



IN THE NAME OF GOD

POF, POI

POF / POI

- POF :the loss of normal ovarian function before the age of 40 years
- 1% of women under 40 years old and 0.1% of women under 30 years old.
 - Genetic(turner, fragile X, galactosemia) and
 - non-genetic : autoimmunity, environmental toxins, and chemicals (chemo, radio, CMV)
 - Idiopathic
 - Primary
 - Secondary : surgery, chemo radio, infection

POF / POI

- Amenorrhea
- Hypoestrogenic
 - hot flashes
 - night sweats
 - insomnia
 - mood changes
 - dry vagina
- Hypergonadotropic
- Decreased ovarian reserve , infertility

POF / POI

POI : chromosomal, autoimmune, chemo radio

40 y: 0.01

Some follicle remaining

5-10% fertility

CASE

- <40 Y
- Amenorrhea 4M

POF / POI

- \uparrow FSH > 20 u/l or 30
- \downarrow Estradiol
- Karyotype: turner, Y segment (tumor risk \rightarrow gonadectomy)
 - <30 y
 - >30 y in short women
- Fasting cortisol, TSH in autoimmune

POF TRATMENT

- Lifestyle changes:
 - regular exercise
 - balanced diet, avoid excessive alcohol consumption
 - avoiding smoking
 - **Emotional support**: from a counselor or support group
 - stress can cause changes in the hypothalamic-pituitary-adrenal (**HPA**) axis
- HRT

POF / POI

○ درمان نوع اولیه در هر زمان (جنینی، قبل از بلوغ)

- اول هورمون رشد
- بعد استروژن با دوز پایین
- بعد افزایش دوز استروژن
- بعد پروژسترون وگرنه اگر همزمان با استروژن بدهیم مراحل تکامل پستان را طی نمی کنید

○ در نوع ثانویه

○ هورمون درمانی با دوز بالاتر از یائسگی و تا 51 سالگی

- فول دوز استروژن: استروژن کنژوگه 0.625 یا 1.25
- خوراکی
- ترنس درمان
- واژینال در کنار سیستمیک
- + سیکلیک پروژسترون (برای جلوگیری از هیپرپلازی اندومتر) (میکرونیزه، مدروکسی پروژسترون استات 10 میلی گرم 12 تا 14 روز)
- پیگیری و تنظیم دوز بر اساس علائم نه آزمایش
- این هورمون درمانی نقش جلوگیری از بارداری را ندارد

POF TRATMENT

- HRT with estrogen and progesterone → regulate **hormone levels** and ↓ **symptoms**: hot flashes

- **بدون کنتر اندیکاسیون مطلق** (ترومبوز وریدی فعال یا ترومبوآمبولی، بیماری کبد، کنسر سینه و اندومتر) نباید از **استروژن محروم** شوند:

- کاهش استئوپورز و بیماری قلبی عروقی، حفظ کیفیت زندگی و فعالیت جنسی

- Fertility treatments: IVF or donor eggs

- بارداری معمولاً با IVF با تخمک یا جنین اهدایی

- لتروزل (اندروژن ← استروژن)، کلومیفن تاثیری در باروری آنها ندارد

POF

خشکی: اتروفی تخمدانها

سده : غلظت سودا

سردی و خشکی بدن

اختلال گردش خون (ضعف قلب)

ضعف مغز و تخمدان: هورمونها

○ سبک زندگی مرطب

○ مقویات عمومی و دماغ و قلب: ژل رویال

○ مفرحات

○ نضج و اسهال سودا

○ القاء تخمک گذاری: بازگشت عملکرد تخمدان و کاهش عوارض

• دارویی: مدرات طمٹ، فیتواستروژن، فیتوپروژسترون

• یدای: بادکش و حجامت تخمدان و ساق

POF

○ سبک زندگی مرطب

- تغذیه
- لطیف مرطب خون ساز مقوی قلب و دماغ
 - انجیر انگور بادام
 - حریره بادام حلوائی مغزها
 - به، سیب، گلابی، گلاب، انار: مقوی قلب
 - شیر گاو
 - فرنی سوپ
 - تخم مرغ عسلی گوشت پرندگان و گوسفند
 - اب هویج هویج پلو کدو حلوائی (دسر، پلو، خورشت)
 - سکنجبین
 - پرهیز از مغلطات، مجففات و ترشی، و سایر سودازا

○ سبک زندگی مرطب

- خواب سر شب تنظیم هورمونها، خواب نیمروز کوتاه در فصول گرم
- ورزش معتدل: بهبود خونرسانی بدن و لگن، پیشگیری از عوارض قلبی عروقی
- ماساژ ریلسکاننت
- مدیریت حالات روانی: مفرح و رایحه درمانی
- تنفس عمیق کاهش ورودی ذهن
- حمام مرطب
- روغن مالی بادام بنفشه

POF

○ مفرحات

- زعفران: جلاب، فالوده سیب
- گل سرخ
- بادرنجبویه
- گل گاوزبان

POF

- تی بگ منضج سودا: منضج اخلاط غلیظ و مفتح سدد و مسهل سودا
 - عناب، سپستان، گل گاوزبان، بادرنجبویه، اسطوخدوس، پرسیاوشان، تخم بادیان، شاهتره، ریشه شیرین بیان
- نضج و اسهال سودا
 - منضج سودا
 - بادرنجبویه
 - ماء الجبن افتیمونی
 - مفرح گاوزبان

POF

- القاء تخمک گذاری بسته به ضخامت اندومتر
 - $5 < 8$
 - پونه (\downarrow FSH): اگر قاعدگی اتفاق افتد از روز پاکی ۱۵ روز ۳ ق غ در روز
 - پنج انگشت افزایش ضخامت آندومتر: 3bd هفته یا رها(پنج انگشت رازیانه تخم جزر: فیتو استروژن)
 - ماءالجبن: مرطب افزایش ضخامت کاهش سودا:
 - روغن مالی قسط یا بابونه دو بار در روز زیر شکم
 - بادکش تخمدان روزانه تا ایجاد قاعدگی
- اگر قاعدگی تا 6 ماه برقرار نشد هورمون درمانی
 - مصرف مدرات طمث و بادکش ساق در ضخامت کم اندومتر؟

POF

- تخمک گذاری بسته به ضخامت اندومتر
- اگر قاعدگی تا 6 ماه برقرار نشد
هورمون درمانی
- $8-5 <$ ریزش اندومتر
 - کنجد
 - اگر بعد از ۲ هفته قاعده نشد حجامت ساقین
- در صورت قاعدگی
 - درمانهای قبل و فوق

REFERENCES

- Premature Ovarian Insufficiency:
Past, Present, and Future
*Seung Joo Chon*¹, *Zobia Umair*^{2*} and
*Mee-Sup Yoon*², 2021 , *fcell*