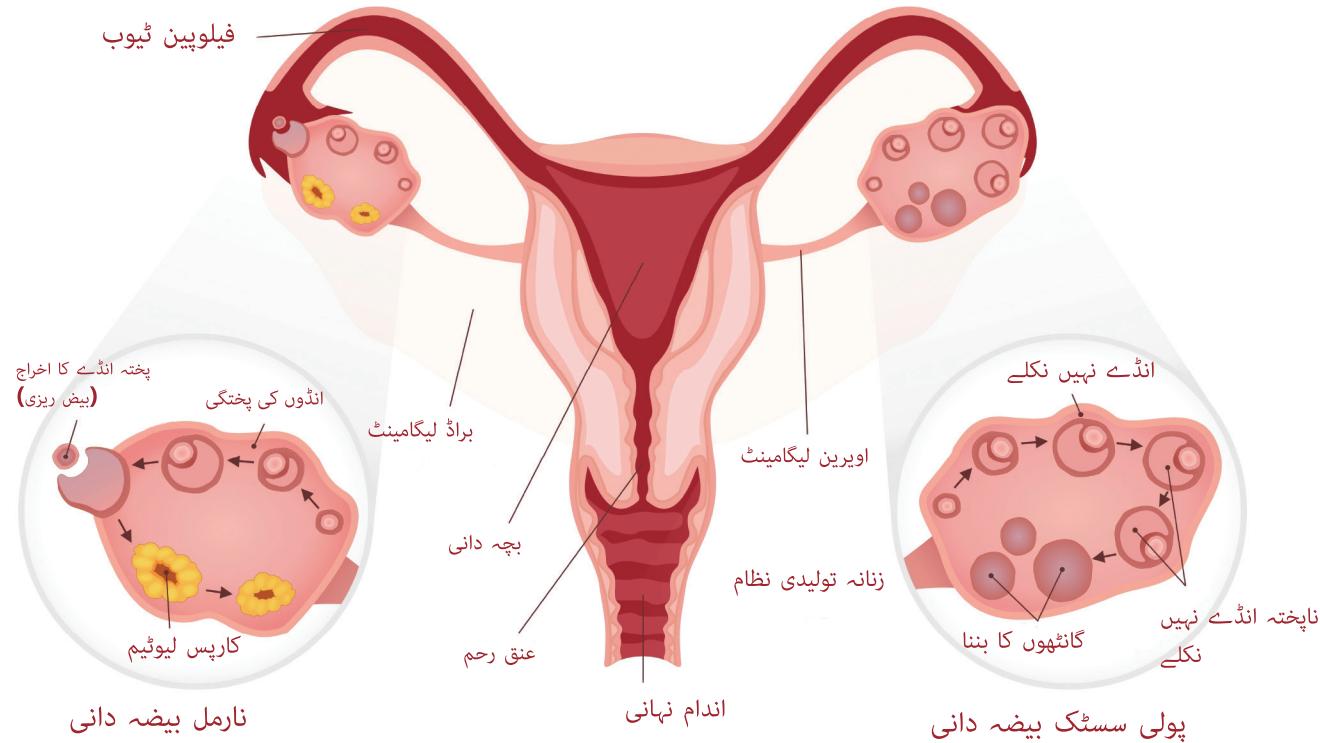


آگاہی PCOS



PCOS کیا ہے؟

پولی سسٹک اوری سنڈروم-PCOS

(PCOS) پولی سسٹک اوری سنڈروم

بارمونل ڈس آرڈر ہے

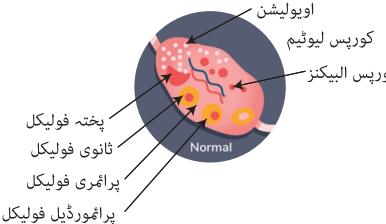
خواتین کے درمیان عام ہے

تو لیدی عمر میں

ایف آئن ایم بی آر یو اے ای

بیضہ دانی

عام بیضہ دانی



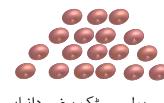
