

# العلاج بالتستوستيرون: دليل المرضى



## لجنة توعية المرضى الخاضعين للعلاج بالتستوستيرون

### الرئيس

أجاي ك. نانجيا، بكالوريوس الطب والجراحة، زميل كلية الجراحين الأمريكية  
المركز الطبي بجامعة كنساس  
مدينة كنساس، كنساس

### أعضاء اللجنة

جورجي أ. بروديريك، طبيب بشري  
كلية مايو كلينيك للطب والعلوم  
جاكسونفيل، فلوريدا

طوباياس س. كولر، طبيب بشري، حاصل على ماجستير الصحة العامة، زميل  
كلية الجراحين الأمريكية  
مايو كلينيك  
روتشستر، مينيسوتا

رونالد و. لويس، طبيب بشري  
كلية طب جورجيا بجامعة أوغوستا  
أوغوستا، جورجيا

أعدت الترجمة بواسطة



الجمعية السعودية لجراحة الممائلن البولوية  
Saudi Urological Association

## قائمة المحتويات

لجنة توعية المرضى الخاضعين للعلاج بالتستوستيرون .....	2
مقدمة .....	2
تعرف على الحقائق .....	3
ما هو التستوستيرون؟ .....	3
ما هي أعراض نقص التستوستيرون؟ .....	3
أعراض أخرى .....	3
ما أسباب نقص التستوستيرون؟ .....	3
احصل على التشخيص .....	4
كيف يشخص طبيبي نقص التستوستيرون؟ .....	4
احصل على العلاج .....	4
هل أحتاج إلى العلاج بالتستوستيرون؟ .....	4
كيف سيعالج طبيبي نقص التستوستيرون لدي؟ .....	4
بعد العلاج .....	5
ما الذي ينبغي أن أتوقعه بعد العلاج؟ .....	5
الأسئلة التي ينبغي عليك طرحها على طبيبك .....	5
مسرد المصطلحات .....	5
حول مؤسسة رعاية الجهاز البولي (Urology Care Foundation) [الغلاف الخلفي] .....	

## مقدمة

يمكن أن يبدو العلاج بالتستوستيرون خطة رائعة، لكن هل هذا هو العلاج المناسب لك؟ إننا نقدم بعض الإجابات الممكنة في هذا الدليل. اقرأه ثم تحدث مع طبيبك حول ما يجري في حالتك. ويمكننا معاً أخذ القرار فيما يتعلق بالخطوة التالية.

ازدادت أعداد الرجال الخاضعين للعلاج بالتستوستيرون على مدار السنوات الخمسة الماضية. حصل مليون رجل على وصفات طبية بالتستوستيرون بين عامي 2009 و2013. معظم الرجال الذين يأخذون التستوستيرون تتراوح أعمارهم من 40 إلى 64 عاماً.

## تعرف على الحقائق

### ما أسباب نقص التستوستيرون؟

أحياناً تكون مستويات التستوستيرون منخفضة في الدم. ويُطلق على هذا نقص التستوستيرون أو TD. يمكن أن يعاني حوالي 2 من كل 100 رجل من نقص التستوستيرون، وعموماً، تنخفض مستويات التستوستيرون مع تقدم العمر. في الرجال الأصغر سناً، تحدث الإصابة بنقص التستوستيرون لدى حوالي 1 من كل 100 رجل، وتصبح أكثر شيوعاً مع تقدم عمر الرجال. انخفاض هرمون التستوستيرون هو انخفاض تركيزه في الدم إلى أقل من 300 نانوجرام/ديسيلتر مجتمعاً مع أحد الأعراض السابق ذكرها.

