

موهای زائد (هیرسوتیسم)

گرد آورنده:

دکتر مژگان کریمی فر

فوق تخصص غدد درون ریز و متابولیسم

موهای زائد (هیرسوتیسم): رشد بیش از حد مو در زنان

موهای زائد یا هیرسوتیسم چیست؟ موهای زائد یا هیرسوتیسم یک اصطلاح پزشکی برای رشد بیش از حد موهای بدن در زنان است. رشد موهای کلفت و تیره در مناطقی که فقط در مردان رویش مو در این مناطق دیده می شود. این مناطق شامل بالای لب فوقانی (سیل)، چانه، ناحیه اطراف صورت، قفسه سینه، پشت، قسمت فوقانی شکم از ناف به بالا، قسمت تحتانی شکم از ناف به پائین، قدام بازوها و بر روی رانها می باشد (شکل ۱). موهای زائد شکایت شایعی است.

موهای زائد اغلب ناراحت کننده است.

معمولا یک زن از هر ده زن در سنین قبل از پائستگی به آن مبتلاء هستند. (پائستگی به زمانی گفته می شود که در طول زندگی یک زن بطور طبیعی عادت ماهانه وی قطع می شود). در مطالعه فند و چربی که بر روی تعدادی از زنان ساکن تهران در سن باروری انجام شد، شیوع موهای زائد ۱۲/۵٪ بود.



شکل یک: رشد موهای زائد در ناحیه بالای لب فوقانی، چانه و اطراف صورت

علت ایجاد موهای زائد چیست؟ بسیاری از زنان موهای زیادی بر روی بدن دارند که به دلیل زمینه ژنتیکی در فامیل می باشد، در مورد این موها نباید نگران باشند، در واقع اختلال هورمونی وجود ندارد.

سایر زنان دچار موهای زائد میشوند که علت آن سطوح بالای هورمونهای مردانه (آندروژنها) است.

تستوسترون مهمترین هورمون مردانه (آندروژن) است. سطوح بالای آن در مردان طبیعی است.

زنان بطور طبیعی هورمون مردانه کمی نسبت به مردان دارند.

شایعترین وضعیتی که منجر به تولید بیش از حد هورمون مردانه در زنان میشود، سندرم تنبلی تخمدان یا سندرم تخمدان پلی کیستیک میباشد. این وضعیت همچنین منجر به عاداتهای ماهانه نامنظم، افزایش وزن، آکنه، و سایر علائم میشود. موهای زائد در اثر علل جدی تری مثل (تومورهای تخمدان یا تومورهای غدد فوق کلیه که در راس کلیه ها قرار دارند) بوجود می آیند، اما این علل بسیار نادرند.

سایر علائمی که در تنبلی تخمدان دیده می شوند؟

زنان مبتلاء ممکن است دارای علائم زیر باشند:

- عاداتهای ماهانه نامنظم
- آکنه
- چاقی یا افزایش وزن
- ریزش موی سر

آیا باید به پزشک مراجعه کنم؟

شما باید در صورت وجود موارد زیر به پزشک مراجعه کنید:

- رشد سریع و ناگهانی موهای زائد، یا اینکه موهای زائدی که قبلاً وجود داشته اند سریعاً افزایش رشد داشته باشند.
- اگر فکر می کنید مبتلاء به تنبلی تخمدان هستید.
- در مورد رشد بیش از حد موها ناراحتید و خواهان درمان هستید.

آیا آزمایشاتی وجود دارد که باید آنها را انجام بدهم؟ پزشک شما در مورد اینکه چه آزمایشاتی باید انجام شود با توجه به سن، سایر علائم و وضعیت هر فرد تصمیم خواهد گرفت. آزمایشات احتمالی شامل:

- آزمایش خون برای اندازه گیری سطوح هورمونها
- سونوگرافی لگن- که با استفاده از امواج صوتی از رحم و تخمدانها تصویربرداری میشود. این تصویربرداری میتواند به تشخیص تنبلی تخمدان و سایر بیماریها کمک کند.
- تصویربرداری هائی مثل سی تی اسکن یا ام آر آی - اگر تومور باعث ایجاد چنین مشکلی شده باشد آنها نشان می دهند.

