

Thừa estrogen là gì? Nguyên nhân, triệu chứng, điều trị và cách phòng ngừa thừa estrogen

Cơ thể phải estrogen cho tính mạng sinh con, tim mạch cũng như xương. Tuy vậy, nồng độ estrogen quá dài có khả năng dẫn đến rối loạn kinh nguyệt và làm cho trầm trọng thêm những hiện tượng nguy hại tới tính mạng của bạn. Y bác sĩ có khả năng giúp bạn phỏng đoán lý do dẫn đến thừa estrogen cũng như đề xuất các cách chữa hữu ích.

Nghiên cứu chung thừa estrogen

Estrogen là 1 cái hormone siêu thiết yếu giúp tính mệnh của phái đẹp, nam giới cùng với quá trình tăng trưởng sinh sản.

Estrogen cho điều chỉnh lượng cholesterol, giữ sức khỏe của xương và nguy hiểm đến cảm xúc. Tại nữ giới, estrogen có khả năng nguy hại tới mang bầu, độ tuổi dậy thì, chu kỳ kinh cũng như hết kinh.

Thì có ba chiếc estrogen hàng đầu :

Estrone (E1) : Là cái estrogen hàng đầu tại phái mạnh, cũng là dạng estrogen chính tại phụ nữ dưới tắt kinh. Tinh hoàn ở cánh mày râu, buồng trứng cũng như nhau thai ở phái yếu, hoặc các mô mỡ sẽ phân phối estrone từ androstenedione hay androgen.

- Estradiol (E2) : Là mẫu estrogen mạnh nhất cùng với nó đạt nồng độ cao nhất thời điểm phái yếu trong tuổi sinh đẻ. Những chuyên gia sẽ quan sát dạng estrogen này ví dụ 1 biểu hiện giúp tính mệnh buồng trứng.
- Estriol (E3) : Nhau thai phân phối dòng estrogen này, đạt mức dài nhất trong thời kỳ mang thai. Số lượng estriol tăng lên theo thai kỳ.

Quá trình thay đổi nồng độ estrogen có khả năng nguy hiểm tới nhiều vùng của cơ thể, gồm đội ngũ sinh con, da, tóc, xương, cơ, não bộ cùng với mô nhũ hoa. Quá trình dao động này cũng có khả năng gây nên các nguy hại tại nam giới.

Khi đối tượng nữ giới liệu có số lượng estrogen lớn so sở hữu progesterone, Việc này được gọi là sự thống trị của estrogen (estrogen dominance).

Biểu hiện thừa estrogen

Các triệu chứng cùng với triệu chứng của thừa estrogen

Dấu hiệu và biểu hiện của thừa estrogen tại các chị em :

[phòng khám đa khoa tốt nhất hà nội](#)

[địa chỉ khám nam khoa uy tín ở hà nội](#)

[khám sinh lý nam ở đâu](#)

[chữa bệnh xuất tinh sớm ở đâu](#)

[nên cắt bao quy đầu ở bệnh viện nào](#)

[cắt bao quy đầu bao nhiêu tiền](#)

[khám phụ khoa ở đâu tốt nhất hà nội](#)

[chữa bệnh trĩ ở đâu tốt nhất hà nội](#)

[chữa bệnh trĩ bao nhiêu tiền](#)

[phá thai tại hà nội](#)

[giá phá thai](#)

[phá thai an toàn nhất](#)

[chi phí xét nghiệm sùi mào gà](#)

[bệnh lậu chữa o dau](#)

[chữa bệnh lậu hết bao nhiêu tiền](#)

[chữa hôi nách ở đâu tốt](#)

[điều trị sùi mào gà ở đâu](#)

Nâng cao cân, đặc thù là vùng hông và eo;

- Tăng dấu hiệu của chứng bệnh tiền kinh nguyệt;
- Mệt mỏi;
- Núm ti căng cứng như đau;
- "đèn đỏ" ko đều;
- Giảm kích thích tình dục;
- Tâm trạng yếu hay lo sợ.

Những biểu hiện kèm theo của thừa estrogen có khả năng gồm có :

Đầy hơi;

- Nhức đầu;
- Biến đổi giấc ngủ;
- Rụng tóc.

Biểu hiện cùng với triệu chứng của thừa estrogen tại con trai :

Ngực lớn tại con trai, còn được gọi là chị em hoá tuyến núm ti (gynecomastia);

- Rối loạn cương cứng dương;
- Bệnh vô sinh.

Thừa estrogen ở đàn ông có khả năng dẫn tới nữ giới hoá tuyến núm vú

Theo 1 tìm hiểu năm 2018, nồng cấp độ estrogen lớn cũng liệu có mối quan hệ đến việc tăng số trường hợp trầm cảm ở đàn ông.

Ảnh hưởng có khả năng bất gặp lúc thừa estrogen

Ví như một người bệnh thì có số lượng estrogen lớn thường xuyên trong một thời gian dài, Điều này sẽ làm cho tăng khả năng của họ về :

Tăng huyết áp;

- Tạo thành huyết khối;
- Hạ canxi máu;
- Ung thư vú;
- Ung thư cổ dạ con.

