

Türk Dermatoloji Derneđi

Hasta Bilgilendirme Broşürü

Hirsutizm (Kıllanma Artışı)

Kadınlarda görölen, erkek tipi kıllanma artışına hirsutizm denir. Hirsutizm bir hastalık olmayıp, sıklıkla altta yatan bir hastalığın belirtisidir. Hirsutizmdeki aşırı kıl büyümesi genellikle androjen dediğimiz erkek tipi hormonlara duyarlı bölgeler olan bıyık, çene, göğüs ve uylukta gözlenir.

Hirsutizm nedir?

Kadınların yüz ve vücudunda ince, soluk ve kısa olarak görünen tüylerin bulunması, normal bir durumdur. Kadınlarda, erkeklerde olduğu gibi; daha uzun, kalın ve daha belirgin kıllanma olmasına hirsutizm denir. Yaygın görölen bir durumdur ve doğurganlık çağındaki kadınların %5 ile %10'unu etkiler.

Hirsutizm nasıl oluşur?

Kıl köklerinde ifade edilen farklı genler, androjenlere farklı tepkiler gösterir. Bazı kıl kökleri androjenlere diğer bölgelere göre daha duyarlıdır. Androjenler hücre etkileşimleri ile kıl büyüme süresini, kıl kökü boyutlarını, kılın yapısındaki keratinosit ve kıla rengini veren melanosit hücrelerinin aktivitesini değiştirir. Küçük, neredeyse görünmez kıllar üreten küçük kıl kökleri, daha uzun, kalın ve koyu renkli kıllar oluşturan daha büyük köklere dönüşürler.

Hirsutizm sebepleri nelerdir?

Hirsutizm, bir hastalık olmayıp altta yatan bir hastalığın belirtisidir. Hirsutizm kadınlarda genellikle, androjen dediğimiz erkeklik hormonlarının artması veya kıl köklerinin androjenlere aşırı cevap vermesi ile ortaya çıkar. Testesteron en önemli androjen olup; kadınlarda yumurtalıklardan (overlerden) ve böbrek üstü bezlerinden (sürrenal bezler) bir miktar salgılanmaktadır. Bu hormonun artışı sıklıkla polikistik over sendromu denilen yumurtalık kaynaklı nedenlere bağılı olarak hirsutizme yol açar. Bu sendromda hirsutizme genellikle adetlerde düzensizlik, sivilce, kilo alımı, saç dökülmesi gibi bulgular da eşlik eder. Hirsutizmin diğer sık bir sebebi de idiyopatik hirsutizmdir. Burada kıllanma artışı dışında adet düzensizliği gibi başka herhangi bir bulgu görülmez. Cushing sendromu, yumurtalık veya böbreküstü bezinde hormon salgılayan tümörler, bazı ilaçların kullanımı, ve tiroid bezi hastalıkları da daha nadiren hirsutizme yol açan sebepler arasında yer alırlar. Şeker hastalığı, obezite ve insülin direnci de hirsutizmin oluşmasında risk oluşturmaktadır.

Ailesel olarak birçok kadında vücut kıllarında artış görülebilir. Hirsutizm ailesel olduğunda altta yatan hormonal bir bozukluk bulunmaz. Bu nedenle ailesel olgularda hormonal tedavi önerilmez.

Hirsutizmin bulguları nelerdir?

Hirsutizm genellikle ergenlik döneminin sonlarında fark edilir ve yaş ilerledikçe giderek daha şiddetli hale gelme eğilimindedir. Yüzde bıyık, çene ve favori bölgesinde; karında göbek deliği üstünde ve altında, göğüste meme uçlarında ve meme arasında; uyluk iç kısımları veya uyluğun tamamında; üst kollarda ve omuzlarda, sırtın üst ve alt bölgelerinde koyu, sert ve kalın kıllar gözlenir. Birkaç bölge birlikte tutulabilir. Hirsutizme sivilce, erkek tipi saç dökülmesi, kilo alımı, ve nadiren seste kalınlaşma, libido artışı eşlik edebilir.

Hangi durumlarda doktora başvurmalısınız?

Kadınlarda özellikle aniden oluşan; erkek tipi yani daha koyu, uzun ve kalın aşırı kıllanma varsa, adet düzensizliği mevcutsa mutlaka dermatoloğa başvurulmalıdır.

Hirsutizm tanısı nasıl konulur, test yapılmalı mıdır?