PCOS علامات



بے قاعدہ مابرواری

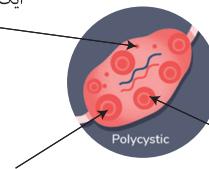


اضافی اینڈروجن



پولیسیسٹک بیضہ دانیاں

پولی سسٹک بیضہ دانی



ایک سے زیادہ نامکمل فولیکل

PCOS

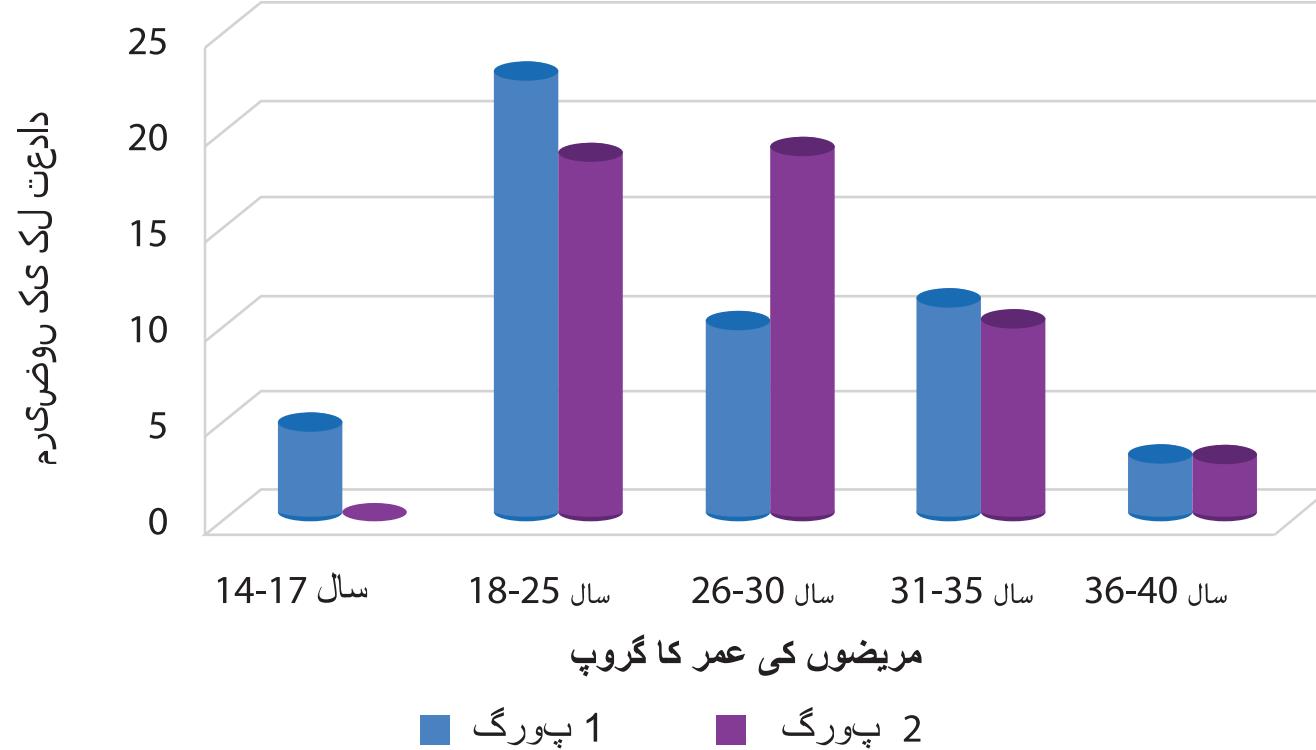
بیضہ دانی متعدد چھوٹے مجموعے

سیال (فولیکلز) پیدا کر سکتی ہے اور باقاعدگی سے اندھے چھوڑنے میں ناکام بھی یوسکتی ہے

