

# The Jean Hailes Foundation for women's health

## ዕቤት አበራባሪ ሕክምና / Hormone Therapy

### ዕቤት አበራባሪ እንታይ'ዩ?

ዕቤት አበራባሪ (HT) ወይካዓ አብ ሰብነት ዕቤት አበራባሪ ምትካእ (HRT)፤ እዙይ ምስናይ ደቂኣንስቶ ዕቤት አበራባሪ ንጥንሲ ዘድሊ ፈሳሲ ውሽጢ እካል (oestrogen) ከምኡውን አብ ማህጸን ንጥንሲ ዘመቻቸእ ፈሳሲ (progesterone) ሕክምና ዝውሃብ ይኸውን፤ ከምኡውን ሓደሓደ ግዘ ናይ ኣወዳት ፍርንጭት ዘተባብዕ (testosterone) ሕክምና ይኸውን።

ናይ ፈሳሲ ዕቤት አበራባሪ ዓቕን ክውሕድ እንከሎ ነዚ ፀገም ዘጥፍእ ብሓኪም ትእዛዝ ይውሃብ እዩ — ብፍላይ oestrogen — አብ እዋን ጽጊያት ጠጠው ዝበለሉ ማለት ከም ሓዱሽ ክጅምር እንከሎ፤ ናይ ብልዕቲ ምንቃጽ፤ ብጭንቐት ሽንቲ፤ ዘይምቁፃር፤ ስሚዒት ኩነታት ምቕይያር ይኾኑ። ብትወሳኺ'ድማ ናይ ደቂኣንስቶ ዓጽሚ ብዝበለጸ ከይሰባበር እሞ ብካልእ ሕክምና ንምጽዋር እንተዘይተኻኢሉ ብዕቤት አበራባሪ (HT) ንምክልኻል ይኸእል እዩ።

ብመጥባሕቲ ምውጋድ ማህጸን ንዝገበራ ደቂኣንስቶ ንጥንሲ ፈሳሲ/Oestrogen ጥራይ ክወስዳ ብሓኪም ይእዘዝዮ። ደቂኣንስቶ ክሳብ ሕጂ ብናተን ማህጸን ዘለዎ እሞ ዕቤት አበራባሪ ጥንሲ ፈሳሲ/oestrogen ንበይኑ ምውሳድ አብ ማህጸን ክፍጠር ዝኸእል ዋህዮታት ካብ ዓቕን ንላዕሊ ስለዝገብር ንናይ ውሽጣዊ መንሸር/ endometrial cancer ፀገም ከምጽእ ይኸእል እዩ። እዙይ ፀገም አብ ማህጸን ንጥንሲ ዘመቻቸው ፈሳሲ/ progesterone ምስናይ ኣካላዊ ጥንሲ ፈሳሲ/Oestrogen ብምውሳድ ምቕናስ ይኻኣል እዩ። ናይ ማህጸን ንጥንሲ ዘመቻቸው ፈሳሲ/Progesterone ብካለ ሱም as 'progestin' ወይካዓ 'progestogen' ክብሃል እንተሎ ብክኒና ወይካዓ ብልጋብ ዓይነት መልክእ ይውሃብ እዩ።

ናይ ኣካላዊ ጥንሲ ፈሳሲ/Oestrogen ብከኒና፤ መለገቢ፤ ውሽጢ እካል ብምእታው፤ ብመርፍእ፤ ክሪም ወይካዓ አብ ርሕሚ ብዝኣትው መልክእ ክውሃብ ይኻኣል እዩ። ናይቲ መድሃኒት ዓቕንን ኣወሳስዳ ሚላታት ከምቲ ነብስወከፍ ድሌት ስለዝፈላለይ እሞ ቕድሚ ትክክለኛ ዓቕንን ሚላታት ለውጢታት ከድልይ ይኸእል እዩ። ብሓኪምኩም ሓበሬታን ምክትታል ክግበር ምሕታት እዩ።

### ክመጽእ ዝኸእል ናይ HT ፀገማት እንታይ እዮም?

ሓደሓደ ደቂኣንስቶ ከጋጥመን ዝኸእል፡

- ዕግርግር ምባል
- ናይ ሕባጥ ስሚዒት
- ናይ ጡብ ምግዛፍን ዘይምቹእ ምኳን
- ኣሞንጎ ጽጊያት ዝመጸሉ ምድማይ
- ክብደት ምውሳኽ
- ናይ ደም ጠጠው ምባል ፀገም ምውሳኽ
- አብ ናይ ልቢ ሕማምን ብደም ምርጋእ ምቕላፅ ቛሩብ ምውሳኽ (ንደቂኣንስቶ ቅድሚን ድሕሪ ጽጊያትጠጠው ምባል) ይኸውን።

### ናይ 'ሓጺር-ግዘ' HT ከምኡውን ናይ 'ነዊሕ ግዘ' HT እንታይ ማለት'ዩ?

ናይ ሓጺር ግዘ ዕቤት አበራባሪ (HT) መብዛሕትኡ ካብ ሓሙሽተ ዓመታት ሓደ ግዘ ዝውሰድ እዩ። ናይ ነዊሕ ግዘ ዕቤት አበራባሪ (HT) ድማ ካብ ሓሙሽተ ዓመት ንላዕሊ ዝውሰድ እዩ። አብ ሓሙሽተ ዓመታት ውሽጢ ጽጊያት ጠጠው ምባል ናይ መብዛሕት ኣንደቂኣንስቶ ፀገም/ምልክት ይጠፍእ፤ ስለዙይ ናይ ሓጺር ግዘ ዕቤት አበራባሪ (HT) ንሓፈሽኡ የድሊ እዩ።

