

Bölüm 7

POLİKİSTİK OVER SENDROMU VE HEMŞİRELİK BAKIMI

Ceyda ARABACIOĞLU ESEN¹

GİRİŞ

PCOS, patofizyolojisi ve klinik açıdan neden olduğu sonuçları nedeniyle heterojen bir bozukluk olarak bilinmektedir. Tüm hastalar, hastalığın olası tüm belirtilerini taşımadığı gibi aynı sağlık risklerine de maruz kalmamaktadırlar. Klinik belirtileri; menstruasyon bozuklukları (amenore, oligomenore), hiperandrojenizm bulguları, (hirsütizm-aşırı kıllanma), alopesi (saç dökülmesi), infertilitedir. Uzun dönemde tip II diyabet, kardiyovasküler hastalıklar, psikososyal sorunlar, ve endometrium kanserinin nedenleri arasında yer alabilmektedir (Kadıoğlu & Beji, 2013; Escobar-Morreale, 2018)).

PCOS, ergenlik öncesi dönemden itibaren üreme, metabolik ve psikososyal sorunların yanı sıra, kısa ve uzun dönem sağlık riskleri, hastalık ile ilgili farkındalık eksikliği ve yeterli bilgiye erişememe gibi nedenlerle yaşam kalitesini olumsuz etkilemektedir (Pereira & Kreider, 2017; Boyle et al, 2018-).

TANIM

Polikistik over sendromu (PCOS) karmaşık bir endokrin ve genetik bozukluktur. İlk olarak 1935 yılında Stein ve Leventhal tarafından tanımlanmıştır. Son yıllarda PCOS, östrojen fazlalığı (hirsütizm ve/veya hiperandrojenemi) ve over disfonksiyonu (oligo ovulasyonu ve/veya polikistik over morfolojisi (PCOM)) belirtileri ve semptomlarının bir kombinasyonu ile tanımlanan çok faktörlü bir hastalıktır (Allahbadia & Merchant, 2010; Escobar-Morreale, 2018)

PREVALANS

PCOS, dünya genelinde tüm etnik ve ırksal gruplarda yaygın bir şekilde görüldüğü gibi, genç kadınlarda da 35 yaş üstü kadınlara göre daha yüksek oranda görülmektedir. Kullanılan tanı kriterlerine göre değişmekle birlikte üreme çağındaki

¹ Uzman Hemşire, İstanbul Üniversitesi- Cerrahpaşa Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı. esen.ceydaa@gmail.com

yöntemleri önerilmektedir. En kalıcı ve olumlu sonuçlar veren yöntem davranış değişikliğidir (Görpelioğlu, 2009). Davranış değişikliğinin bireye kazandırılması ve bir yaşam biçimi olarak devam ettirilmesi için; Planlanmış Davranış Teorisi, Bilişsel Davranışçı Teoriler, Sosyal Kognitif Teori, Değişim Aşamaları Modeli (Transtoretik Model- TTM) ve Sağlık İnanç Modeli gibi teorilere dayalı eğitim programlarının hemşireler tarafından kullanılması önerilmektedir (Erol & Erdoğan, 2006).

PCOS'na sahip kadınlara planlanacak danışmanlık programı kapsamında içeriğinde PCOS bulguları, semptomları ve yönetimi hakkında detaylı bilgi, PCOS'un, diyabetes mellitus tip 2, hipertansiyon, hiperlipidemi ve kardiyovasküler hastalıklar, gibi sağlık sorunlara yol açabileceği, artmış sürekli östrojen maruziyeti nedeniyle endometrial hiperplazi ve endometrium kanseri riskini artırabileceği, düzenli ilaç kullanımı, diyet ve egzersizin sendromun ve sendromun neden olduğu sağlık risklerinin kontrolünde önemi konusunda bilgilere verilmelidir (Purdue, 2010). Kadınlara PCOS bulguları, semptomları ve yönetimi hakkında bilgi vermenin yanı sıra, durumun neden olduğu duygusal stres değerlendirilmelidir ve bunun neden olabileceği anksiyete-depresyon konusunda da bilgilendirme yapılmalıdır (Carron et al, 2017).

Anahtar Kelimeler: Polikistik over sendromu, hiperandrojenizm, hirsütizm.

KAYNAKÇA

- Allahbadia GN, Merchant R. Polycystic ovary syndrome and impact on health. Middle East Fertility Society Journal, 2018.
- Aydos A, Öztumur Y, Gür BD. Polikistik over sendromu ve moleküler yaklaşımlar. Turk Hij Den Biyol Derg, 2016; 73(1): 81 – 88.
- Azziz R, Diamanti-Kandarakis E, Futterweit W, et al. The androgen excess and PCOS society criteria for the polycystic ovary syndrome: The complete task force report. Fertility and Sterility, 2009, 91(2): 456-488.
- Bazarganipour F, Taghavi SA, Montazeri A, et al. The impact of polycystic ovary syndrome on the health-related quality of life: A systematic review and meta-analysis. Iranian Journal of Reproductive Medicine, 2015;13(2): 61-70.
- Boyle JA, Xu R, Gilbert E, et al. Ask PCOS: Identifying Need to Inform Evidence-Based App Development for Polycystic Ovary Syndrome. Semin Reprod Med 2018;36:59–65.
- Bozdog G, Mumusoglu S, Zengin D, et al. The prevalence and phenotypic features of polycystic ovary syndrome: a systematic review and meta-analysis. Human Reproduction, 2016, Vol.31, No.12pp. 2841–2855.
- Carron R. Update on Polycystic Ovary Syndrome. Journal of the Dermatology Nurses' Association. 2016;380-385.
- Carron R, Kooienga S, Bowie DK, et al. Coping in Women With Polycystic Ovary Syndrome: Implications for Practitioners. The Journal for Nurse Practitioners – JNP, 2017; 13 (10): 700-707.
- DeUgarte CM, Bartolucci AA, Azziz R. Prevalence of insulin resistance in the polycystic ovary syndrome using the homeostasis model assessment. Fertil Steril, 2005, 83(5):1454-1460.
- Ding DC, Chen W, Wang JH, et al. Association between polycystic ovarian syndrome and endometrial, ovarian, and breast cancer A population-based cohort study in Taiwan. Medicine, 2018 97;39:1-6.