یہ کس عمر میں ہوتا ہے؟

عام طور پر بلوغت کے دوران، اکثر 15-25 کی عمر کے آس پاس شروع ہوتا ہے PCOS

والی عورتوں کی عمر کے لحاظ سے تقسیم PCOS

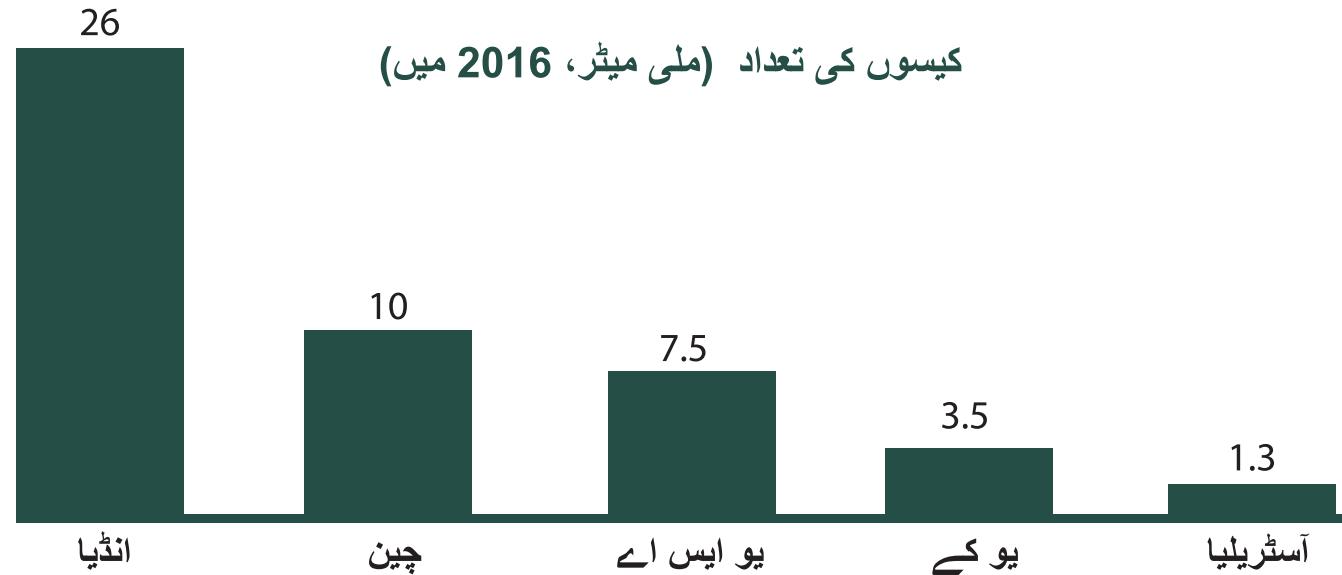


کا بوجہ PCOS بھارت میں

ہندوستان میں تولیدی عمر کی تقریباً 20-25% خواتین کو متاثر کرتا ہے، جس کی وجہ سے اس کے PCOS طویل مدتی صحت کے اثرات کی وجہ سے صحت کی دیکھ بھال کے اہم چیلنجز کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

