

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

Người phải estrogen giúp sức khỏe có con, tim mạch cùng với xương. Mặc dù vậy, nồng độ estrogen quá dài có khả năng dẫn đến kinh nguyệt không đều cùng với khiến nặng thêm các tình trạng biến chứng đến sức khỏe của bạn. Bác sỹ có khả năng giúp bạn kết luận nguyên nhân gây ra thừa estrogen cũng như đề ch y các cách chữa bổ ích.

Nghiên cứu tổng quan thừa estrogen

Estrogen là một chiếc hormone siêu cần thiết giúp tính mệnh của phụ nữ, con trai cùng với quá trình tăng trưởng sinh sản.

Estrogen cho điều chỉnh số lượng cholesterol, duy trì sức khỏe của xương cùng với biến chứng đến cảm xúc. ở phái yếu, estrogen có thể ảnh hưởng tới có bầu, độ tuổi dậy thì, chu kỳ kinh nguyệt và tắt kinh.

Liệu có ba dòng estrogen chủ yếu :

Estrone (E1) : Là loại estrogen hàng đầu tại con trai, cũng là kiểu estrogen hàng đầu tại phụ nữ sau mãn kinh. Tinh hoàn tại cánh mày râu, buồng trứng cũng như nhau thai tại phái đẹp, hoặc những mô mỡ sẽ cung cấp estrone từ androstenedione hay androgen.

- Estradiol (E2) : Là dòng estrogen mạnh nhất cùng với nó đạt nồng cấp độ cao nhất khi các chị em trong tuổi sinh đẻ. Những bác sỹ sẽ quan sát dạng estrogen này đó là 1 dấu hiệu giúp tính mạng buồng trứng.
- Estriol (E3) : Nhau thai phân phối dòng estrogen này, đạt mức lớn nhất trong thời kỳ mang thai. Số lượng estriol tăng mạnh theo thời kỳ thai nghén.

Quá trình thay đổi nồng cấp độ estrogen có khả năng ảnh hưởng tới phổ biến vùng của cơ thể, gồm có đội ngũ có con, da, tóc, xương, cơ, não cũng như mô vú. Quá trình dao động này cũng có khả năng dẫn đến các ảnh hưởng ở phái mạnh.

Khi bệnh nhân phái đẹp thì có số lượng estrogen cao so với progesterone, Điều này được gọi là sự thống chữa trị của estrogen (estrogen dominance).

Triệu chứng thừa estrogen

Các biểu hiện và dấu hiệu của thừa estrogen

Triệu chứng và dấu hiệu của thừa estrogen tại phái yếu :

[bệnh viện nam khoa](#)

[chữa bệnh yếu sinh lý ở đâu tốt nhất tại Hà Nội](#)

[trị xuất tinh sớm ở đâu](#)

[cắt bao quy đầu ở đâu uy tín](#)

[cắt bao quy đầu hết bao nhiêu tiền](#)

[phòng khám phụ khoa tại hà nội](#)

[chữa bệnh trĩ ở hà nội](#)

[chữa bệnh trĩ hết bao nhiêu tiền](#)

[bệnh viện phá thai](#)

[chi phí phá thai an toàn](#)

[phá thai](#)

[chi phí chữa sùi mào gà](#)

[chua benh lau o dau tot nhat](#)

[điều trị bệnh lậu hết bao nhiêu tiền](#)

[cắt tuyến mồ hôi nách ở đâu](#)

[chua sui mao ga o dau](#)

Nâng cao cân, đặc thù là khu vực hông và eo;

- Tăng biểu hiện của chứng bệnh tiền kinh nguyệt;
- Mệt mỏi;
- Núm ti căng cứng như đau;
- Nguyệt san ko đều;
- Giảm kích thích tình dục;
- Tâm trạng kém hoặc sợ hãi.

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

Đầy hơi;

- Nhức đầu;
- Mất cân bằng giấc ngủ;
- Rụng tóc.

Biểu hiện cùng với dấu hiệu của thừa estrogen tại nam giới :

Ngực lớn ở nam giới, hay còn gọi là chị em phụ nữ hoá tuyến núm ti (gynecomastia);

- Rối loạn khả năng cương dương dương;
- Bệnh vô sinh.

Thừa estrogen ở da mặt râu có thể dẫn tới phái đẹp hoá tuyến núm vú

Theo 1 nghiên cứu năm 2018, nồng mức độ estrogen cao cũng thì có liên quan tới việc tăng số trường hợp trầm cảm tại đàn ông.

Ảnh hưởng có thể thấy thời gian thừa estrogen

Trường hợp 1 người có lượng estrogen lớn rất hay trong không lâu lớn, Điều này sẽ làm cho nâng cao khả năng của họ về :

Nâng cao máu áp;

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

Thừa estrogen cũng có thể làm trầm trọng thêm các hiện tượng bệnh lý từng thì có trước đây như là hen phế quản hay bệnh động kinh.