بمعنى أنه إذا صنّعت الخصيتان كمية من التستوستيرون أقل من الطبيعي، فإن مستوى التستوستيرون لديك ينخفض. يمكن أن ترتبط إصابتك بنقص التستوستيرون بـ:

- تقدم العمر
- السمنة (زيادة الوزن)
- تعرض الخصيتين للضرر نتيجة لحادث
- إزالة الخصيتين (بسبب السرطان أو أسباب أخرى)
- العلاج الكيميائي أو الإشعاع
- تعاطي الأفيونات أو مضادات الاكتئاب
- حالة طبية قد تكون وُلدت بها
- السكري
- عدوى
- أمراض **الغدة النخامية** المؤدية إلى انخفاض إنتاج الهرمون
- أمراض المناعة الذاتية (عندما يهاجم جسمك خلاياه نفسها)

### ما هو التستوستيرون؟

التستوستيرون هو هرمون الذكورة. وهو يُصنع في الخصيتين. الهرمونات ضرورية من أجل الصحة البدنية والعقلية. والتستوستيرون ضروري من أجل:

- التطور الجنسي (البلوغ) الطبيعي والوظائف الجنسية الطبيعية لدى الذكور
- نمو الشعر وخشونة الصوت لدى الأولاد الناشئين
- قوة العضلات
- تكوين الحيوانات المنوية لدى الرجال
- الرغبة الجنسية لدى الذكور

### ما هي أعراض نقص التستوستيرون؟

الأعراض التي ترتبط ارتباطاً مباشراً عادةً بنقص التستوستيرون (TD) هي:

- ضعف الرغبة الجنسية
- فقدان شعر الجسم
- النمو الضعيف للحية
- فقدان الكتلة العضلية الخالية من الدهون
- الشعور بالتعب طوال الوقت (الإرهاق)
- السمنة (زيادة الوزن)

### الأعراض الأخرى

بعض الأعراض التي قد ترتبط أو لا ترتبط بنقص التستوستيرون هي:

- انخفاض الطاقة والتحمل والقوة البدنية
- ضعف الذاكرة
- التعثر في إيجاد الكلمات عند التحدث
- ضعف التركيز
- أعراض الاكتئاب
- انخفاض الأداء في العمل
- خلل الانتصاب

## احصل على التشخيص

- مؤشر كتلة الجسم (BMI) أو محيط الخصر للكشف عن السمنة
- متلازمة الأيض (ارتفاع ضغط الدم، وارتفاع السكر في الدم، وزيادة الدهون بدرجة كبيرة حول الخصر، وارتفاع مستويات الكوليسترول)
- نمط توزيع الشعر وكميته ومواضعه
- تضخم الثديين
- وجود الخصيتين وحجمهما
- حجم البروستاتا ووجود أي شيء غير طبيعي

## كيف يشخص طبيبي نقص التستوستيرون (TD)؟

أهم فحوصات نقص التستوستيرون هو مستوى التستوستيرون الكلي لديك في الدم. إذا كان القلق يساورك، عليك زيارة طبيبك والتحدث معه بشأن الأعراض التي تعاني منها لمعرفة ما إذا كنت تعاني من نقص التستوستيرون أم لا. أثناء فحصك البدني، سيتحقق طبيبك مما يلي:

- فحوصات الدم للكشف عن مستويات التستوستيرون، ومستويات الهرمونات الأخرى، ومستوى كريات الدم الحمراء (قد تُجرى فحوصات الدم أكثر من مرة لتأكيد النتائج)
- تاريخك الطبي كاملاً، شاملاً الأمراض والأدوية

## احصل على العلاج

### كيف سيعالج طبيبي نقص التستوستيرون (TD) لدي؟

يُحتمل أن تزيد التغيرات الصحية مثل خسارة الوزن وزيادة ممارسة التمرينات من مستويات التستوستيرون لديك. قد تحتاج أيضاً إلى أخذ هرمون التستوستيرون. توجد خمس طرق مختلفة لأخذ التستوستيرون:

- عبر الجلد (سائل أو هلام أو رقعة لاصقة على الجلد)
- الحقن (قصير أو طويل المفعول)
- داخل الأنف (من خلال أنفك)
- أقراص توضع تحت جلدك
- فمويًا (عن طريق الفم)

سيساعدك طبيبك على اتخاذ الخيار الأفضل بالنسبة لك.

أثناء العلاج، عليك أن تكون مترقبًا للأثار الجانبية للعلاج بالتستوستيرون. اسأل طبيبك أو الصيدلي عن العلامات التي ينبغي لك ترقبها.