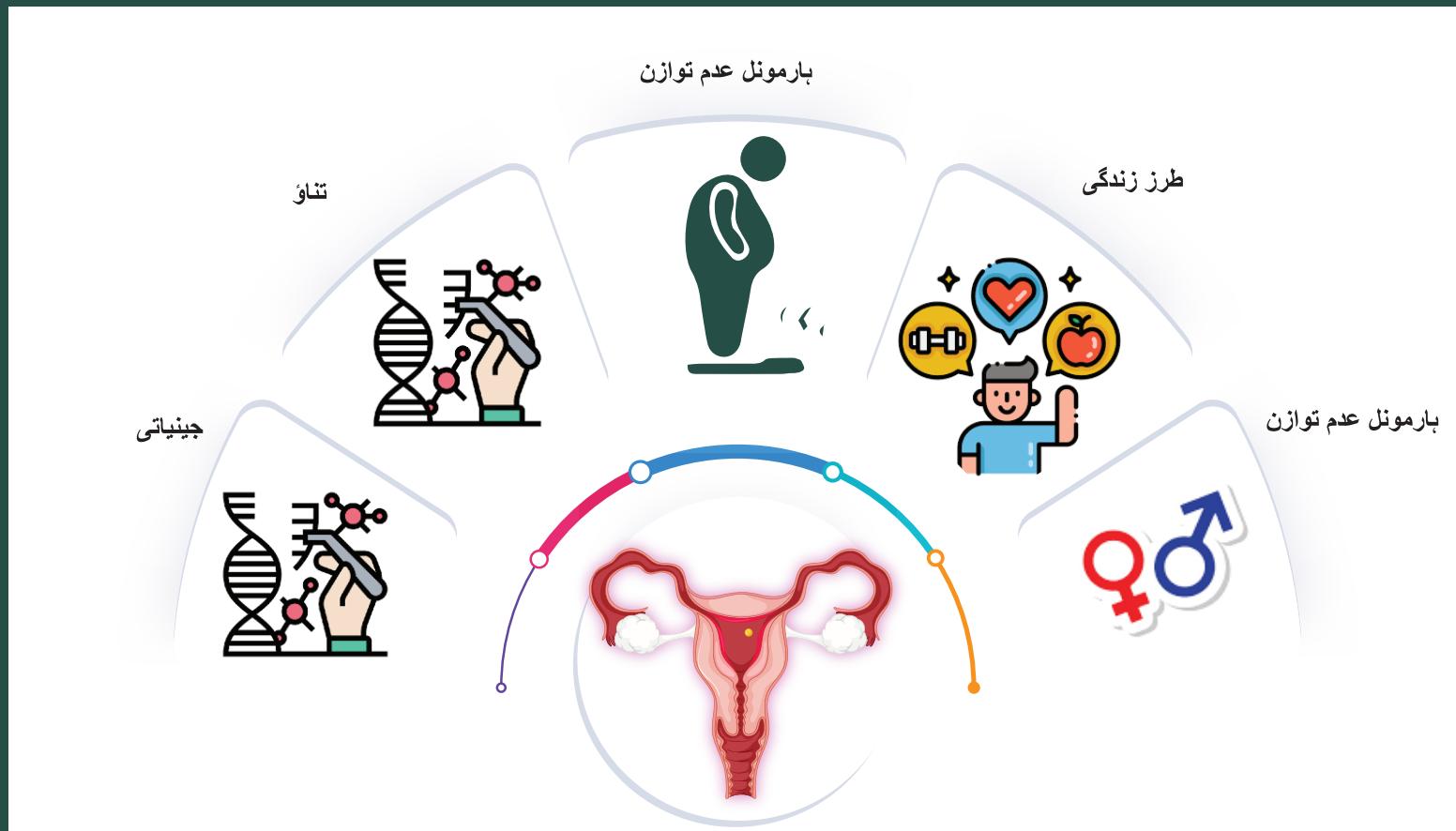
وبائی مرض PCOS

جبکہ ہندوستان میں اس کا پھیلاو عالمی اوسط سے زیادہ ہے،
کے معاملات بڑھ رہے ہیں PCOS جب کہ دنیا بھر میں