Dermatoloğunuz öncelikle tama yakın soyunmayı gerektiren ayrıntılı bir yüz ve vücut muayenesi ile sizde hirsutizm olup olmadığına karar verecektir. Muayeneye ek olarak ayrıntılı sorgulama ile ailesel bir tüylenme olduğunuza karar verilirse; herhangi bir tetkike gerek duyulmayacaktır. Bu durumda sebep genetik olup; endişelenmenize gerek yoktur. Ancak muayenede kılların dağılımına ve şiddetine göre hirsutizm dereceniz belirlendiyse; size hangi testlerin yapılması gerektiğine, yaşınıza, şikayetlerinize ve muayene bulgularınıza göre karar verecektir. Tanı aşamasında; kan tahlili ile hormon seviyelerinin ölçümü yapılır. Adet düzensizliği olmasa da ayırıcı tanı yapmak için jinekolojik ultrason ile yumurtalıklar değerlendirilir. Yumurtalıklar veya böbrek üstü bezlerinde tümörden şüphelendiği zaman ise bilgisayarlı tomografi gibi daha ileri görüntüleme yöntemlerine başvurulabilir.

Hirsutizm nasıl tedavi edilir?

Tedavi hirsutizme neden olan sebeplere ve hastanın şikayetlerine göre planlanır. Zaman kaybına yol açmadan hirsutizme neden olan hastalık tespit edilmelidir. Farklı branşlar tarafından, birlikte değerlendirme yapılmalı ve ekipte mutlaka bir dermatolog olmalıdır. Hastanın şikayetlerine göre; endokrinolog, jinekolog, radyolog, diyetisyen ve hatta davranış terapisti multidisipliner olarak ekibe dahil edilebilirler. Hasta obez ise tedaviye obezitenin tedavisi ile başlamak gerekir. Kilolu kadınlarda zayıflamak androjen seviyesini düşürüp hirsutizmi azaltabilir. Kilo vermeniz ve düzenli egzersiz kılınmanızın azalması için önemlidir. Eğer insülin direnci, metabolik sendrom veya şeker hastalığınız mevcut ise uygun ek tedaviler doktorunuz tarafından reçete edilebilir.

Doğum kontrol hapları yaygın olarak kullanılır. Bu ilaçlar hormon seviyelerini düşürüp kıllanmayı azaltır ve adeti düzenler. Bu ilaçların etkisinin gözlenmesi için 6-12 kullanılmalıdır.

Androjen baskılayan (anti-androjen) ilaçlar kullanılabilir (spironolakton, siproteron, finasterid gibi). İlaç tedavileri mevcut kılları dökerken, yeni tüylerin de oluşmasını ve kalınlaşmasını engeller. 6-12 ay tedavi sonrası kılların belirginliği azalır. Hirsutizm tedavisi için bu tür ilaçları alan kadınlar, bebekte kusurlara sebep olabileceğinden hamilelikten kaçınmalıdırlar.

Bazı kremler (eflornitin) kılların uzama hızını yavaşlatabilir. Etkileri 6-8 hafta kullanımdan sonra ortaya çıkar. İlaç kesildiğinde kıllar eski büyüme hızlarına geri dönerler. Diğer tedavilerle birlikte kullanıldıklarında daha etkilidirler.

Oluşmuş kıllar ağda veya traşlama, iğneli epilasyon, lazer epilasyon yöntemleri ile azaltılabilir. İğneli epilasyon ağrılı bir işlem olduğundan küçük alandaki kılları yok etmek amaçlı tercih edilebilir. İşlem sonrası iz bırakma riski olabileceğinden tecrübe gerektirir. Ancak kalıcı kıl azalması sağlar. Traşlama ve ağda ise kalıcı kıl azalması sağlamayan yöntemlerdir. Kılların renginin ağartılması kılların görünürlüğü azaltarak iyi bir kozmetik sonuç sağlayabilir. Lazer epilasyon en güncel tedavidir. Az ağrılı ve komforludur; kılların kalıcı azaltılmasını sağlar. 4-6 hafta aralıklarla uygulanan 6-8 seans ile başarı elde edilir. Lazer epilasyona hormon tedavisinin eklenmesi kılların çıkışını azaltması açısından faydalıdır. Ancak hormonal bir bozukluk varsa kıl çıkışının devam edebileceği unutulmamalıdır.

Sizde de erkek tipi kıllanma varsa sebeplerinin araştırılması ve tedavinizin planlanması için bir dermatoloğa başvurunuz.