

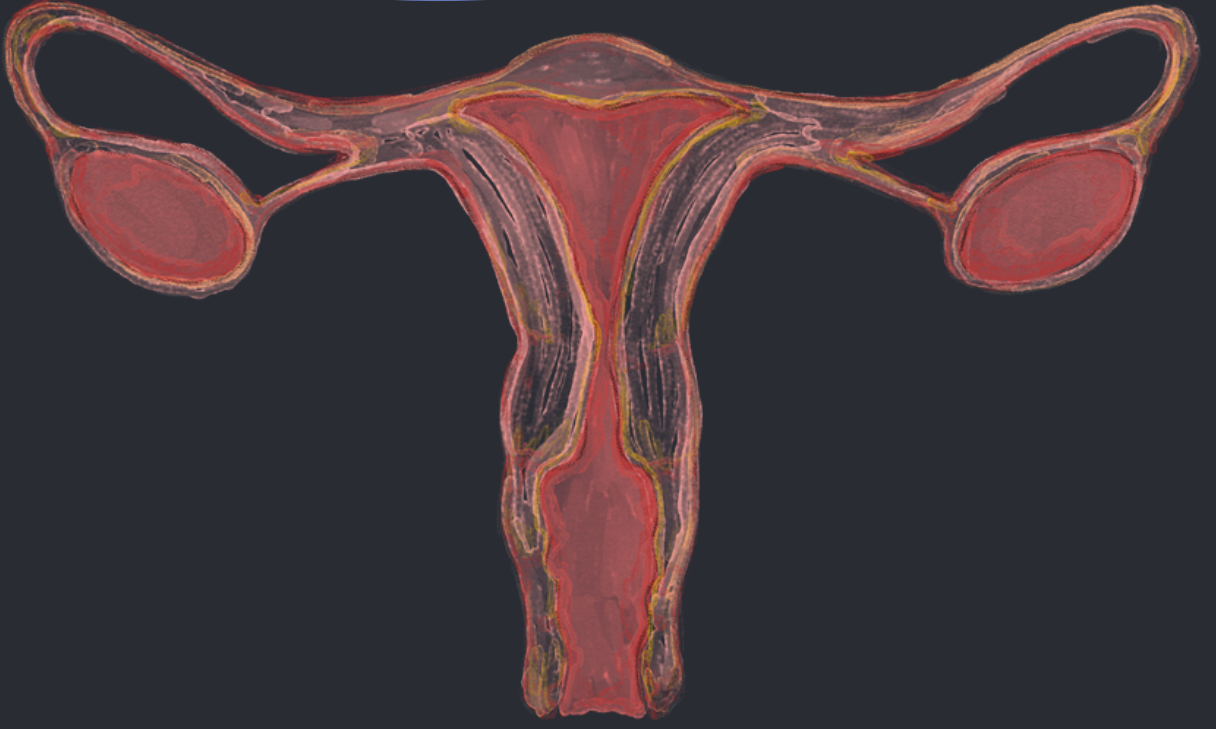


# AHCH+

AMBA HEALTH CENTRE & HOSPITAL

## પીસીઓડી (PCOD)

### પોલીસિસ્ટિક ઓવેરિયન ડિસીઝ



પોલીસિસ્ટિક ઓવરી ડિસીઝ (PCOD) એ એક એવી સ્થિતિ છે જેમાં સામાન્ય કરતાં વધુ પ્રમાણમાં એન્ડ્રોજન્સ (પુરુષ જાતિના હોર્મોન્સ) ઉત્પન્ન કરે છે, જે સામાન્ય રીતે સ્ત્રીઓમાં ઓછી માત્રામાં હાજર હોય છે.

આ રોગનું નામ “પોલીસિસ્ટિક ઓવરી” એ કારણસર આપવામાં આવ્યું છે કે ઓવરીઝમાં ઘણા નાના સિસ્ટ્સ (પ્રવાહીથી ભરેલ કોથળી) બને છે.

# પીસીઓડી ના કારણો

પીસીઓડી નું ચોક્કસ કારણ સંપૂર્ણપણે જાણી શક્યું નથી પરંતુ એવું માનવામાં આવે છે કે તેમાં આનુવંશિક અને પર્યાવરણીય પરિબલોનો સંયોજન સામેલ હોય છે.

