحی - لاپاراسكوبي تشخيصی، می تواند در تأييد تشخيص، به ویژه برای شايع ترين آسیب های سطحی مفيد باشد. البته نياز به تأييد بافت شناسی - لاپاراسكوبي نبايد باعث جلوگيري از شروع درمان پزشکی تجربی شود.

درمان

طيف وسيعی از داروها می توانند به مدیریت اندومتريوز و علائم آن كمك كنند. داروهای ضدالتهابی غيراستروئیدی (NSAIDs) و مسكن ها مانند ايبوپروفن و ناپروكسن اغلب برای درمان درد استفاده مي شود. داروهای هورمونی مانند آنالوگ های GnRH و روش های پیشگیری از بارداری (كنترل بارداری) نيز می توانند به كنترل درد كمك كنند. اين روش ها عبارتند از:

قرص ها - دستگاه های هورمونی داخل رحمی (IUD) - حلقه های واژینال - ايمپلنت ها - تزريقات - patches
اين روش ها ممكن است برای کسانی كه می خواهند باردار شوند مناسب نباشد.

گاهی از داروها و روش های باروری برای کسانی كه به دليل آندومتريوز مشكل باردار شدن دارند استفاده مي شود. گاهی از جراحی برای از بين بردن ضايعات اندومتريوز، چسبندگی ها و بافت های اسكار استفاده مي شود. جراحی لاپاراسكوبي (با استفاده از يك دوربین كوچك برای تجسم داخل بدن) به پزشكان اجازه مي دهد تا اندازه ی برش ها



نیستند و نمی دانند که درد لگنی چقدر آزاردهنده و زندگی تباہ کن است. این ناآگاهی باعث جدی نگرفتن درد بیماران و به هدررفتن زمان تشخیص و دسترس به درمان های موجود مانند مسکن های غیراستروئیدی، داروهای ضدبارداری خوراکی و ضد بارداری های مبتنی بر پروژسترون می شود. با توجه به ظرفیت محدود سیستم های بهداشتی در بسیاری از کشورها، دسترسی به جراحی های تخصصی برای افرادی که به آن نیاز دارند، کمتر از حد مطلوب است. علاوه بر این، و به ویژه در کشورهای با درآمد کم و متوسط، معضل کمبود تیم های چند تخصصی با طیف گسترده ای از مهارت ها و تجهیزات مورد نیاز برای تشخیص زودهنگام و درمان موثر آندومتریوز وجود دارد. گرچه متخصصان مراقبت های بهداشتی اولیه و وظیفه غربالگری و مدیریت اولیه آندومتریوز را به عهده دارند، اما انجام کار بهینه بی وجود ابزار روز میسر نیست. شکاف علمی زیادی میان کشورهای پیشرفته و کشورهای کم توان وجود دارد. در این زمینه نیاز است به روش های تشخیصی غیرتهاجمی و همچنین درمان های پزشکی که پیامدهای آن باعث جلوگیری از بارداری نشود. پرداختن به رفع این نارسایی ها تمرکز فعلی پاسخ آندومتریوز است.

پاسخ سازمان بهداشت جهانی

سازمان بهداشت جهانی اهمیت آندومتریوز و تأثیر آن بر سلامت جنسی و باروری، کیفیت زندگی و رفاه کلی افراد را تشخیص می دهد. هدف WHO تحریک و حمایت از اتخاذ سیاست ها و مداخلات مؤثر برای رسیدگی به آندومتریوز در سطح جهانی، به ویژه در کشورهای با درآمد کم و متوسط است. WHO با چندین نهاد ذی نفع، از جمله موسسات دانشگاهی، بازیگران غیردولتی و سایر سازمان هایی که به طور فعال در تحقیقات برای شناسایی مدل های مؤثر پیشگیری، تشخیص، درمان و مراقبت از آندومتریوز مشارکت دارند، همکاری می کند. WHO اهمیت حمایت از افزایش آگاهی، سیاست ها و خدمات در مورد آندومتریوز را می شناسد و با جامعه مدنی و گروه های حمایت از بیماران آندومتریوز در این زمینه همکاری می کند. WHO همچنین با ذی نفعان مربوطه برای تسهیل و حمایت از جمع آوری و تجزیه و تحلیل داده های شیوع آندومتریوز در کشور و منطقه برای تصمیم گیری همکاری می کند.

منبع

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/endometriosis>

را کوچک انجام دهند. درمان ها براساس ترجیح های فردی و اثربخشی، عوارض جانبی، ایمنی طولانی مدت، هزینه ها و در دسترس بودن است. افزایش آگاهی می تواند به تشخیص زودهنگام افراد کمک کند. درمان زودهنگام می تواند پیشرفت طبیعی بیماری را کند یا متوقف کند و علائم طولانی مدت را کاهش دهد. افراد ممکن است علاوه بر صحبت با پزشک خود، مشاوره و کمک عاطفی بیشتری در گروه های حمایت از بیماران محلی بیابند.

برخی از درمان ها با عوارض جانبی همراه است. علائم مرتبط با آندومتریوز گاهی اوقات پس از پایان درمان دوباره ظاهر می شود. بیشتر مدیریت های هورمونی فعلی برای افرادی که از آندومتریوز رنج می برند و می خواهند باردار شوند، مناسب نیستند، زیرا بر تخمک گذاری تأثیر می گذارند.

موفقیت در کاهش علائم درد و افزایش میزان بارداری با روش جراحی بیشتر به وسعت بیماری بستگی دارد. افزون بر این، شاید آسیب ها حتی پس از ریشه کنی موفقیت آمیز عود کنند و ناهنجاری های عضلانی کف لگن می تواند به درد مزمن لگن بیفزاید. شاید فیزیوتراپی و درمان های مکمل برای برخی از بیماران در موارد: دگرگونی ثانویه لگن، از جمله کف لگن، و حساسیت اعصاب مرکزی، سودمند باشد. گزینه های درمانی برای ناباروری ناشی از آندومتریوز شامل برداشتن آندومتریوز با جراحی لاپاروسکوپی، تحریک تخمدان با تلقیح داخل رحمی (IUI) و لقاح آزمایشگاهی (IVF) است، اما میزان موفقیت متفاوت است.

چالش ها و اولویت ها

در بسیاری از کشورها، همه مردم و بیشتر ارائه دهندگان مراقبت های بهداشتی خط مقدم از وضعیت این بیماران آگاه