Thừa estrogen cũng có thể khiến nặng nề thêm các tình hình bệnh lý đã có trước ấy như hen phế quản hoặc bệnh động kinh.

Một nghiên cứu năm 2017 ở Hàn Quốc đã từng tựu nhóm thấy mối quan hệ giữa hàm số lượng estriol tự bởi cao cũng như vấn đề nâng cao khả năng nhiễm bệnh đái tháo đàng thai kỳ.

Thừa estrogen có thể dẫn tới ảnh hưởng tăng máu áp

Thời gian nào cần bắt gặp bác sỹ ?

Giả dụ bạn nhiễm bệnh các triệu chứng nêu trên, có thể bạn đang bắt gặp tình hình biến mất cân với nội tiết tố, hãy tới gặp y bác sỹ để được thăm khám cũng như giải đáp. Chuyên gia sẽ giúp bạn nghiên cứu coi các dấu hiệu này liệu có phải vì bệnh lý tiềm ẩn hay do loại thuốc nào đó mà bạn đang sử dụng dẫn tới.

Nguyên nhân thừa estrogen

Mức estrogen của bạn có thể lớn do :

Bản thân người phân phối ra nhiều estrogen.

- Bạn đang nhận được rất nhiều estrogen trong mẫu thuốc mà bạn đang dùng.
- Người bạn không phân hủy estrogen cùng với dòng phá nó dứt điểm người đó là bình thường.

Phổ biến nguyên nhân có khả năng hỗ trợ làm nâng cao estrogen, gồm :

Thuốc : phương pháp hormone để trị nồng cấp độ estrogen rẻ, trường hợp dùng ko phù hợp có thể khiến cho nồng mức độ estrogen của bạn phát triển thành quá dài. Có khả năng biến mất một thời gian thay đổi để liệu có được liều lượng khoa học với bạn.

- Mỡ trong người : Mô mỡ đào thải xuất estrogen. Đối tượng có số trường hợp mỡ trong cơ thể lớn có khả năng dẫn đến nồng cấp độ estrogen cao.
- Lo lắng : người bạn cung cấp ra hormone cortisol để tuân thủ mang tình trạng căng thẳng, thời gian đó có thể khiến cho suy giảm xác suất phân phối progesterone của cơ thể, gây nên estrogen trong người bạn dùng nên kiểm soát bởi progesterone.
- Rượu : uống rất nhiều rượu có khả năng khiến tăng nồng mức độ estrogen cùng với giảm thiểu khả năng biến hóa estrogen của người.
- Các vướn mắc về gan : Gan phá vỡ estrogen và chiếc phá nó khỏi cơ thể. Nếu gan ko vận động bình thường (bởi rộng rãi nguyên do không giống nhau), estrogen có khả năng không được chiếc bỏ dẫn tới tích tụ.

- Xenoestrogen tự hợp : Xenoestrogen lắng đọng là những hóa chất được tậ phát hiện trong môi trường, hoạt động giống như estrogen thời điểm chúng lên trong cơ thể. Chất này có thể khiến nâng cao số lượng estrogen trong người. Xenoestrogen gồm các cái như bisphenol A (BPA) cũng như phthalates. Cả hai mẫu hóa chất này đều được dùng trong rộng rãi dòng nhựa. Xenoestrogen cũng có thể được chọn thấy trong thuốc trừ sâu, sản phẩm tẩy rửa gia dụng cùng với một số cái xà phòng cùng với dầu gội ban đầu.

Sử dụng thuốc chứa estrogen ngoại sinh có khả năng gây thừa estrogen

Khả năng thừa estrogen

Người nào có nguy cơ nhiễm bệnh thừa estrogen ?

Một vài nhóm bệnh nhân có thể cao gặp phải tình trạng thừa estrogen, thí dụ đó là các quý khách hormone thay thế, béo phì, bệnh lý u xơ tử cung, u xơ buồng trứng,...

Lý do khiến tăng nguy cơ nhiễm bệnh thừa estrogen

Nhiều tác nhân có thể góp phần lên tình trạng thừa estrogen, gồm :

Béo phì;

- Căng thẳng;
- Uống rượu;
- Những câu hỏi bệnh lý ví dụ hội chứng buồng trứng đa nang, hiện tượng lạc nội mạc tử cung cùng với những bệnh ung thư liên quan.

Ở con trai, estrogen cũng có thể nâng cao dài so với số lượng testosterone trong người ví như nồng mức độ testosterone thấp.

Cách phỏng đoán và điều trị thừa estrogen

Cách kiểm tra cùng với kết luận thừa estrogen

Thì có ba mẫu estrogen mà cơ thể bạn tạo ra như là từng nêu phía trên. Thăm khám estrogen có khả năng đo cả ba : Estrone (E1), estradiol (E2) cùng với estriol (E3). Y bác sĩ sẽ tuân thủ dùng dòng huyết để thăm khám.