آیا کاری هست که خودم بتوانم برای درمانم انجام بدهم؟ بله، اگر اضافه وزن دارید یا چاق هستید با کاهش وزن میتوانید سطوح هورمون مردانه را پائین بیاورید و علائم را بهبود

دهید. فقط، کاهش حدود ۵ درصد از وزن بدن کمک بزرگی میکند. مثلاً حدود ۴٫۵ کیلوگرم کاهش وزن در یک خانم ۹۰ کیلوگرمی کمک کننده است.

چگونه موهای زائد درمان می شود؟ بستگی دارد به اینکه علت ایجاد موهای زائد چیست و شدت علائم چقدر است. شما ممکن است نیاز به درمان نداشته باشید. اگر شما درمان شوید آنها شامل موارد زیر است:

- فرصهای جلوگیری از بارداری: که شایعترین درمان رایج هستند، آنها میتوانند سطوح هورمونهای مردانه را پائین بیاورند و عادت ماهانه را منظم کنند.
- داروهای ضد هورمون مردانه که سطوح هورمونهای مردانه را پائین می آورند با اثرات آنها را بلوک میکند .
- برداشتن موهای زائد یا بلوند کردن آنها جهت اینکه دیده نشوند شامل:
 - تراشیدن یا بند انداختن
 - استفاده از موبرها یا وکس
 - بلوند کردن موها
 - کرمهایی که رشد موهای صورت را کند می کنند.
- الکترولیزیس، که از سوزنهای ریز و جریان الکتریکی ضعیف برای حذف ریشه موها یکی یکی استفاده میکند. بهترین کارایی الکترولیزیس در مواردی است که ناحیه کوچکی درگیر باشد.
- لیزر که از آن برای تخریب موها استفاده می شود. لیزر سریعتر عمل میکند و نسبت به الکترولیزیس کمتر دردناک است. اما گرانتر است. بیشتر خانمی به ۴ تا ۶ جلسه در هر ماه یا بیشتر نیاز دارند. درمان داروئی باید قبل از لیزر و بعد از آن ادامه یابد وگرنه موها به آرامی مجدداً رشد میکنند.

اگر بخواهم حامله شوم چه؟ اکثر خانمهای مبتلا به موهای زائد قادرند حامله شوند، اگر شما دچار تنبلی تخمدان هستید و اضافه وزن دارید، کاهش وزن کمک کننده است تا راحتتر باردار شوید. در ضمن داروهای وجود دارند که به شما کمک می کنند تا باردار شوید. اگر قصد بارداری دارید یا باردار هستید نباید داروهای کنترل کننده موهای زائد را مصرف کنید.

زندگی من شبیه چه خواهد بود؟ هیچ کدام از درمانهای موجود موهای زائد را برای همیشه از بین نمی برند، اما باعث رشد آهسته تر و تعداد کمتر آنها میشوند، سرانجام بیشتر خانمها

احساس بهتری نسبت به ظاهر خود پیدا می کنند. اگر شما در مورد نتیجه درمان راضی نیستید با پزشک خودتان در مورد سایر روشهای درمانی مشورت کنید) .

کلید واژه ها:

موهای زائد، هیرسوتیسم، Hirsutism، برمونی، الکترولیزیس، لیزر موهای زائد

REFERENCES

1. **This topic retrieved from UpToDate on:** Jun 26, 2018.
2. Rashidi H, Tehrani FR, Khomami MB, Tohidi M, Azizi F. **To what extent does the use of the Rotterdam criteria affect the prevalence of polycystic ovary syndrome? A community-based study from the Southwest of Iran. European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology.** ۲۰۱۴ Mar 1;174:100-5.

گرد آورنده:

دکتر مرگان کریمی فر

فوق تخصص غدد درون ریز و متابولیسم