

هورمون در مانی (Feminizing hormone therapy) ز نانه معمولاً در زنان تراجنسیتی برای ایجاد تغییرات فیزیکی در بدن که توسط هورمون های زنانه در دوران بلوغ ایجاد می شود، استفاده می شود. این تغییرات ویژگی های جنسی ثانویه نامیده می شود. این هورمون درمانی به هماهنگی بهتر بدن با هویت جنسی فرد کمک می کند. این مقاله توسط همکاران ما در قسمت نمونه گیری در منزل آزمایشگاه نیکو پاسداران تهیه شده است.

هورمون درمانی زنانه شامل مصرف دارو برای جلوگیری از عملکرد هورمون تستوسترون است. همچنین شامل مصرف هورمون استروژن است. استروژن مقدار تستوسترون بدن را کاهش می دهد. همچنین باعث ایجاد ویژگی های جنسی ثانویه زنانه می شود. هورمون درمانی زنانه می تواند به تنهایی یا همراه با جراحی زنانه انجام شود.

هورمون درمانی می تواند بر باروری و عملکرد جنسی تأثیر بگذارد و ممکن است منجر به مشکلاتی شود.

هورمون درمانی زنانه یک گزینه برای ترنس زنان است - افرادی که در بدو تولد مرد بودند (AMAB) اما خود را زن می دانند. این درمان یک درمان رایج برای نارسایی جنسیتی (شرایطی که در آن تفاوت بین ظاهر فیزیکی و جنسیت تعیین شده باعث ناراحتی می شود) است.

به بیان ساده، هورمون درمانی زنانه برای کسانی است که احساس می کنند بین ظاهر بیرونی و احساس واقعی جنسیت ناهماهنگی وجود دارد.

چه تغییراتی از هورمون درمانی زنانه می توان انتظار داشت؟

افرادی که در بدو تولد مرد هستند سطوح پایینی از استروژن تولید می کنند. هورمون درمانی زنانه تغییرات فیزیکی و عاطفی را به همراه دارد که با آناتومی و رفتار زنانه سازگارتر است.

با این درمان، هورمون ها شامل داروهای ضد آندروژن، استروژن و احتمالاً پروژسترون تجویز می شوند.

درمان ضد آندروژن تولید هورمون جنسی مردانه (تستوسترون) را مسدود می کند.

تغییراتی که در اثر درمان ضد آندروژن بروز می کنند، عبارتند از:

- کاهش توده عضلانی.
- نعوظ کمتر
- تغییر در میل جنسی (لیبیدو).

- بیضه های کوچکتر
- نازک شدن موهای صورت و بدن.

استروژن (استرادیول) تغییرات فیزیکی را افزایش می دهد که با ظاهر زنانه سازگارتر است.

پروژسترون درمانی همچنین ممکن است به ایجاد تغییرات فیزیکی زنانه کمک کند. تغییرات ناشی از استروژن یا پروژسترون درمانی عبارتند از:

- پوست نرم تر.
- چربی بیشتر روی باسن و صورت.
- سینه های پر حجم تر
- تغییرات خلقی، اضطراب یا افسردگی.

هورمون درمانی چه خطراتی را ایجاد می کند؟

تحقیقات نشان داده است که هورمون درمانی زنانه زمانی می تواند ایمن و موثر باشد که توسط یک پزشک با تخصص در مراقبت از ترنس ها ارائه شود. عوارض می تواند شامل موارد زیر باشد:

- لخته شدن خون در ورید عمیق یا در ریه ها
- مشکلات قلبی
- سطوح بالای تری گلیسیرید
- سطوح بالای پتاسیم در خون
- سطح بالای هورمون پرولاکتین در خون
- ترشح از نوک پستان
- افزایش وزن
- ناباروری
- فشار خون بالا
- دیابت نوع ۲

• سکتِه

شواهد حاکی از آن است که در افرادی که از هورمون درمانی زنانه استفاده می کنند، خطر ابتلا به سرطان سینه افزایش می یابد.