1 nghiên cứu năm 2017 tại Hàn Quốc đã chọn dòm thấy mối liên quan giữa hàm lượng estriol tự vì cao và việc nâng cao khả năng mắc bệnh giải tháo đường thời kỳ thai nghén.

Thừa estrogen có khả năng gây nguy hiểm nâng cao huyết áp

Thời điểm nào phải gặp bác sĩ ?

Giả dụ bạn nhiễm bệnh các dấu hiệu nêu trên kia, có khả năng bạn đang thấy tình trạng mất cân với nội đào thải tố, hãy đến thấy y bác sĩ để được khám cùng với giải đáp. Y bác sĩ sẽ cho bạn nghiên cứu coi những dấu hiệu này liệu có bắt buộc vì bệnh lý tiềm ẩn hay bởi chiếc thuốc nào đó mà bạn đang sử dụng gây nên.

Nguyên do thừa estrogen

Mức estrogen của bạn có thể lớn bởi :

Mình cơ thể phân phối xuất quá nhiều estrogen.

- Bạn đang nhận được rất nhiều estrogen trong loại thuốc mà bạn đang sử dụng.
- Cơ thể bạn không phân hủy estrogen cũng như loại bỏ nó dứt điểm cơ thể như là thông thường.

Đa dạng lý do có khả năng góp phần làm cho tăng estrogen, gồm :

Thuốc : kĩ thuật hormone để trị nồng độ estrogen thấp, trường hợp sử dụng không thích hợp có khả năng làm nồng độ estrogen của bạn phát triển thành quá lớn. Có thể biến mất không lâu điều chỉnh để thì có được liều lượng hợp lý mang bạn.

- Mỡ trong người : Mô mỡ tiết chảy estrogen. Người thì có số trường hợp mỡ trong người dài có thể dẫn đến nồng mức độ estrogen dài.
- Căng thẳng : cơ thể bạn phân phối xuất hormone cortisol để làm theo mang hiện tượng lo lắng, thời gian đó có khả năng khiến suy nhược khả năng cung ứng progesterone của người, gây ra estrogen trong cơ thể bạn đừng nên kiểm chế do progesterone.
- Rượu : sử dụng rất nhiều rượu có khả năng làm cho nâng cao nồng độ estrogen cũng như làm giảm xác suất chuyển hóa estrogen của cơ thể.
- Các vấn đề về gan : Gan bỏ vỡ estrogen cùng với chiếc bỏ nó khỏi người. Ví như gan không vận động thông thường (bởi phổ biến nguyên do khác nhau), estrogen có khả năng không nên cái phá gây ra lắng đọng.

- Xenoestrogen cô đọng : Xenoestrogen tụ hợp là các hóa chất được tập trung thấy trong môi trường, hoạt động tương tự như estrogen thời điểm chúng tới trong cơ thể. Chất này có khả năng làm cho tăng số lượng estrogen trong cơ thể. Xenoestrogen gồm có những cái như là bisphenol A (BPA) cũng như phthalates. Cả hai mẫu hóa chất này đều được dùng trong phổ biến dòng nhựa. Xenoestrogen cũng có thể được chọn thấy trong thuốc trừ sâu, sản phẩm tẩy rửa gia dụng và một vài chiếc xà để phòng cùng với dầu gội đầu.

Sử dụng thuốc cắt estrogen ngoại sinh có khả năng gây nên thừa estrogen

Khả năng thừa estrogen

Người nào có khả năng bị bệnh thừa estrogen ?

Một số nhóm người có thể cao mắc phải hiện tượng thừa estrogen, ví dụ như là các người mua hormone thay, béo phì, bệnh lý u xơ tử cung, phì đại buồng trứng,...

Lý do làm cho tăng nguy cơ mắc phải thừa estrogen

Đa dạng lý do có khả năng giúp vào tình trạng thừa estrogen, gồm có :

Béo phì;

- Căng thẳng;
- Dùng rượu;
- Những khúc mắc bệnh lý đó là hội chứng buồng trứng đa nang, hiện tượng lạc nội mạc tử cung và các bệnh ung thư liên quan.

Ở nam giới, estrogen cũng có thể nâng cao dài so với lượng testosterone trong cơ thể trường hợp nồng độ testosterone phải chăng.

Cách phỏng đoán và chữa trị thừa estrogen

Phương pháp xét nghiệm cũng như chẩn đoán thừa estrogen

Thì có ba chiếc estrogen mà cơ thể bạn tạo nên như là đã nêu ở trên. Thăm khám estrogen có khả năng đo cả ba : Estrone (E1), estradiol (E2) cùng với estriol (E3). Y bác sĩ sẽ làm theo lấy cái huyết để kiểm tra.

