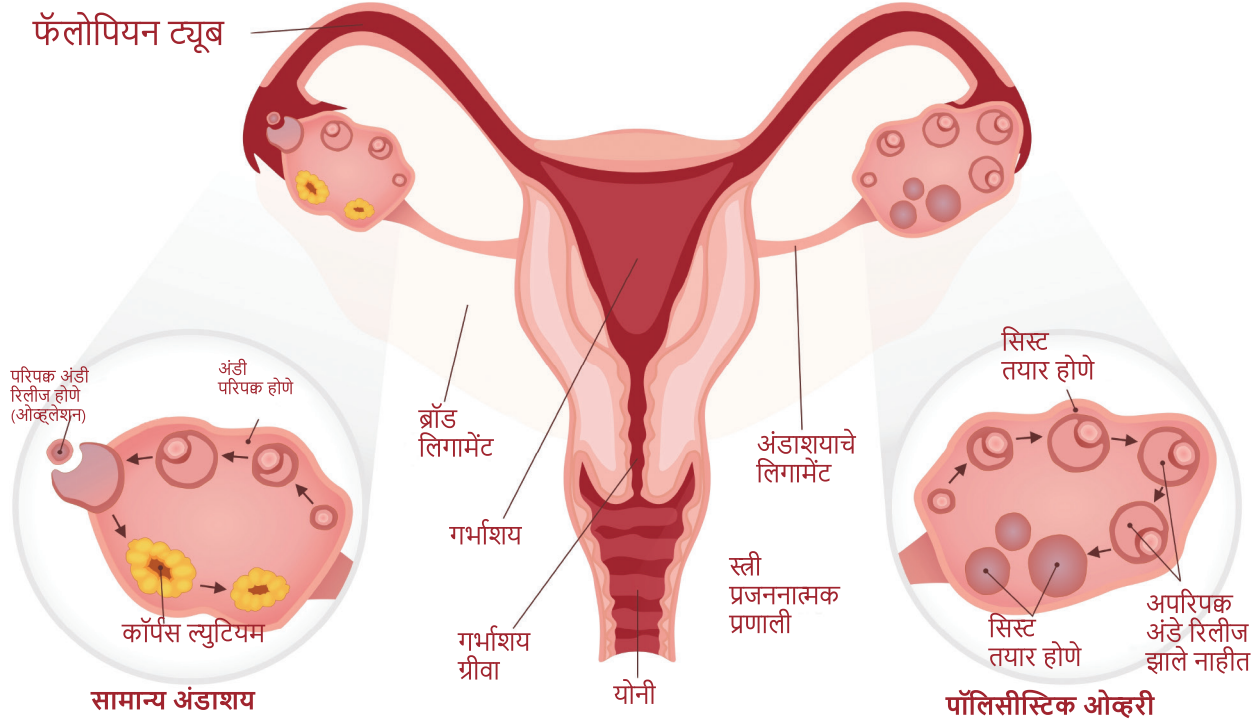


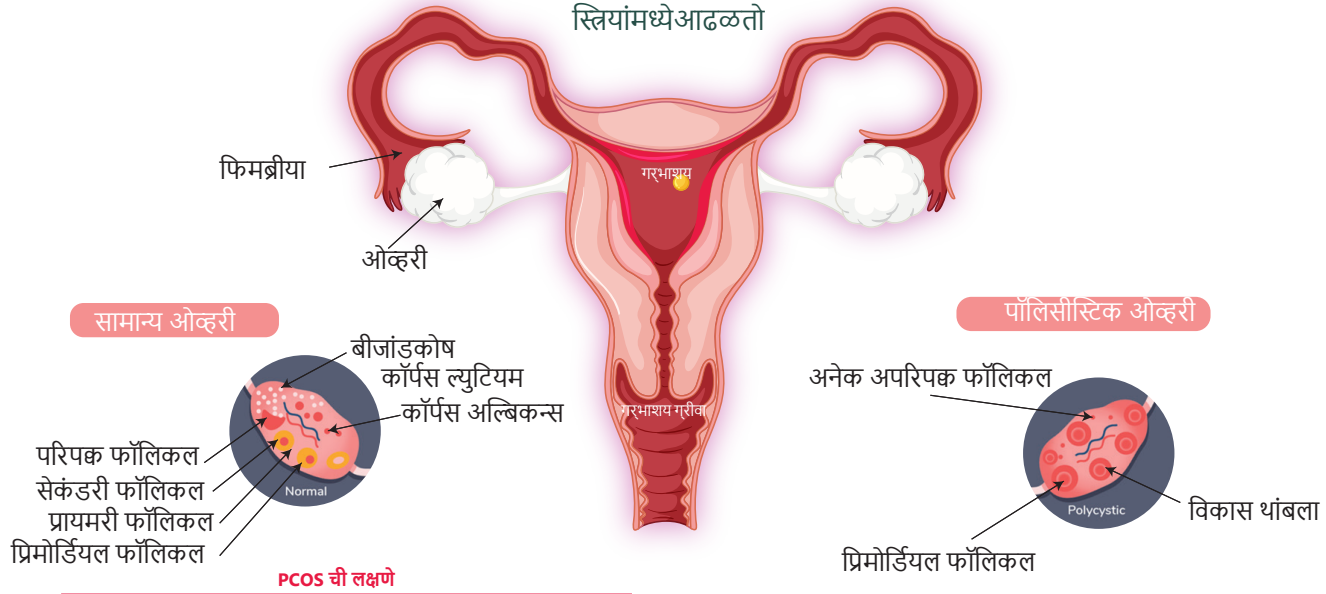
PCOS जनजागृती



PCOS म्हणजे काय?

PCOS – पॉलिसिस्टिक ओव्हरी सिंड्रोम

पॉलिसिस्टिक ओव्हरी सिंड्रोम (PCOS)
हा एक हार्मोनल विकार आहे
जो प्रजननक्षम वयातील
स्त्रियांमध्ये आढळतो