### هل أحتاج إلى العلاج بالتستوستيرون (TT)؟

قد تحتاج إلى العلاج بالتستوستيرون إذا كنت تعاني من نقص التستوستيرون. عليك أن تعرف أن العلاج بالتستوستيرون مثله مثل أي علاج دوائي له آثار جانبية. عليك ألا تأخذ التستوستيرون بدون زيارة طبيبك.

يُوصى بالعلاج لـ:

- الأشخاص المولودين بنقص التستوستيرون بسبب أمراض مثل متلازمة كلاينفلتر
- الأشخاص ذوي الأعضاء التناسلية التي لا تتطور بشكل طبيعي
- حالات تضرر الخصيتين
- حالات انخفاض مستوى التستوستيرون إلى أقل من 300 نانوجرام/ديسيلتر مجتمعًا مع أعراض نقص التستوستيرون

## بعد العلاج

أو يقلل من خطورة وقوع هذه الأحداث. لكن من باب الاحتياط، سيتحقق طبيبك من وجود مرض القلب أو السكتة الدماغية قبل تلقي العلاج بالتستوستيرون وأحياناً أثناء فترة تلقيه.

يمكن أن يفيد العلاج بالتستوستيرون مع بعض الأعراض مثل ضعف الرغبة الجنسية و/أو انخفاض الكتلة العضلية الخالية من الدهون و/أو أعراض الاكتئاب. لكن لا يوجد دليل قوي على أن العلاج بالتستوستيرون يساعد على استعادة الذاكرة أو في حالات السكري أو انخفاض الطاقة أو في تحسين نسب الدهون في الدم أو جودة الحياة.

## ما الذي ينبغي أن أتوقعه بعد العلاج؟

ستحتاج إلى إجراء فحوصات صحية روتينية لرؤية أن مستوى التستوستيرون لديك تغير واستقر في المستوى الطبيعي. إذا كانت حالتك مستقرة مع العلاج بالتستوستيرون، يجب التحقق من مستوى التستوستيرون الكلي وفحوصات معملية أخرى معينة كل 6-12 شهراً.

قد تلاحظ أن دواء التستوستيرون يحمل مصلحاً تحذيرياً من خطورة الإصابة بمرض القلب أو السكتة الدماغية. لا يوجد دليل قوي على أن العلاج بالتستوستيرون يزيد

## الأسئلة التي ينبغي عليك طرحها على طبيبك

- هل الأعراض التي أعاني منها مرتبطة بنقص التستوستيرون؟
- ما مدى شيوع نقص التستوستيرون في الرجال الذين في عمري؟
- ما هي الفحوصات التي أحتاج إلى إجرائها إذا كنت أعاني من نقص التستوستيرون؟
- هل سنفيدني أدوية علاج نقص التستوستيرون التي تُصرف بدون وصفة طبية؟
- هل العلاج بالتستوستيرون هو الخيار الأفضل بالنسبة لي؟
- ما هي الآثار الجانبية التي عليّ أن أتفقدتها أثناء خضوعي للعلاج بالتستوستيرون؟
- هل سنفيدني أدوية علاج نقص التستوستيرون التي تُصرف بدون وصفة طبية؟
- إلى أي مدى يعتبر العلاج بالتستوستيرون (TT) آمناً؟

## مسرد المصطلحات

### البروستاتا

البروستاتا هي الغدة الذكرية الواقعة بين المثانة والخصيب.

### نقص التستوستيرون

نقص التستوستيرون يعني أن الجسم لا يُصنّع الكمية الكافية من هرمون التستوستيرون.

### العلاج بالتستوستيرون

العلاج بالتستوستيرون هو العلاج الذي يُعطى فيه الدواء لعلاج انخفاض مستوى التستوستيرون في الدم (عادةً، إذا اجتمع نقص التستوستيرون مع أعراض أخرى). يُعطى الدواء إما بالحقن أو عن طريق الفم أو بواسطة هلام من خلال الأنف أو بواسطة أقراص توضع تحت الجلد، أو كريم أو لاصقة أو هلام توضع على الجلد مباشرة.