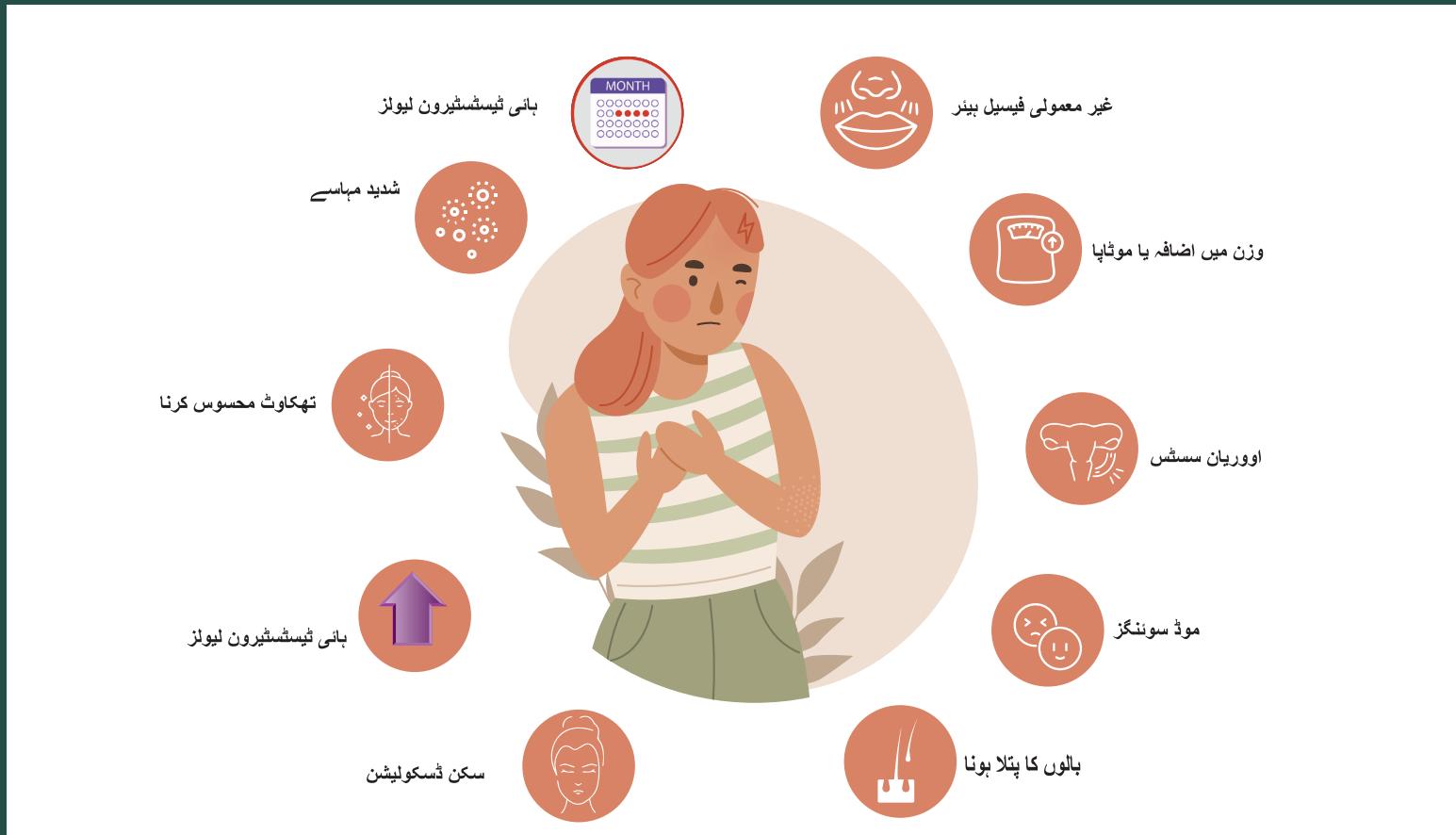
PCOS کی وجوہات

"کا اخراج نامعلوم ہے، لیکن عوامل میں جینیات، انسولین کی مزاحمت اور سوزش شامل ہیں۔ PCOS"