सामान्य ओव्हरी

परिपक्व फॉलिकल
सेकंडरी फॉलिकल
प्रायमरी फॉलिकल
प्रिमोर्डियल फॉलिकल

बीजांडकोष
कॉर्पस ल्युटियम
कॉर्पस अल्बिकन्स

Normal

पॉलिसिस्टिक ओव्हरी

अनेक अपरिपक्व फॉलिकल

विकास थांबला

प्रिमोर्डियल फॉलिकल

Polycystic

PCOS ची लक्षणे

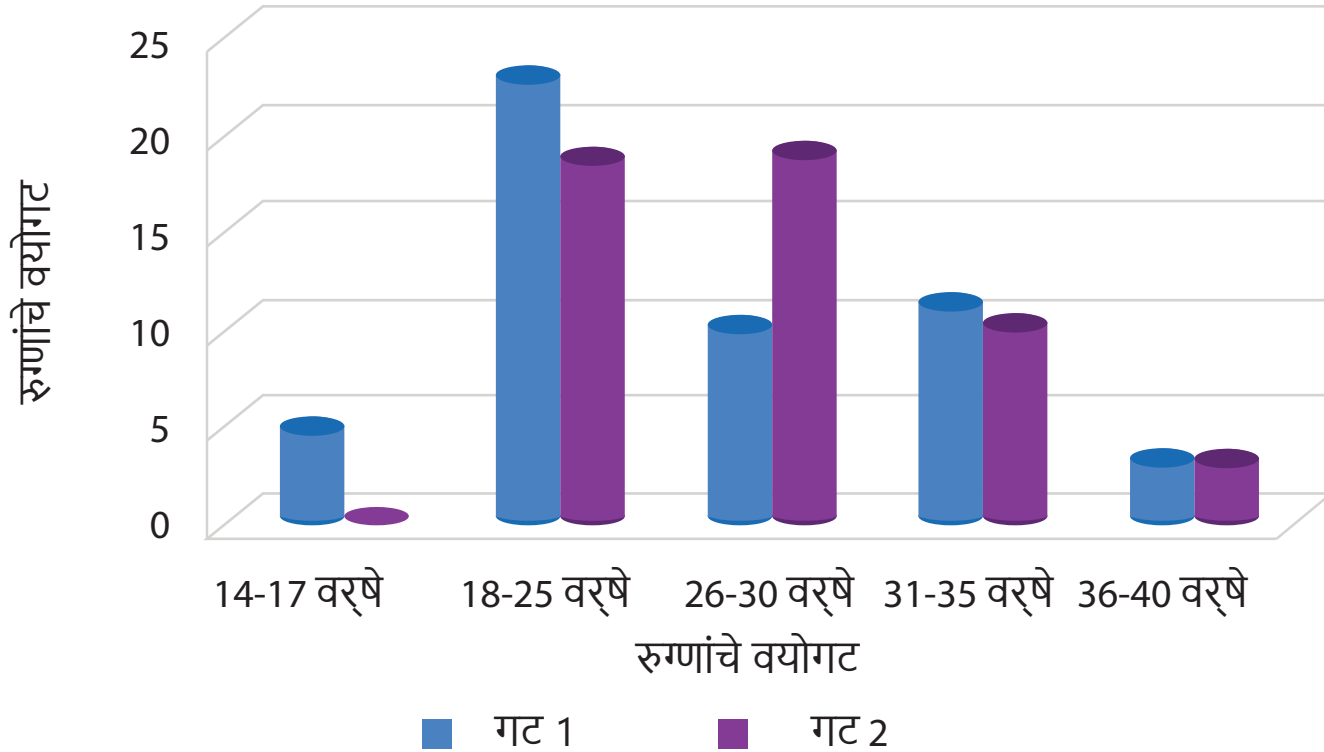
- अनियमित मासिक पाळी
- अतिरिक्त अँड्रोजेन
- पॉलिसिस्टिक ओव्हरी

ओव्हरीमध्ये द्रवाचे (फॉलिकल) असंख्य लहान संग्रह विकसित होऊ शकतात आणि नियमितपणे अंडी रिलीज करण्यात अयशस्वी होऊ शकतात.

कोणत्या वयात हे घडते?