# ዕቤት አበራባሪ ሕክምና / Hormone Therapy

## ዕቤት አበራባሪ (HT) ብምውሳድ ንጡብ መንሸሮ ፀገም ክህልወኒ ይኸእል'ዶ?

ብይይ ነዊሕ ጊዜ ዕቤት አበራባሪ (HT) ዝተዛመደ ናይ ጡብ መንሸሮ ምውሳኽ ሓደሓደ መጽናዕቲ ከምዘርእዮ ንኡሽቶ ፀገም ከምዘለዎን ካልኣት መጽናዕቲ ድማ ፀገም ከምዘይብሉ እዩ። ብዛዕባ ዕቤት አበራባሪ (HT) መሳድ ዝምልከት ዝኾነ ውሳኔ ምግባር ብውልቃዊ ምዃንን ንነሓድሓዲኣን ደቂኣንትዮ ምስ ሓኪመን ክዘራረባ እንክሎ ብዛዕባ ብግሊ ዝመጽእ ፀገማት፣ ጥቕሚታትን ኣድላይነትን ንምፍላጥ መረዳኢታ ክረኽባ ከምዘለዎን እዩ።

ብተደጋጋሚ ንጡብክን መርመራ ምግባርን ብብክልተ ዓመት ካብ ማህጸን ጫፍ ዋህዮት መርመራ ንምግባር ናብ ሓለዋ ጥዕና ሓኪምኩም ምኻድ እዩ። ዕድመኸን ካብ 50 ዓመት ንላዕሊ እንተኾይኑ ብብክልተ ዓመት ናይ ጡብ መርመራ ክትገብሩ ኣለኸን (ብናጻ ግልጋሎት ካብ BreastScreen ይርከብ — ስልኪ 132 050)።

## HT ንምግባር ዘይድለየሉ እዋን መዓስ እዩ?

ብሓፈሽኡ ካብዚ ዝስዕብ ኩነታ እንተሃለዎ:

- ናይ ጡብ መንሸሮ ታርኽ
- ውሽጣዊ መዓንጣ መንሸሮ
- ብዘይመዓልቲ ዝመጽእ ናይ ርሕሚ ምድማይ
- ናይ ደም ጠጠው ምባል ሁከት
- ኣብ ደም ቧንቧ ደም ምርጋዕ
- ናይ ልቢ ሕማም ወይካዓ ደም ምርጋዕ ፀገም ምውሳኽ ታሪኽ እንተሃለዩ እዩ።

ምንም እኻዕ ኣብዚ ላዕሊ ዘለዉ ሓዲኡ እንተሃለዎኻውን HT ዘለዎ ጥቕሚን ሳዕብን ደቂኣንትዮ እንተተረዲኣን HT ብምግባርን ክጥቕማ ይኸእላ እየን። ናይ ጸሊም ከብዲ ሕማም፣ መርዘን፣ ዘውድቕ፣ ናይ ሽኮርያ ሕማም፣ ናይ ፍሕኛ ሕማም፣ ሕብጥ፣ መዓንጣ ሕማምን ደም በዚሒ ንዘለዎን ደቂኣንትዮ ቕድሚ ናይ HT ክወሰዱ ትእዛዝ ምሃብ ብኩለን ፀገማት ፍልይ ዝበለ ገምጋም ንምውሳድ ከምዘድልይ እዩ።

## ንሓኪመይ እንታይ ክሓትት ኣለኒ?

ቕድሚ HT ምጅማር፣ ምስሓኪም ኾንክን ዘለክን መማረጺታት ምጽናእን ዘምጽኦ ፀገምን ጥቕሚ ምርኣይ እዩ። ናይ HT ምውሳድ እንተጀሚርክን ድሕሪ ክልተ ወርሃ ናብ ሓኪም ምኻድ ኣገዳሲ ክኸውን እንክሎ ዓመታዊ ገምጋም መርመራ ምግባርውን ጠቓሚ እዩ።

## ካብ ፍርንጭት/ Testosterone ሕክምና መን ክርባሕ ይኸእል?

በዙይ ፍርንጭት ሕክምና ክርብሓ ዝኸእላ ዓቕሚ ርክቦ ሲጋ ዝውሓደን ደቂኣንትዮ ስለዝደኸመን ክኸውን እንተሎ እሞ እዞም ፀገማት ምስናይ ስነ-ኣእምሮዊ ወይካዓ ዝምድና ርክብ ምስኣን እንተዘይኾይኑ እዩ። ከምኡ'ውን HT ዘለዎን መንእሳይ ደቂኣንትዮ ፍርንጭታዊ ድኻም ክሕወሮ እንክሎ ወይካዓ ካብ መንእሳይ ኣንስቶ ማህጸንን ብኣፕሬሽን ክወጽእ እንተሎ ኣቕዲመን ጽጊያት ጠጠው የብላ እየን።

Testosterone ኣብ ኣካል ውሽጢ ብምእታው፣ መርፍእ ወይካዓ ብክሪም ዝተዳልወ ክኸውን እንክሎ መብዛሕትኡ ግዜ ንተወሰነ ቐሩብ ግዜ ብትእዛዝ ሓኪም ክውሃብ ይኸእል እዩ። እዙይ ምስናይ oestrogen/ዕቤት አበራባሪን ኣካላዊ ጥንሲ ፈሳሲ/progestogen ብሓባር ወይካዓ ንበይኑ ክውሃብ ይኸእል እዩ። ግናስ ናይ ፍርንጭት ሕክምና ንደቂኣንትዮ ምግባር ክሳብ ሎሚ ብናይ Therapeutic Goods Administration (TGA) ከምዘይተፈቐደ እዩ።

## ብዝበለፀ መረዳኢታ ኣበይ ክረክብ እኸእል?

www.jeanhailes.org.au  
www.healthinsite.gov.au — HealthInsite ብስልኪ (02) 6289 8488