باروری:

هورمون درمانی زنانه ممکن است باروری را محدود کند. در صورت امکان، بهتر است قبل از شروع درمان در مورد باروری تصمیم گیری کنید. خطر ناباروری دائمی با استفاده طولانی مدت از هورمون ها افزایش می یابد. این به ویژه برای کسانی که هورمون درمانی را قبل از شروع بلوغ شروع می کنند صادق است.

اگر می خواهید بچه های بیولوژیکی داشته باشید، قبل از شروع هورمون درمانی زنانه، در مورد منجمد کردن اسپرم با پزشک خود صحبت کنید. این روش انجماد اسپرم نامیده می شود.

قبل از شروع هورمون درمانی زنانه، پزشک سلامت شما را ارزیابی می کند. این به رفع هر گونه مشکلی که ممکن است بر درمان تأثیر بگذارد کمک می کند. ارزیابی ممکن است شامل موارد زیر باشد:

- مروری بر سابقه پزشکی شخصی و خانوادگی شما.
- معاینه فیزیکی
- تست های آزمایشگاهی (همراه با نمونه گیری در منزل)
- مروری بر واکسیناسیون
- آزمایش های غربالگری برای برخی شرایط و بیماری ها. (همراه با نمونه گیری در منزل)
- بحث در مورد انجماد و باروری اسپرم

همچنین ممکن است یک ارزیابی سلامت رفتاری توسط یک پزشک متخصص در سلامت تراجنسیتی انجام شود که ارزیابی ممکن است شامل موارد زیر باشد:

- هویت جنسیتی.
- نارسایی جنسیتی.
- نگرانی های سلامت روان
- نگرانی های مربوط به سلامت جنسی

- تأثیر هویت جنسی در محل کار، مدرسه، خانه و محیط های اجتماعی.
- رفتارهای پرخطر، مانند مصرف مواد یا استفاده از تزریقات سیلیکون تایید نشده، هورمون درمانی یا مکمل ها.
- حمایت خانواده، دوستان و مراقبین.
- اهداف و انتظارات شما از درمان
- برنامه ریزی و مراقبت های بعدی.

افراد کمتر از ۱۸ سال، همراه با والدین یا قیم، باید به یک متخصص در سلامت ترانسنسیتی های کودکان مراجعه کنند تا درباره خطرات و مزایای هورمون درمانی و تغییر جنسیت در آن گروه سنی صحبت کنند.

چگونه باید برای هورمون درمانی زنانه آماده شد؟

- آموزش بیمار برای توضیح اینکه درمان چگونه کار می کند و چه چیزی را باید انتظار داشت. که شامل بررسی خطرات و منافع است.
- سابقه پزشکی برای بررسی شرایط وابسته به استروژن، مانند برخی سرطان های سینه و اندومتریوز.
- معاینه فیزیکی برای اطمینان از سلامت کافی برای شروع هورمون درمانی زنانه.
- آزمایشات خون، آزمایش ادرار و آزمایش عملکرد کبد. (همراه با نمونه گیری در منزل)
- ارزیابی سلامت روان برای تشخیص نارسایی جنسی همچنین درک بیمار از درمان و توانایی موافقت (رضایت) با آن

هورمون درمانی زنانه چگونه عمل می کند؟

بیمار با مصرف آنتی آندروژن ها برای جلوگیری از تولید تستوسترون شروع می کند. سپس بعد از چند هفته استروژن مصرف می کند. این هورمون به اشکال مختلفی وجود دارد، از جمله:

- قرص
- تزریق
- پماد
- پیچ پوستی

افرادی که هورمون درمانی زنانه را انتخاب می کنند با دوز کم استروژن شروع می کنند. مقدار مناسب برای هر فرد متفاوت است. پزشک نوع و دوز مناسب را تعیین می کند.

شروع با دوز کم به کاهش خطر و عوارض جانبی کمک می کند. سپس، همانطور که بدن به آن عادت می کند، پزشک دوز را افزایش می دهد. پس از دستیابی به نتایج مطلوب، پزشکان مصرف دوز کمتری را تا پایان عمر توصیه می کنند.