- Dokras A, Clifton S, Futterweit W, et al. Increased risk for abnormal depression scores in women with polycystic ovary syndrome: a systematic review and metaanalysis. *Obstet Gynecol*, 2011;117:145-152.
- Dokras A, Clifton S, Futterweit W, et al. Increased prevalence of anxiety symptoms in women with polycystic ovary syndrome: a systematic review and meta-analysis. *Fertil Steril*,2012;97:225-230.
- Erol S, Erdoğan S. Sağlık davranışlarını geliştirmek ve değiştirmek için transteoretik modelin kullanılması. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 2006; 10(2): 86–94.
- Escobar-Morreall HF. Polycystic ovary syndrome: definition, aetiology, diagnosis and treatment. *Nature Reviews Endocrinology*, 2018;14: 270–284.
- Franks S. Polycystic ovary sendrom. *Medicine Elsevier Ltd*. 2017, 45;9: 527-531.
- Görpeliöğlu S, Sağlıklı yaşam tarzı ve davranış değişikliği. *Sağlıklı Yaşam Tarzı Dergisi*, Tanıtım Sayısı, 2009:17-19.
- Greenwood EA, Pasch LA, Cedars MI, et al. Association among depression, symptom experience, and quality of life in polycystic ovary syndrome. *American Journal of Obstetrics & Gynecology*, 2018;279:1-7.
- Hahn S, Janssen OE, Tan S, et al. Clinical and psychological correlates of quality-of-life in polycystic ovary syndrome. *Eur J Endocrinol* 2005; 153: 853-860.
- Harmancı H, Hergüner S, Toy H. Polikistik Over Sendromu Olan Kadınlarda Psikiyatrik Belirtiler. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences* 2013;26:157-163.
- Homburg R. The Management of Infertility Associated With Polycystic Ovary Syndrome. *Reprod Biol Endocrinol*,2003, 1: 109.
- Kadıoğlu M, Beji NK. Polikistik Over Sendromu ve Hemşirelik Yaklaşımı. *F.N. Hem. Derg*, 2013; 21(3): 187-197.
- Kazemi M, McBairty LE, Chizen DR, et al. A Comparison of a Pulse-Based Diet and the Therapeutic Lifestyle Changes Diet in Combination with Exercise and Health Counselling on the Cardio-Metabolic Risk Profile in Women with Polycystic Ovary Syndrome: A Randomized Controlled Trial. *Nutrients* 2018:1-30.
- Kelley L. Polycystic ovarian syndrom: A challenge for occupational health nursing. *AAOHN Journal*,2013; 51(1): 23–2
- NHMRC, Centre for Research Excellence in PCOS and the Australian PCOS Alliance (2018). International evidence-based guideline for the assessment and management of polycystic ovary syndrome. (30.07.2019 tarihinde https://www.monash.edu/__data/assets/pdf_file/0004/1412644/PCOS_Evidence-Based-Guidelines_20181009.pdf adresinden ulaşılmıştır.)
- Pamuk G, Pamuk BÖ, Can H. Polikistik Over Sendromu ve Kardiyovasküler Hastalık İlişkisi. *Turkish Family Physician*. 2015; 6 (1):47-55.
- Pereira K, Kreider KE. Caring for women with polycystic ovary syndrome. *The Nurse Practitioner*, 2017; 42 (2): 39-47.
- Percy CA, Gibbs T, Potter L, et al. Nurse-led peer support group: Experiences of women with polycystic ovary syndrome. *Journal of Advanced Nursing*, 2009; 65(10): 2046–2055.
- Purdue G. Polycystic ovary syndrome: A threat to appearance, menstruation, and fertility. *The Journal for Nurse Practitioners – JNP*, 2010; 5 (9).
- Schorge, JO.(2010). William's Jinekoloji. Çeviren: Yıldırım G, Yıldırım GY, Polat İ. İstanbul, Nobel Tıp Kitapevleri Ltd. Şti.
- Sirmans SM, Pate KA. Epidemiology, diagnosis, and management of polycystic ovary syndrome. *Clin Epidemiol*. 2014;6:1-13.
- ZareMobini F, Kazemi A, Farajzadegan Z. A comprehensive mental health care program for women with polycystic ovary syndrome: protocol for a mixed methods study. *Reproductive Health*, 2018 15:46.
- Zhang L, Fang X, Li L, Liu L, Zhang C, Liu H, Tan M, Yang G. The association between circulating irisin levels and different phenotypes of polycystic ovary syndrome. *Journal of Endocrinological Investigation*, 2018.