

ภาวะไข่ไม่ตกเรื้อรังจากกลุ่มอาการ PCOS

นายแพทย์สุรชัย เดชอาคม

สาเหตุที่พบบ่อยสาเหตุหนึ่งของการไม่มีบุตร คือ ภาวะไข่ไม่ตกเรื้อรัง สาเหตุดังกล่าวนี้มักจะมี ความสัมพันธ์กับกลุ่มอาการที่รังไข่ทำงานผิดปกติที่ชื่อว่า Polycystic ovarian syndrome (PCOS) หรือ บางคนอาจจะเคยได้ยินว่าโรค พีซีโอเอส

อาการของกลุ่มอาการ PCOS และการวินิจฉัย

กลุ่มอาการ PCOS เป็นความผิดปกติทางต่อมไร้ท่อที่พบบ่อยที่สุดในผู้หญิงวัยเจริญพันธุ์ ประกอบไปด้วยอาการ ดังกล่าว 2 ใน 3 อย่างต่อไปนี้

- 1) มีประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ โดยแต่ละรอบเดือนมักจะห่างกันมากกว่า 35 วัน เวลาที่มี ประจำเดือนมา มักจะมามากกว่าปกติ และมานานหลายวัน (โดยปกติของผู้หญิงทั่วไปมักมี ประจำเดือนทุก 21-35 วัน และมาไม่เกิน 7 วัน)
- 2) มีอาการที่แสดงถึงภาวะฮอร์โมนเพศชายสูง และ/หรือ มีฮอร์โมนเพศชายในเลือดสูง เช่น มีผิวมัน ขนดก มีหนวดมีเครา เป็นต้น
- 3) จากการทำอัลตราซาวด์พบรังไข่มีขนาดใหญ่กว่าปกติและมีลักษณะเป็นถุงน้ำเล็ก ๆ จำนวนมาก ที่ขอบรังไข่

หากแพทย์สงสัยว่าผู้ป่วยเป็นกลุ่มอาการ PCOS จะซักประวัติและตรวจร่างกายเพิ่มเติม ร่วมกับ ตรวจเลือดดูระดับฮอร์โมน หรือตรวจอัลตราซาวด์ลักษณะรังไข่ เพื่อที่จะแยกโรคบางอย่างที่มีอาการ คล้ายกันออก

กลุ่มอาการ PCOS อันตรายอย่างไร

จากการติดตามคนที่ในกลุ่มอาการ PCOS ไปเป็นเวลานานพบว่า มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคต่อไปนี้

1. ปัญหามีบุตรยาก จากรังไข่ทำงานผิดปกติ และไม่มีไข่ตก
2. ปัญหาการตกเลือด โลหิตจาง เพราะประจำเดือนมาและนานเกินไป
3. เป็นมะเร็งเยื่อบุโพรงมดลูก เพราะถูกกระตุ้นด้วยเอสโตรเจนเพียงอย่างเดียว (เนื่องจากไข่ไม่ตก)
4. เป็นเบาหวานและโรคแทรกซ้อนของเบาหวาน เช่นโรคความดันโลหิตสูง โรคทางสมอง ไต และ หัวใจ เป็นต้น

กลุ่มอาการ PCOS รักษาอย่างไร

การรักษากลุ่มอาการ PCOS นั้น จะแยกผู้ป่วยออกเป็น 2 กลุ่มตามความต้องการมีบุตร โดยทั้งสองกลุ่มจะมีการรักษาที่เหมือนกัน คือ การแนะนำให้ออกกำลังกายแบบแอโรบิคและพยายามลดน้ำหนักให้ได้ประมาณ 5-10% ของน้ำหนักเดิม จะสามารถทำให้รังไข่กลับมาทำงานได้ดีขึ้น ส่วนการรักษาที่แตกต่างกันสำหรับสองกลุ่มคือ

กลุ่มแรก ได้แก่ กลุ่มผู้ป่วยที่ต้องการจะมีบุตร แพทย์จะรักษาโดยการกระตุ้นให้เกิดการตกไข่ โดยอาศัยยาเกิน หรือยาฉีด เพื่อให้ไข่ตก เมื่อไข่ตกได้แล้ว ก็จะมีโอกาสมีบุตรได้เหมือนคนปกติ หากกระตุ้นให้ไข่ตกเป็นเวลา 6 เดือนแล้วยังไม่สำเร็จอาจพิจารณาการรักษาด้วยวิธีเด็กหลอดแก้วต่อ

กลุ่มที่สอง ได้แก่ กลุ่มที่ยังไม่ต้องการมีบุตร สามารถให้การรักษาได้หลายวิธี เช่น ให้กินยาเม็ดคุมกำเนิดชนิดฮอร์โมนรวมกินทุกวัน หรือกินฮอร์โมนโปรเจสตินเฉพาะในช่วงครึ่งหลังของรอบเดือน

ผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาทั้งสองกลุ่มจะกลับมามีประจำเดือนสม่ำเสมอ ระดับฮอร์โมนเพศชายในเลือดลดลง (อาการสิว หน้ามัน ขนดกลดลง) ในระยะยาวจะลดโอกาสการเกิดมะเร็งเยื่อบุโพรงมดลูกลง นอกจากนี้หากผู้ป่วยลดน้ำหนักและออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอก็จะช่วยลดโอกาสเกิดเบาหวาน ไขมันในเลือดสูง ความดันโลหิตสูงได้ด้วย

หากท่านใดสงสัยว่ามีอาการเหมือนกลุ่มอาการ PCOS ควรที่จะปรึกษาสูตินรีแพทย์ใกล้บ้าน เพื่อการดูแลรักษาที่เหมาะสม ก่อนที่จะเป็นโรคที่ร้ายแรงกว่าตามมา