### دواء يُعطى عبر الجلد

الدواء الذي يُعطى عبر الجلد هو دواء يوضع على الجلد. يمكن أن يُعطى العلاج بالتستوستيرون من خلال الجلد بواسطة الهلام أو الكريم أو اللاصقة.

### مؤشر كتلة الجسم (BMI)

مؤشر كتلة الجسم (BMI) هو الوسيلة التي نقيس بها دهون الجسم بناء على الطول والوزن.

### الكتلة العضلية الخالية من الدهون

ترتبط الكتلة العضلية الخالية من الدهون بكمية العضلات الموجودة في الجسم مقارنةً بالدهون.

### متلازمة الأيض

متلازمة الأيض تعني ظهور مجموعة من الأعراض معاً (ارتفاع ضغط الدم وارتفاع السكر في الدم وارتفاع مستوى الكوليسترول ومستويات ثلاثي الغليسريد ودهون البطن حول الخصر).

### السمنة

السمنة هي وجود كمية كبيرة من الدهون بالجسم.

### الغدة النخامية

الغدة النخامية هي غدة هامة في جسمك. ويُطلق عليها عادةً "سيدة الغدد" لأنها تتحكم في العديد من الغدد الهرمونية الأخرى. وهي تقع في الرأس، في قاع المخ.

## حول مؤسسة رعاية الجهاز البولي (UROLOGY CARE FOUNDATION)

### إخلاء مسؤولية

هذه المعلومات لا تمثل أداةً للتشخيص الذاتي أو بديلاً للاستشارة الطبية المتخصصة. ولا ينبغي لهذه المعلومات أن تُستخدم أو يُعتمد عليها لهذا الغرض. يُرجى التحدث إلى طبيب الجهاز البولي أو مقدم الرعاية الصحية الخاص بك بخصوص المسائل الصحية التي تشغلك. استشر دائماً أحد مقدمي الرعاية الصحية قبل بدء أي علاج أو إيقافه، بما في ذلك الأدوية.

للحصول على نسخ من المواد المطبوعة عن سرطان المثانة وحالات الجهاز البولي الأخرى، تفضلوا بزيارة الموقع الإلكتروني [UrologyHealth.org/Order](http://UrologyHealth.org/Order) أو اتصلوا على الرقم 800-828-7866.

إن مؤسسة رعاية الجهاز البولي (Urology Care Foundation) هي المؤسسة الرائدة على مستوى العالم في تخصص الجهاز البولي – وهي المؤسسة الرسمية لجمعية طب الجهاز البولي الأمريكية (American Urological Association). إننا نقدم المعلومات للأشخاص النشطين في إدارة صحة جهازهم البولي، ولمن هم على استعداد لإجراء تغييرات صحية. تعتمد معلوماتنا على مراجع جمعية طب الجهاز البولي الأمريكية ويراجعها خبراء طبيون. لمعرفة المزيد، تفضلوا بزيارة الموقع الإلكتروني لمؤسسة رعاية الجهاز البولي، [UrologyHealth.org/UrologicConditions](http://UrologyHealth.org/UrologicConditions) أو اذهبوا إلى [UrologyHealth.org/FindAUrologist](http://UrologyHealth.org/FindAUrologist) للعثور على طبيب بالقرب منكم.

### أعدت الترجمة بواسطة



الجمعية السعودية لجراحة المماتن البولية  
Saudi Urological Association

للمزيد من المعلومات، تواصلوا مع:

1000 Corporate Boulevard,  
Linthicum, MD 21090  
1-800-828-7866  
[UrologyHealth.org](http://UrologyHealth.org)

*Urology Care*  
FOUNDATION™  
The Official Foundation of the  
American Urological Association

للحصول على نسخ من المواد المطبوعة الأخرى والحالات الأخرى المرتبطة بالجهاز البولي، تفضلوا بزيارة الرابط [www.UrologyHealth.org/Order](http://www.UrologyHealth.org/Order).