PCOS सामान्यतः साधारण 15-25 वर्षे या तरुण वयात सुरू होते

PCOS असलेल्या महिलांचे वयानुसार विभाग



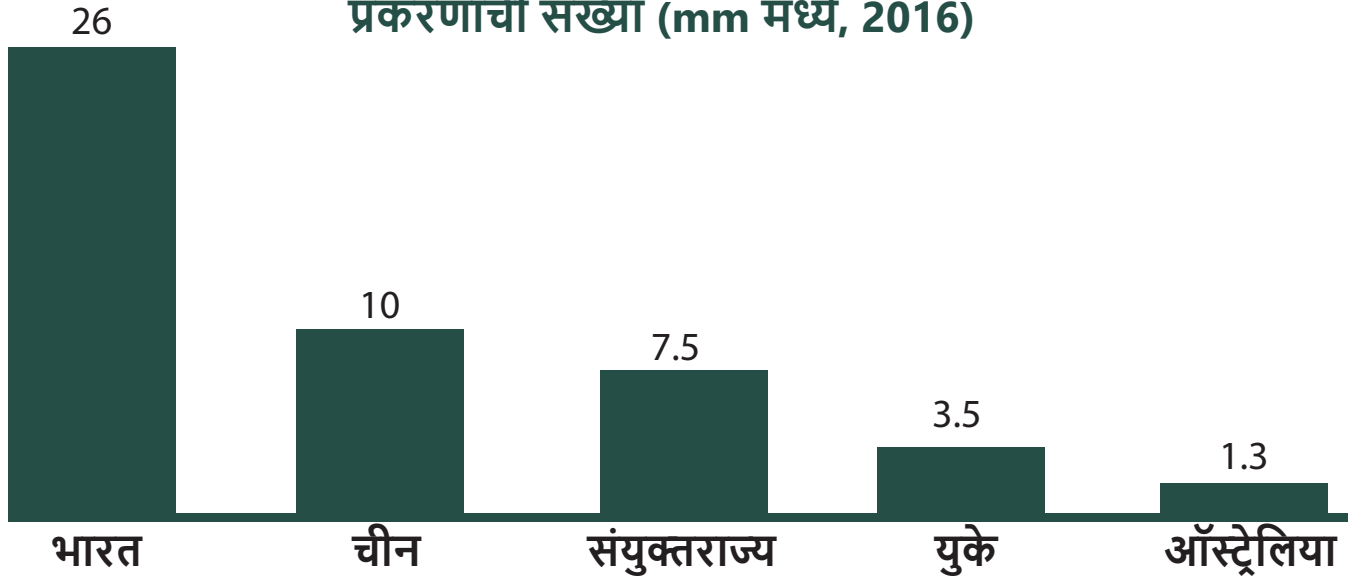
भारतातील PCOS चा भार

PCOS भारतातील प्रजननक्षम वयोगटातील सुमारे 20-25% महिलांना प्रभावित करते, ज्यामुळे आरोग्यावर होणाऱ्या