

ADET ÖNCESİ GERİLİMİN TEDAVİSİNDE B6 VİTAMİNİ(*)

Son zamanlarda yapılan çalışmalar, hormonal doğum kontrol hapı almayan kadınların %40 - 50'sinin premenstrüel gerilimden şikayetçi olduklarını ortaya koymaktadır. Bu durumun bazı semptomları günlük yaşamı gerçekten menfi olarak etkilemektedir. «Premenstrüel gerilim» terimi depresyon, hassasiyet, uykusuzluk ve letarji gibi semptomları içermektedir. Ancak adet siklusunun ikinci yarısında ortaya çıkan ve adet kanamasıyla geçen baş ağrısı, baş dönmesi ve sıvı retansiyonu da en sık görülen semptomlardandır. Adet öncesi gerilimi ruhsal denge bakımından o derece tesirlidir ki; kadınların arasında suç oranına bakıldığında,

bu dönemde işlenen suçların anlamlı bir şekilde yüksek olduğu ortaya çıkmaktadır.

Hormonal dengesizliğin önemli bir rol oynadığı kabul edilen premenstrüel gerilimin gerçek sebepleri hakkındaki bugünkü bilgilerimiz oldukça azdır. Bazı durumlarda, doğal progesteron hormonuyla tedavinin olumlu bir tesir gösterdiği gözlenmiştir. Ancak, sentetik progesteron türevleriyle tedavi sık sık istenmeyen yan tesirlerin ortaya çıkmasına yol açmaktadır. Doğal progesteron'un ancak çok miktarda sıvı yağ içeren bir bileşik halinde enjekte edilme mecburiyeti bu tür tedavinin yaygın kullanımını önlemektedir.

(*) Engin Özkın (Roche Müstahzarları San. Ltd. Şti., İstanbul) tarafından Vitamin Information - Press Release - PR/2/SE, 1982'den çevrilmiştir.

Premenstrüel gerilimde sıvı retansiyonu ve göğüs ağrılarının çok sık görülmesi, bu durumun sadece östrojen (özellikle östradiol) ve progesteron hormonlarındaki dalgalanmadan kaynaklanmadığını, aynı zamanda prolaktin hormonu ve renin - angiotensin sisteminde de bir dengesizlik olduğunu işaret etmektedir. Bu karmaşık madde alışverişinde dopamin, noradrenalin ve serotoninin de rol oynadığı düşünülse, maddeler arası etkileşimin neden henüz tam olarak açığa çıkarılmadığı daha kolayca anlaşılabilir. Biyojenik aminler, bazı maddelerarası ve sinir iletişiminde aracı olarak görev yaptıkları beyin ve merkezi sinir sistemi metabolizmasında imal edilen ve biyolojik olarak aktif olan maddelerdir. Örneğin dopamin, hipotalamus yoluyla prolaktin yapımı ve salgılanmasında rol oynamaktadır. Noradrenalin ve serotoninin de önemli vücut fonksiyonlarında regülatör olarak rol oynadığı ve serotoninin ayrıca psikotomimetik tesir gösterdiği bilinmektedir.

Dopamin ve noradrenalinin sentezi için şart olan koenzim, pridoksal—5—fosfat'tır. Bu madde B₆ vitamininin aktif koenzim formu olup, karaciğer ve beyinde pridoksalinden türemektedir. Daha 1973 yılında, pridoksal—5—fosfat eksikliğinden kaynaklanan serotonin sentezi bozuklukları oral kontraseptif alan kadınlarda açıkça ortaya konmuştur. Bu metabolik bozukluk bir depresyonla beraber görülmektedir.

Günde 2 defa 20 mg B₆ vitamini uygulanması sonucu, metabolizma ve emosyonel durum normale dönmektedir. Bu başarının daha sonra bir çok çalışmacı tarafından teyid edildiği de bir gerçektir.

1977'den bu yana, B₆ vitaminiyle hormonlara bağlı depresyonun ortadan kalkması ilişkisi bir çok klinik çalışma konusu olmuştur. Bu çalışmalarda kullanılan B₆ vitamini dozu 50 - 100 mg arasındadır. Bu çalışmalara paralel olarak yapılan biyojenik aminler üzerindeki araştırmalar da sebep - sonuç ilişkisinin daha iyi anlaşılmasını sağlamıştır. Gerçekten de premenstrüel gerilime bağlı depresyon, sıvı retansiyonu, hassasiyet, baş ve göğüs ağrısı en iyi B₆ vitaminine cevap vermektedir. Bu semptomlarda elde edilen başarı %50 - 60 arasındadır. Baş ağrısı ise hastaların %80'inde düzelmiştir. B₆ vitamini tüm tedavilerde çok iyi tolere edilmiştir. Çok yüksek dozlarda (800 - 1000 mg) ve çok uzun süreli tedavilerde dahi istenmeyen yan tesirler görülmemiştir. Bu yönden de B₆ vitamini; hormonlar, diüretikler ve bromokriptin gibi prolaktin inhibitörlerinden üstün bulunmuştur. B₆ vitamini ağız yoluyla kolayca uygulanabilmekte ve bu uygulamada herhangi bir kontrendikasyon ve risk söz konusu olmamaktadır. B₆ vitamininin tesir mekanizması ve premenstrüel gerilimin hala tam olarak bilinmeyen etiyolojisi, bugün de birçok biyokimyasal ve klinik araştırmalara konu olmaktadır.