કુટુંબમાં કોઈને પીસીઓડી હોય, તો જોખમ વધારે છે.



ઇન્સ્યુલિન રેસિસ્ટન્સ: વધેલા ઇન્સ્યુલિનનું સ્તર હોર્મોનલ અસંતુલનનું કારણ બની શકે છે.



પીસીઓડી કોઈપણ ઉંમરે થઈ શકે છે પરંતુ પ્રજનન વર્ષોમાં સૌથી સામાન્ય છે, સામાન્ય રીતે કિશોરાવસ્થાના અંત અને 40 ના દાયકાની શરૂઆતમાં.



સ્થૂલતા: વધારે વજન ધરાવવું અથવા બેસી રહેવાની જીવનશૈલી પીસીઓડી જોખમ વધારે છે. પીસીઓડી એ પણ વજન ઘટાડવાનું મુશ્કેલ બનાવી શકે છે.



# પીસીઓડી ના કારણો

લ્યુટેનાઇઝિંગ હોર્મોન અને ઇન્સ્યુલિનનું વધેલું સ્તર, તેમજ સેક્સ હોર્મોન-બાઇન્ડિંગ ગ્લોબ્યુલિનનું ઓછું સ્તર, પીસીઓડીમાં ભૂમિકા ભજવી શકે છે.



સોજો ઇન્સ્યુલિન રેસિસ્ટન્સમાં સહાયરૂપ થઈ શકે છે અને પીસીઓડી ના લક્ષણો વધારે ખરાબ બનાવી શકે છે.

કેટલાક જાતિગત જૂથોમાં, જેમ કે દક્ષિણ એશિયન સ્ત્રીઓમાં, પીસીઓડી નો પ્રમાણ વધારે જોવા મળે છે.

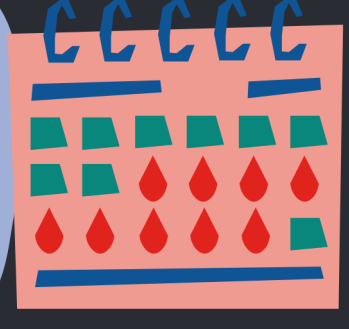


જીવનશૈલીના પરિબલો, જેમ કે ખોરાકમાં ખામી અને વ્યાયામનો અભાવ, ઇન્સ્યુલિન રેસિસ્ટન્સમાં સહાયરૂપ બની શકે છે અને પીસીઓડી ના લક્ષણોને વધુ તીવ્ર બનાવી શકે છે.

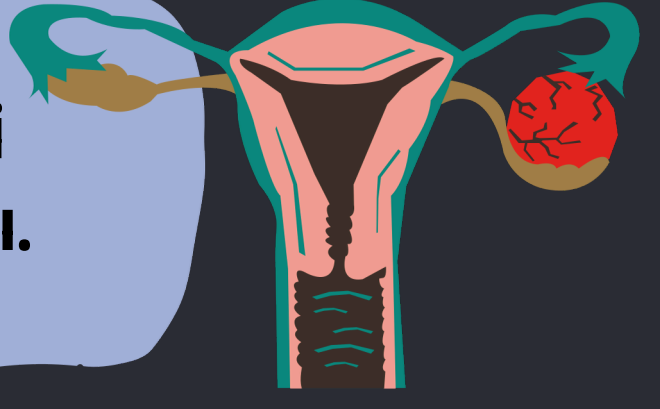


# પીસીઓડી ના લક્ષણો

માસિક આવ ચૂકી ગયા હોય,  
અનિયમિત માસિક આવ હોય, અથવા  
ખૂબ જ ઓછા માસિક આવ હોય.



ઓવરીઝ મોટી હોવી કે તેમાં  
ઘણા સિસ્ટ્સ (સિસ્ટ્સ) હોવા.



છાતી, પેટ અને પીઠ સહિત  
શરીરમાં વધારાના વાળ હોવા.



વજન વધવું, ખાસ કરીને  
પેટની આસપાસ હોવું.