दीर्घकालीन परिणामांमुळे आरोग्यसेवेची महत्त्वपूर्ण आव्हाने निर्माण होतात.

PCOS पँडेमिक

भारतात याचे प्रमाण जागतिक सरासरीपेक्षा जास्त असले,
तरी PCOS ची प्रकरणे जगभरात वाढत आहेत

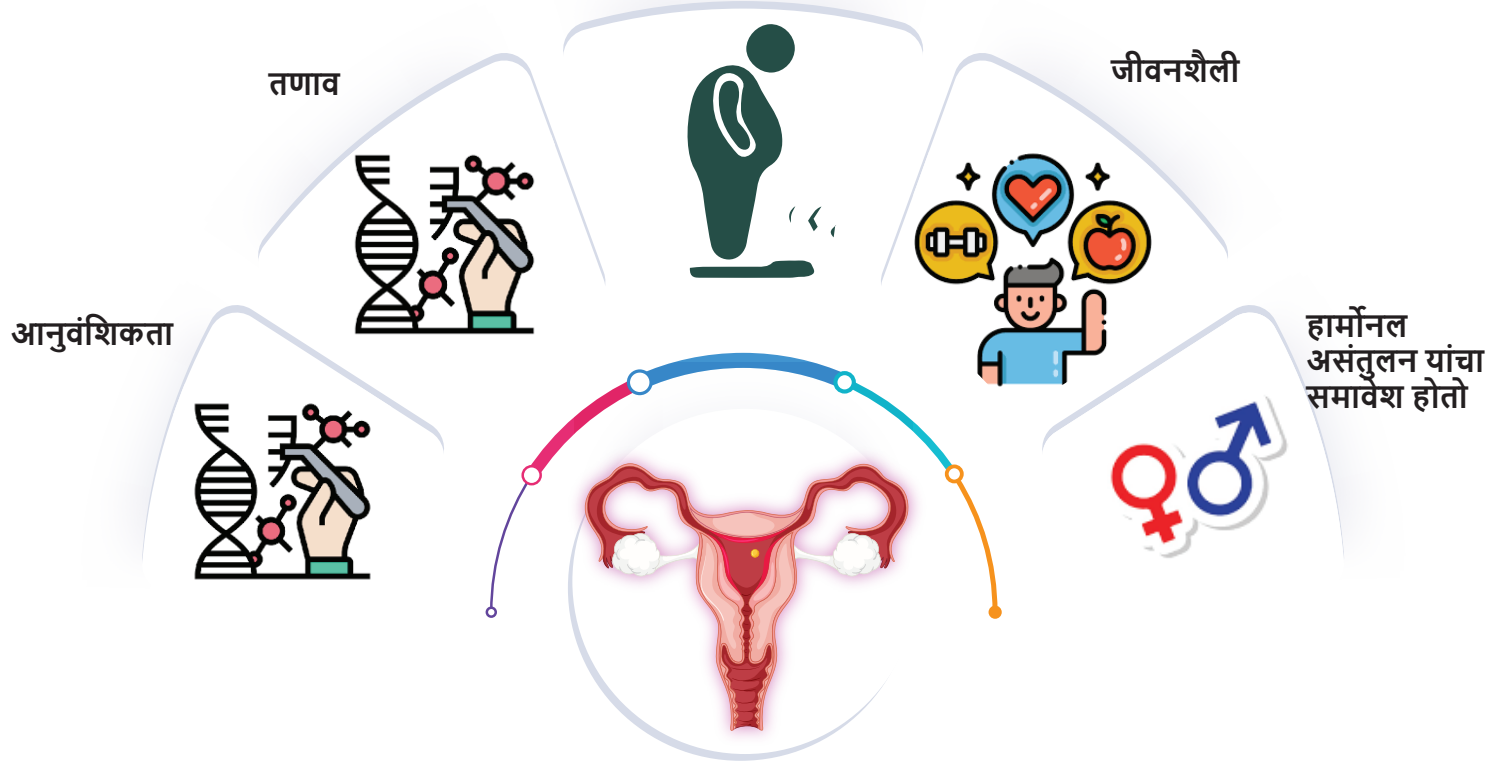
प्रकरणांची संख्या (mm मध्ये, 2016)