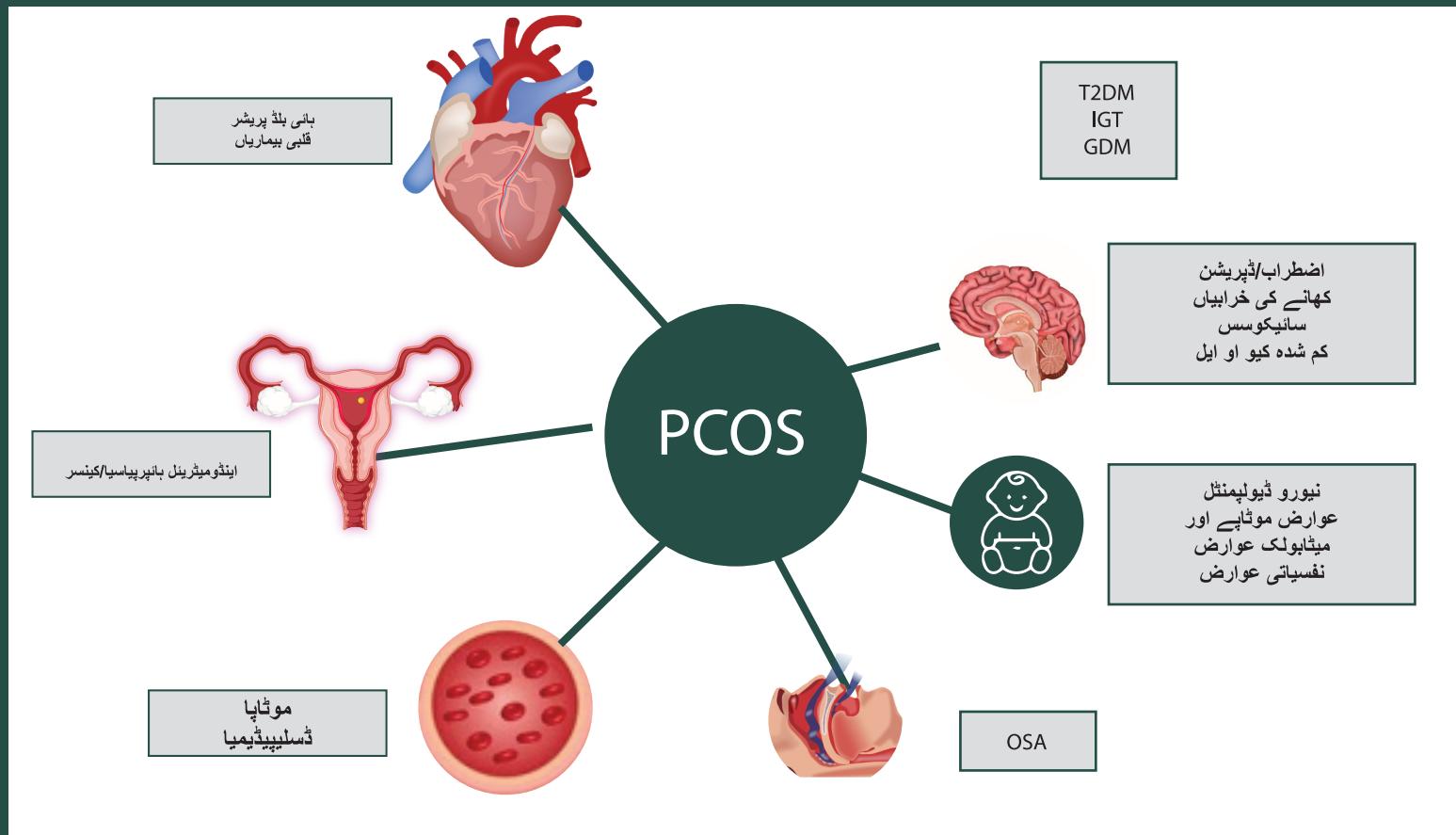
PCOS کی علامات

عام علامات میں فاسد ادوار، چہرے اور جسم کے زیادہ بال (ہرسوٹزم) مہاسوں کا موٹاپا، اور بانجھ پن شامل ہیں۔