چه زمانی می توان متوجه تغییرات در بدن شد؟

سرعت رخ دادن تغییرات به عوامل مختلفی بستگی دارد. که شامل دوز و پاسخ بدن می شود. برای اکثر افراد، ۱۸ تا ۲۴ ماه طول می کشد تا به اثر کامل برسند.

بسیاری از زنان ترنس با این نوع درمان از نارسایی جنسیتی تسکین می یابند. داشتن ویژگی های فیزیکی که با هویت جنسی شما مطابقت دارد می تواند اضطراب و افسردگی را کاهش دهد. درمان افراد ترنس همچنین عزت نفس آنها را بهبود می بخشد. این عوامل به کیفیت بهتر زندگی کمک می کنند.

هورمون درمانی زنانه اغلب اولین گام در فرآیند تأیید جنسیت است. برخی از زنان ترنس نیز جراحی را برای ایجاد تغییرات بیشتر در ظاهر خود انتخاب می کنند. در حالی که جراحی یک نیاز نیست، گزینه های زیادی برای او وجود دارد، از جمله:

زنانه سازی صورت: رویه هایی که ظاهر چهره شما را تغییر می دهند. ممکن است شامل کوتاه کردن پیشانی یا نرم کردن زوایای فک باشد.

واژینوپلاستی: این روش شامل برداشتن آلت تناسلی، بیضه ها و کیسه بیضه است. جراحان از بافت باقی مانده برای ایجاد واژن کارآمد استفاده می کنند.

جراحی زنانه سازی صدا: جراحان تارهای صوتی را تغییر می دهند تا به شما کمک کنند صدایی زنانه تر داشته باشید.

هیچ رویکرد درست یا غلطی در مورد درمان های تأیید کننده جنسیت وجود ندارد. چیزی که ممکن است برای یک نفر مناسب باشد، ممکن است برای شما مناسب نباشد.

برخی از عوارض جانبی استروژن و آنتی آندروژن ها ممکن است شدید باشند یا نیاز به مراقبت فوری پزشکی داشته باشند.

در صورت تجربه موارد زیر فوراً باید به پزشک مراجعه کرد:

- چشم های برآمده.
- سرگیجه.
- کهمیر و تورم.
- خارش پوست.
- درد مفاصل.
- ضعف عضلانی.
- گزگز در بازوها یا پاها (نوروپاتی محیطی).
- استفراغ.
- زردی پوست یا چشم (یرقان).

منابع:

[/https://transcare.ucsf.edu](https://transcare.ucsf.edu)

[/https://www.mayoclinic.org](https://www.mayoclinic.org)

<https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/feminizing-hormone-therapy/about/pac-20385096>

<https://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A2%D9%86%D8%AF%D9%88%D9%85%D8%A%D8%B1%DB%8C%D9%88%D8%B2#:~:text=%D8%A2%D9%86%D8%AF%D9%88%D9%85%D8%AA%D8%B1%DB%8C%D9%88%D8%B2%20%DB%8C%D8%A7%20%D9%86%D8%A7%D8%A8%D9%87%E2%80%8C%D8%AC%D8%A7%DB%8C%DB%8>

C%20%D8%A2%D8%B3%D8%AA%D8%B1%20%D8%B1%D8%AD%D9%85,%D9%88%D8%B6%D8%B9%DB%8C%D8%AA%20%D8%A2%D9%86%D8%AF%D9%88%D9%85%D8%AA%D8%B1%D9%88%D8%B2%20%D9%88%20%D8%A7%D9%86%D8%AF%D9%88%D9%85%D8%AA%D8%B1%D9%88%D8%B2%20%D8%A7%D8%B3%D8%AA.&text=%D8%A7%DB%8C%D9%86%20%D8%AD%D8%A7%D9%84%D8%AA%20%D8%B2%D9%85%D8%A7%D9%86%DB%8C%20%D8%B1%D8%AE%20%D9%85%DB%8C%E2%80%8C%D8%AF%D9%87%D8%AF,%D9%88%20%D9%85%D8%A7%D9%87%DB%8C%DA%86%D9%87%20%D8%B2%D9%87%D8%AF%D8%A7%D9%86.%20%D8%B1%D8%B4%D8%AF%20%DA%A9%D9%86%D9%86%D8%AF