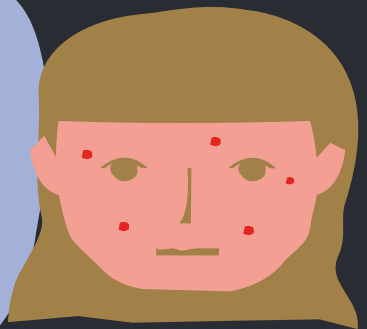
ખીલ અથવા તેલયુક્ત  
ત્વચા.



ગર્ભધારણામાં  
અસમર્થતા

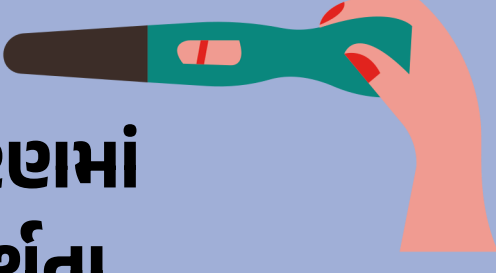


ગળાના પાછળના ભાગમાં  
ત્વચાના ટેન્સ અથવા ઘટ્ટ  
જાડા ત્વચાના ઘબ્બા.



# પીસીઓડી ના જટિલતાઓ

ગર્ભધારણામાં  
અસમર્થતા



ગર્ભાવસ્થામાં ડાયાબિટીસ  
અને ગર્ભાવસ્થાના સંકટો



એન્ડોમેટ્રિયલ કેન્સરનું  
જોખમ

હૃદયરોગનું જોખમ અને  
મેટાબોલિક સિન્ડ્રોમ



સ્લીપ એપ્રિયા



મૂડ સંબંધિત સમસ્યાઓ

# પીસીઓડીનું કેવી રીતે નિદાન થાય છે ?

પીસીઓડી ના નિદાનમાં સામાન્ય રીતે સમાવેશ થાય છે તબીબી ઇતિહાસ, શારીરિક તપાસ અને ચોક્કસ પરીક્ષણોનું મિશ્રણ.

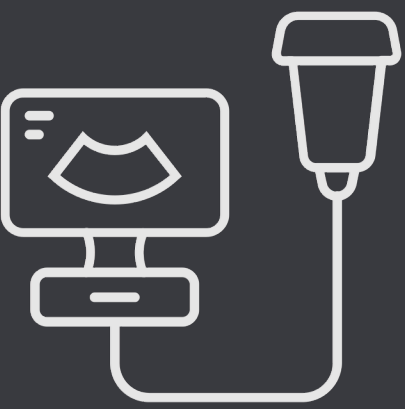


તમારા માસિક ધર્મના ઇતિહાસ અને લક્ષણો વિશેનો તબીબી ઇતિહાસ.



વાળના વધુ પડતા વિકાસ, ખીલ અને વજનના વિતરણ માટે શારીરિક તપાસ.

લોહીની તપાસ માપવા માટે



ઓવરીઝ પર સિસ્ટ્સ (ફોલિકલ્સ તરીકે ઓળખાતા) શોધવા માટે પેલ્વિક અલ્ટ્રાસાઉન્ડ.

અન્ય સ્થિતિઓને દૂર કરવી



# પીસીઓડી સારવાર

## સ્વસ્થ જીવનશૈલી ફેરફાર

નિયમિત વ્યાયામ અને  
સંતુલિત આહાર



## દવાઓ

ખર્ચ કંટ્રોલ પિલ્સ, એન્ટી-  
એન્ડ્રોજન દવાઓ,  
મેટફોર્મિન



## લક્ષણોનું સંચાલન

ખીલની દવાઓ અથવા વાળ  
ખરવા માટે હસ્તક્ષેપ.

## પ્રજનન સારવાર

ગર્ભધારણ માટે ક્લોમીફેન  
અથવા ઇન વિટ્રો ગર્ભાધાન.



## નિયમિત દેખરેખ

નિયમિત ચેક-અપ અને હોર્મોન સ્તરોની નિરીક્ષણ  
દ્વારા સારવારની અસરકારકતા માપી શકાય છે અને  
જરૂરી એડજસ્ટમેન્ટ્સ કરવામાં આવી શકે છે.