Cách chữa thừa estrogen lợi ích tốt

Chuyên gia sẽ đưa ra những lựa sắm chữa trị cho bạn phụ thuộc lên nguyên nhân dẫn đến thừa estrogen của bạn. Trong một vài tình huống, biến đổi lối sống có thể bổ ích. Nếu nồng độ estrogen dài làm cho nâng cao khả năng ung thư hay làm trầm trọng thêm bệnh lý ung thư mà bạn đã từng nhiễm bệnh, y bác sĩ có thể đề ra các phương pháp chữa tốt đẹp hơn.

Thì có rất ít mẫu thuốc làm giảm thẳng estrogen. Bình thường, điều thiết yếu là xác định lý do cơ bản cùng với chữa lý do này thứ nhất.

Bác sĩ có thể điều chỉnh đơn thuốc của bạn nếu hormone bạn đang dùng dẫn tới tăng nồng độ estrogen trong huyết.

Các cái thuốc gồm có :

Thuốc ức chế Aromatase : Thuốc ức chế Aromatase được sử dụng để chữa ung thư vú. Chúng ngăn ngừa các tế bào mỡ gây nên estrogen. Những chất ức chế Aromatase 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.

Chế độ dinh dưỡng & phòng tránh thừa estrogen

Các lối sống có thể cho bạn hạn chế diễn tiến của thừa estrogen

Chế độ ăn uống :

Giảm số trường hợp phần trăm mỡ trong người của bạn : giảm số lượng mỡ dư thừa trong cơ thể có khả năng hạn chế lượng estrogen mà tế bào mỡ đào thải chảy. Kể chuyện sở hữu bác sỹ của bạn hoặc chuyên gia dinh dưỡng về phương pháp giảm sút số trường hợp phần trăm mỡ trong cơ thể một bí quyết sử dụng các biện pháp an toàn để bạn nhận được các chất dinh dưỡng thiết yếu.

- Giảm bớt căng thẳng : giảm lo lắng cho giảm số lượng hormone căng thẳng mà cơ thể bạn phân phối chảy có thể cho cân với mức estrogen và progesterone.
- Giảm sút chạm mang xenoestrogen tổng hợp : không thể hạn chế tận gốc xenoestrogen tự hợp, tuy nhiên bạn có thể giảm thiểu sừ. Hạn chế thuốc trừ sâu thì có chứa xenoestrogen bằng phương pháp chọn món ăn hữu cơ hoàn toàn trùng hợp cũng như tiêu thụ các sản phẩm thịt không đựng hormone. Tậu các mặt hàng chứa trong hộp với giấy và thủy tinh thay do hộp nhựa khi có khả năng.

Bệnh nhân thừa estrogen cần làm giảm tiếp xúc mang xenoestrogen cô đọng

Khẩu phần ăn uống :

Ăn 1 chế độ dinh dưỡng khoa học : Ăn một chế độ ăn ít chất béo, nhiều chất xơ, ít đường. Ăn nhiều đậu nành, hạt lanh cùng với các cái rau họ cải, chẳng hạn ví dụ bông cải xanh cũng như cải xoăn. Cho thêm axit béo omega-3 trong chế độ ăn uống hay dùng món ăn cung cấp.

- Giảm thiểu uống rượu : cái bỏ rượu hoặc dùng rượu thì có chừng mực có khả năng cho gan phân hủy estrogen.

Cách ngăn ngừa thừa estrogen tác dụng tốt

Để phòng ngừa tình hình thừa estrogen, bạn có khả năng tuân theo những mẹo dưới đây :

Cân bằng dưỡng chất : giữ gìn bạn liệu có khẩu phần ăn uống cân bằng cùng với giàu chất xơ. Giảm thiểu tiêu thụ đồ ăn chứa hormone tăng trưởng của động vật, chất cấm cùng với chất dẫn tới ô nhiễm. Cải thiện việc ăn những mẫu rau quả tươi, hạt và món ăn thì có chứa chất chống oxy hóa.

- Giảm sừ sở hữu chất gây ra ô nhiễm : hạn chế sừ với những chất dẫn tới ô nhiễm trùng trong môi trường, như là thuốc trừ sâu, hóa chất trong sản phẩm làm cho đẹp và chất dẫn tới ô nhiễm môi trường khác.
- Tập luyện thể dục thể thao đều đặn : tập luyện thể dục có khả năng cho cân bằng hormone trong cơ thể. Mua những vận động ví dụ đi bộ, chạy bộ, bơi lội hay tham gia lớp thể dục nhịp điệu.
- Thay đổi cân nặng nề : suy giảm cân trường hợp bạn đang liệu có vướng mắc về thừa cân hay

béo phì.

Mặc dù vậy, mỗi người bệnh thì có cơ hội tính mệnh cùng với tiền căn khác nhau, vì vậy giả dụ bạn thấy các triệu chứng hay lo lắng về hiện tượng thừa estrogen, hãy vận dụng ý kiến của bác sĩ để được giải thích cũng như trị phù hợp.