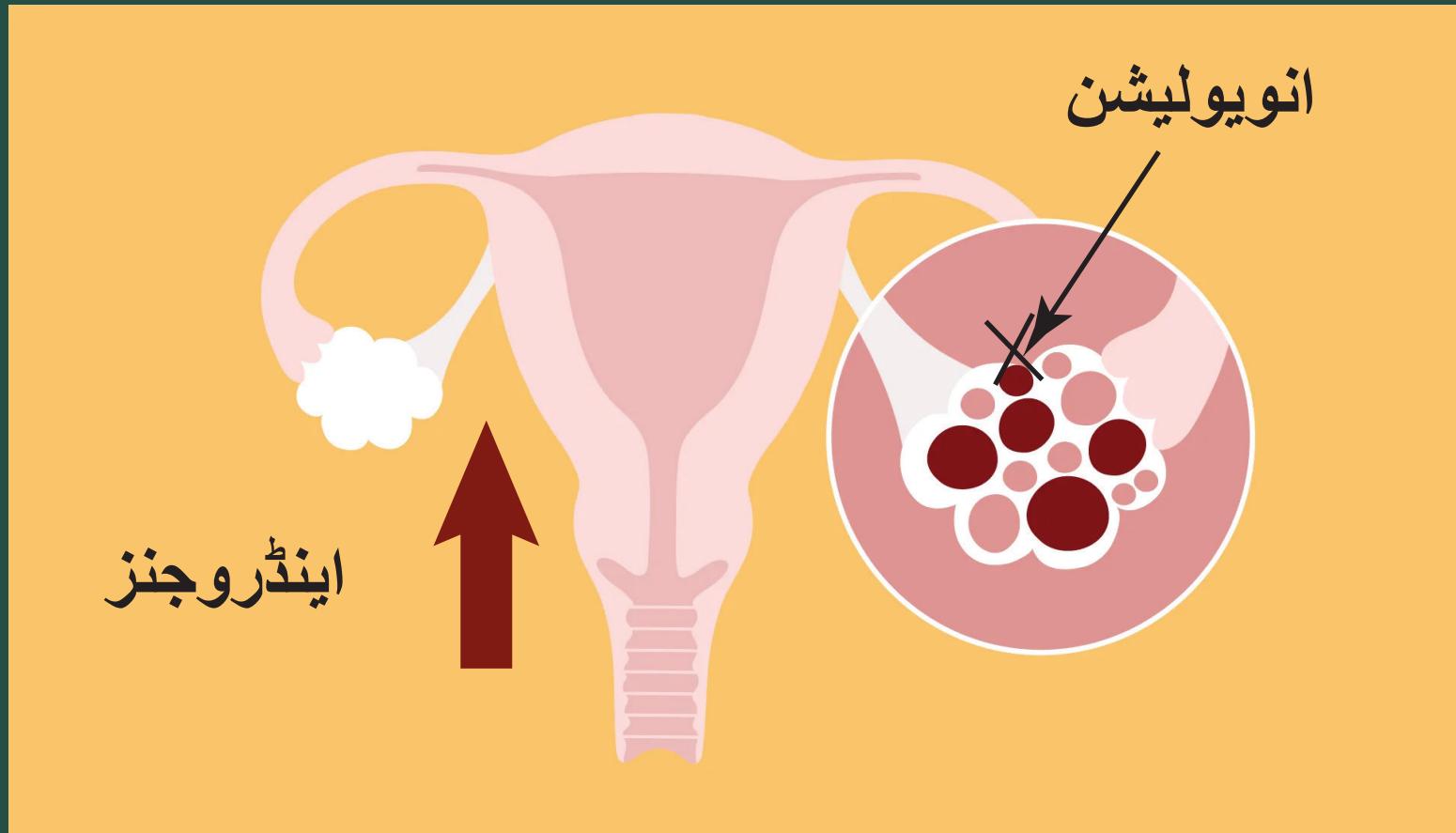
لانگ-ٹرم صحت کے ایشوز

طویل مدتی صحت کے مسائل میں ٹائپ 2 نیابیطس، دل کے امراض
ہائی بلڈ پریشر، نیند کی کمی، اور اینڈومیٹریال کینسر شامل ہو سکتے ہیں۔



PCOS کے ساتھ سبفرٹیلٹی

بے قاعدہ بیضہ دانی یا اینویولیشن پی سی
او ایس اینڈروجن کی وجہ سے زرخیزی کی ایک بڑی وجہ ہے۔



انتظام-ظرز زندگی

ظرز زندگی کے انتظام میں صحت مند وزن کو برقرار رکھنا، باقاعدگی سے شامل ہے۔ ورزش کریں، اور ایک متوازن غذا باقاعدہ ماہواری سائیکلوں اور مدد کرنے کے لیے علامات کو بہتر بنائیں۔

PCOS کا طرز زندگی



جسمانی طور پر سرگرم رہیں



صحت مند وزن کو برقرار رکھیں



متوازن غذا لین



جذباتی تدرستی



ضمیمه

انتظام-اویولیشن انڈکشن

اویولیشن انڈکشن میں بیضہ کی حوصلہ افزائی کے لیے کلومفین سائٹریٹ لیٹروزول، یا گونڈوٹروپین جیسی دوائیں شامل ہو سکتی ہیں۔

منشیات	کلومفین سائٹریٹ	لیٹروزول	میٹفارمن	گونڈوٹروپین
جائزیات	اینٹھی-ایسٹروجنک ایسٹروجن کی سیاہ منفی رانے گونڈوٹروپس کے اخرج کے لیے پیشوٹری کو متحرک کرتا ہے نارمل/فولیکیولر کی نشوونما	ارومیٹیز انہبیٹر اینڈروجن کو ایسٹروجن میں تبدیل ہونے سے روکنا ایسٹروجن کے منفی فیڈ بیک کو روکتا ہے اویولیشن کو متحرک کرتا ہے	انسولین سنٹانزر ہیپاٹک گلوکوز کی پیداوار کی روک تہام اوورین اینڈروجن کی پیداوار کو کم کرتا ہے اویولیشن کو بہتر بناتا ہے	GnRH-a پیشوٹری کو غیر فعال کرتا ہے FSH کی رطوبت کو LH روکتا ہے LH سرج اویولیشن کو متحرک کریں
میکانزم کا ایکشن				RSI پر کی ایکٹیوٹی بلک GnRH اویولیشن کو غیر فعال کرتا ہے FOLIC کی رطوبت کو LH روکتا ہے LH اویولیشن کو متحرک کریں
اویولیشن پر اثرات				

انتظام-ماہواری کی ریگولیریٹی

ماہواری کی باقاعدگی کو منظم کرنے میں ہرمونل برٹھ کنٹرول گولیاں، پروجسٹن تھراپی، یا طرز زندگی میں تبدیلیاں ماہواری چکروں کو منظم کرنے کے عمل میں شامل ہو سکتی ہیں۔



"شکریہ"