PCOS ची कारणे

PCOS चे मूळ कारण अज्ञात आहे, परंतु घटकांमध्ये आनुवंशिकता, इन्सुलिन प्रतिरोध आणि जळजळ

PCOS ची लक्षणे



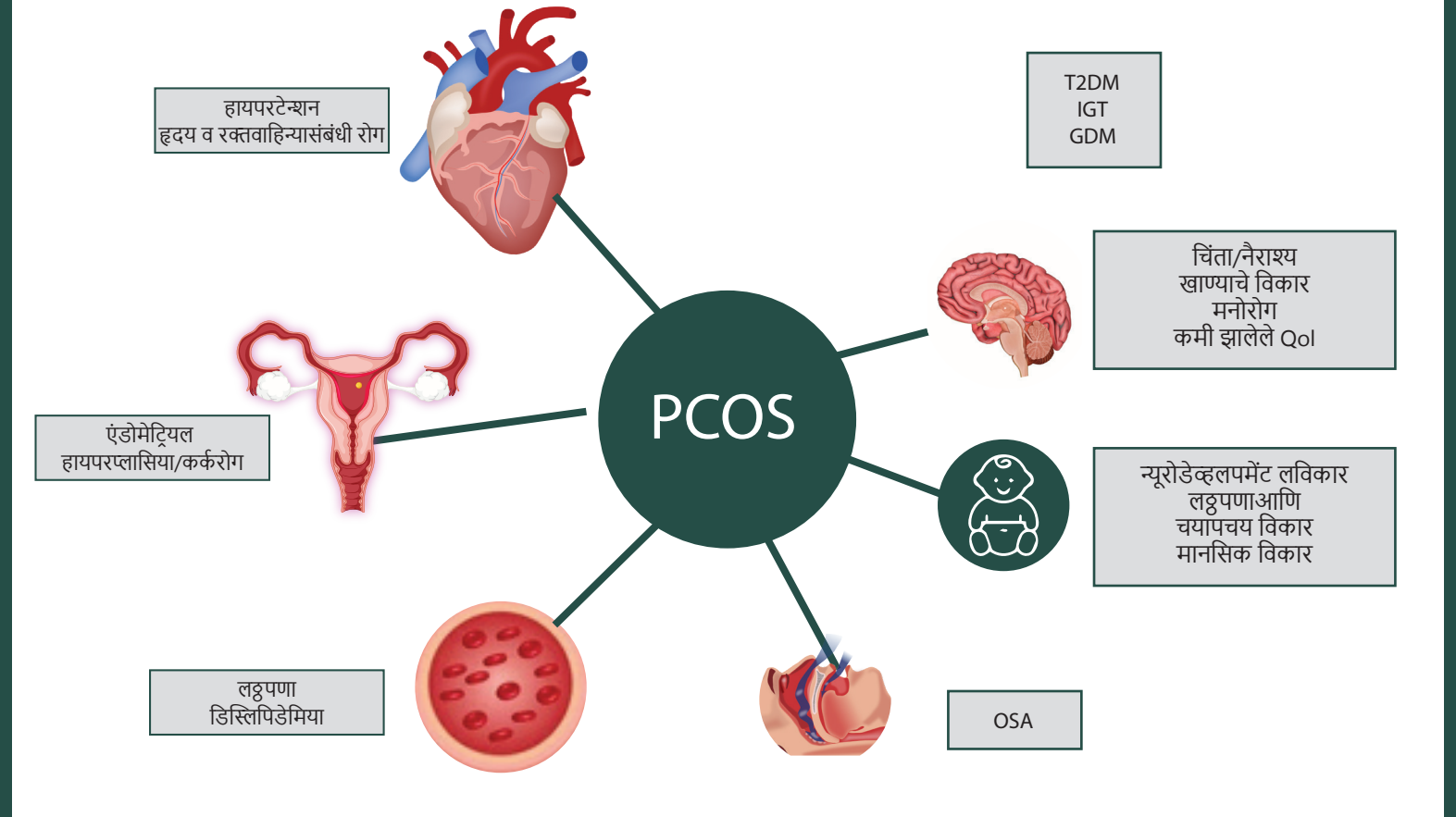
PCOS ची लक्षणे

सामान्य लक्षणांमध्ये यांचा समावेश होतो, अनियमित मासिक पाळी, चेहऱ्यावर आणि शरीरावर अतिरिक्त केस (हिरसुटिझम), मुरुम, लठ्ठपणा आणि वंध्यत्व