Bí quyết trị thừa estrogen tác dụng tốt

Bác sĩ sẽ chỉ ra những lựa tậ chữa cho bạn tùy thuộc lên lý do gây ra thừa estrogen của bạn. Trong một số tình huống, thay đổi thói quen sống có thể bổ ích. Nếu nồng mức độ estrogen dài làm cho nâng cao nguy cơ ung thư hoặc khiến trầm trọng thêm bệnh lý ung thư mà bạn đã từng mắc phải, y bác sĩ có thể đề ra các cách trị tích cực hơn.

Có rất ít dòng thuốc hạn chế trực tiếp estrogen. Bình thường, điều nhu yếu là định vị lý do cơ bản và chữa lý do này đầu tiên.

Bác sỹ có thể thay đổi đơn thuốc của bạn ví như hormone bạn đang sử dụng gây ra nâng cao nồng mức độ estrogen trong huyết.

Các loại thuốc gồm có :

Thuốc ức chế Aromatase : Thuốc kìm hãm Aromatase được dùng để chữa ung thư vú. Chúng phòng ngừa những tế bào mỡ gây nên estrogen. Những chất ức chế Aromatase bao gồm Anastrozole (Arimidex), Exemestane (Aromasin) cũng như Letrozole (Femara).

- Chất chủ vận hormone làm giảm áp lực Gonadotropin (GnRH) : Chất chủ vận GnRH ngăn buồng trứng bắt thích estrogen.

Khẩu phần ăn uống & ngăn ngừa thừa estrogen

Những thói quen sống có khả năng giúp bạn làm giảm diễn tiến của thừa estrogen

Khẩu phần ăn uống :

Suy giảm số trường hợp phần trăm mỡ trong người của bạn : giảm sút lượng mỡ dư thừa trong người có khả năng làm giảm số lượng estrogen mà tế bào mỡ đào thải ra. Nhắc chuyện với chuyên gia của bạn hoặc bác sĩ dinh dưỡng về bí quyết giảm sút số trường hợp phần trăm mỡ trong người 1 phương pháp sử dụng các biện pháp an toàn để bạn nhận được những chất dinh dưỡng thiết yếu.

- Hạn chế lo lắng : giảm lo lắng cho giảm sút số lượng hormone căng thẳng mà cơ thể bạn sản xuất xuất có thể giúp cân bằng mức estrogen cũng như progesterone.
- Suy giảm chậm mang xenoestrogen tổng hợp : chưa thể hạn chế vĩnh viễn xenoestrogen tự hợp, nhưng mà bạn có khả năng hạn chế tiếp xúc. Hạn chế thuốc trừ sâu có đựng xenoestrogen bằng phương pháp sản thực phẩm hữu cơ vĩnh viễn trùng hợp và tiêu thụ các sản phẩm thịt không đựng hormone. Mua những mặt hàng cất trong hộp với giấy cùng với thủy tinh thay thế vì hộp nhựa lúc có khả năng.

Người bệnh thừa estrogen cần làm giảm chậm sở hữu xenoestrogen cô đọng

Khẩu phần ăn uống :

Ăn 1 chế độ sinh hoạt tốt cho sức khỏe : Ăn một khẩu phần ăn ít chất béo, phổ biến chất xơ, ít đường. Ăn rộng rãi đậu nành, hạt lanh cùng với những loại rau họ cải, chẳng hạn như là bông cải xanh cùng với cải xoăn. Cung cấp axit béo omega-3 trong khẩu phần ăn uống hay sử dụng thực phẩm cho thêm.

- Hạn chế uống rượu : loại phá rượu hoặc uống rượu thì có chừng mực có khả năng cho gan phân hủy estrogen.

Bí quyết ngăn ngừa thừa estrogen lợi ích tốt

Để phòng tránh tình hình thừa estrogen, bạn có thể làm theo những phương pháp dưới đây :

Cân với dưỡng chất : giữ gìn bạn thì có chế độ ăn uống cân với cũng như chứa nhiều chất xơ. Làm giảm tiêu thụ món ăn chứa hormone lớn mạnh của động vật, chất cấm cũng như chất dẫn tới ô nhiễm. Tăng cường vấn đề ăn các chiếc rau củ quả tươi, hạt cùng với món ăn thì có đựng chất ngăn chặn oxy hóa.

- Giảm sút sờ với chất gây ra ô nhiễm trùng : tránh tiếp xúc mang các chất gây ô nhiễm trùng trong môi trường, đó là thuốc trừ sâu, hóa chất trong sản phẩm làm cho đẹp cùng với chất gây ô nhiễm môi trường khác.
- Tập thể dục thường xuyên : tập luyện thể thao có thể giúp cân với hormone trong cơ thể. Tìm những vận động thí dụ đi bộ, chạy bộ, bơi lội hoặc tham gia lớp thể dục thể thao nhíp điệu.

- Thay đổi cân nặng : giảm cân nếu bạn đang có vấn đề về thừa cân hay béo phì.

Tuy nhiên, mỗi đối tượng thì có cơ hội sức khỏe và tiền căn không giống nhau, vì vậy trường hợp bạn gặp các biểu hiện hoặc lo lắng về tình trạng thừa estrogen, hãy vận dụng ý kiến của chuyên gia để được trả lời cũng như điều trị hợp lý.