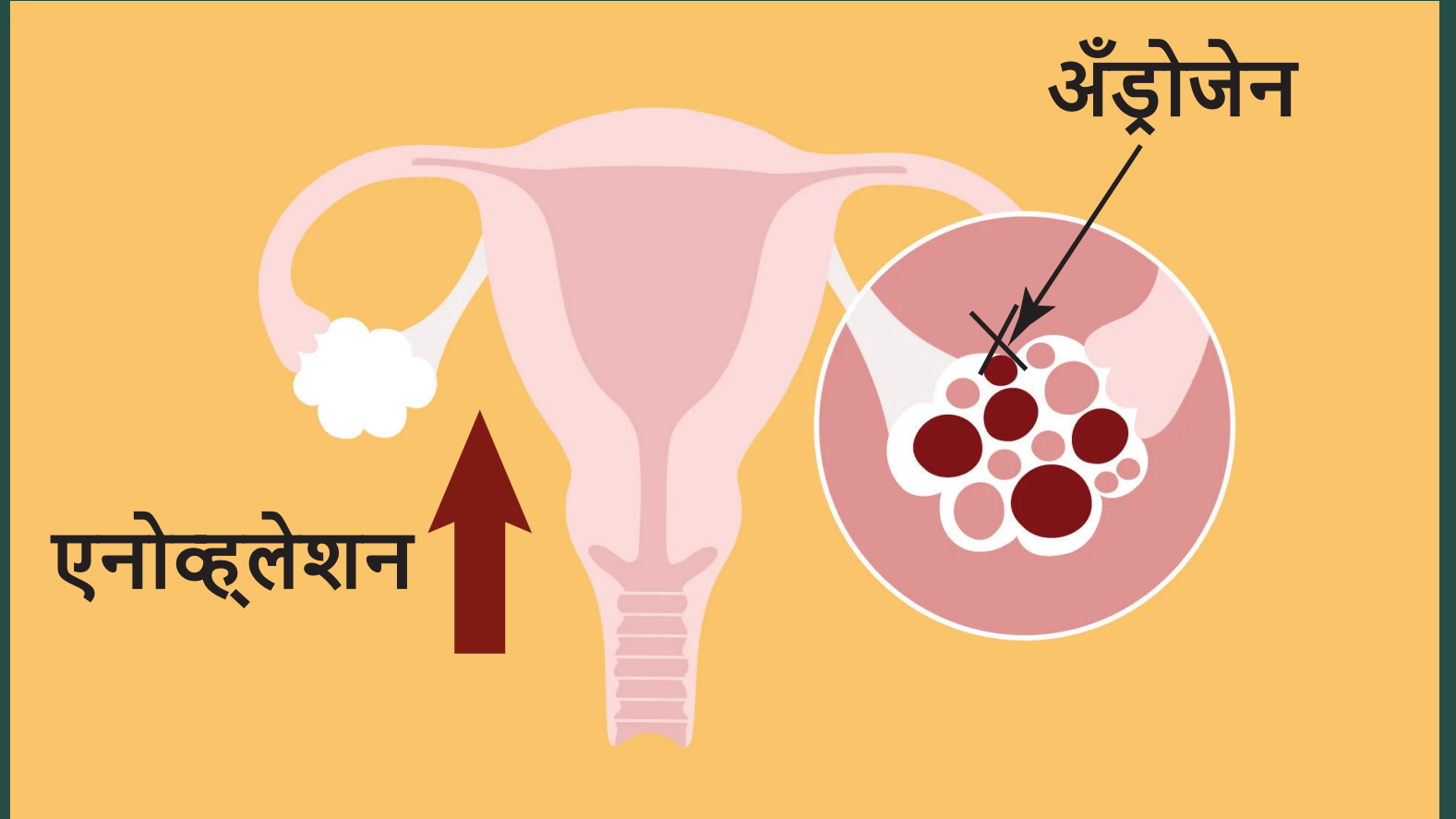
दीर्घकालीन आरोग्य समस्या

दीर्घकालीन आरोग्याच्या समस्यांमध्ये यांचा समावेश होतो, टाइप 2 मधुमेह, हृदयरोग उच्च रक्तदाब, स्लीप एपनिया, आणि एंडोमेट्रियल कर्करोग



PCOS मुळे वंध्यत्व

अनियमित ओव्हलेशन किंवा एनोव्हलेशनमुळे PCOS वंध्यत्वाचे प्रमुखकारण आहे



व्यवस्थापन-जीवनशैली

जीवनशैली व्यवस्थापनामध्ये निरोगी वजन, नियमित राखणे समाविष्ट आहे नियमित मासिक पाळीला मदत करण्यासाठी व्यायाम आणि संतुलित आहार आणि लक्षणे सुधारण्यासाठी संतुलित आहार यांचा समावेश होतो.

PCOS जीवनशैली



शारीरिकदृष्ट्या
सक्रिय रहा



निरोगी
वजन राखा



संतुलित
आहार घ्या



भावानिक
स्वास्थ्य



सप्लिमेंटेशन

व्यवस्थापन-ओव्हलेशन इंडक्शन

ओव्हलेशन इंडक्शनमध्ये ओव्हलेशन उत्तेजित करण्यासाठी क्लोमिफेनसायट्रेट, लेट्रोझोल किंवा गोनाडोट्रोपिनसारख्या औषधांचा समावेश असू शकतो.



व्यवस्थापन-मासिक पाळीची नियमितता

मासिक पाळीच्या नियमिततेचे व्यवस्थापन करताना हार्मोनल गर्भनिरोधक गोळ्या, प्रोजेस्टिन थेरपी किंवा मासिक पाळीचे नियमन करण्यासाठी जीवनशैलीतील बदल यांचा समावेश असू शकतो.



धन्यवाद

