Egy lépcsőfok a létrán - a klimax

Fókuszban a menopauzális hormonterápia

A menopauzális hormonterápia /MHT/ egyrészt csökkenti a hőhullámok és egyéb klimaxos tünetek előfordulását, másrészt megelőzi a csontritkulás okozta töréseket, valamint a szív- és érrendszeri betegségeket. A megfelelő életkorban és módon alkalmazott MHT nem növeli sem az emlőrák, sem a keringési betegségek – köztük a szívinfarktus, sem egyéb betegségek kockázatát és biztonságosan használható.

A "klimaktérium" görög eredetű szó, s azt jelenti, hogy "egy lépcsőfok a létrán", vagyis a nő életének egy új szakasza. Az utolsó vérzés előtti és utáni éveket szokták klimaxnak (vagy klimaktériumnak) nevezni, míg a menopauza az utolsó vérzés időpontját jelöli. A legtöbb nő számára a klimax és a menopauza ugyanazon fogalmat jelenti, vagyis a változás korát. A menopauzával járó kellemetlen tünetek ellen sokat tehetünk, ha szemérmesség nélkül beszélünk arról, hogy mi nők egy új életszakasz mindennapjait éljük át.

A menopauzális hormonterápia (rövidítve: MHT) a női változókorban élettani módon bekövetkező ösztrogénhiány által kiváltott tünetek megszüntetésére és a későbbi egészségügyi következmények megelőzésére szolgál - mondta a Magyar Menopausa Társaság elnöke. Maga a menopauza azt az utolsó havivérzést jelenti, amelyet egy éven belül újabb nem követ, de a változások már évekkel korábban elkezdődnek. Ezek fő oka petefészkek működésének és ösztrogén termelésének folyamatos megszűnése. A változókorban emiatt a nők kb. 75%-a kellemetlen tüneteket tapasztal, melyek közül a leizzadással járó hőhullámok, az alvászavar, a feledékenység, ingerlékenység, depresszió, a hüvely szárazsága miatt fájdalmas szexuális együttlét, szemszárazság, a bőr ráncosodása a legjellemzőbbek. A tünetek erőssége, jellege és összetétele egyénenként változó. Szerencsés esetben enyhék és csak néhány hónapig tartanak, de előfordulhat az életvitelt és a napi tevékenységet is komolyan zavaró tünetcsoport is. A tüszőhormon hiányának legfontosabb késő szövődményei a csontritkulás és a következményes törések, valamint a szív- és érrendszeri betegségek (pl. szívinfarktus) kockázatának növekedése. Az MHT tehát ezek kezelésére és megelőzésére szolgál.

Az MHT definíció szerint azt jelenti, hogy a páciens vagy ösztrogént kap önmagában (ha az előzményben méheltávolítás szerepel), illetve ösztrogént sárgatest hormonnal

kombináltan. A klimaxos panaszok és késői szövődmények kialakulásáért csak a tüszőhormon hiánya felelős, a sárgatest hormon hozzáadására méhhel rendelkező nőkben kizárólag a méhnyálkahártya védelme céljából van szükség. Az MHT teljes értékű alternatívája a tibolon nevű készítmény. Jelenlegi álláspontunk szerint a menopauza szindróma tüneteinek hormonális kezelésére leginkább az MHT és a tibolon nevű készítmény alkalmas, az egyéb kezelések (homeopátia, gyógynövények, akupunktúra, stb.) csak akkor jönnek szóba, ha a hormonterápia valamilyen okból ellenjavallt, vagy – és ma még a tájékozatlanság és a mellékhatásoktól való indokolatlan félelem miatt sajnos ez a leggyakoribb - ha a páciens nem akar hormontartalmú készítményt használni - tette hozzá az elnök.

A hormonpótló kezelés a panaszos betegek számára javasolt, és célszerű minél hamarabb elkezdeni. Ismert ugyanis, hogy a menopauza korai szakaszában elkezdett kezelés nem csak a tüneteket szünteti meg, hanem megelőzi a csontritkulást és csökkenti a keringési betegségek kockázatát. A fogamzásgátláshoz hasonlóan még legelterjedtebb forma a tabletta, de a mellékhatások csökkentése érdekében ma már leginkább a bőrön át ható tapaszok, zselék és főleg sprayek javasolhatók. A megfelelő módon használt MHT minden ellenkező híresztelés és közhiedelem ellenére nem fokozza sem az emlőrák, sem a keringési betegségek kockázatát. A készítmények fejlesztése folyamatos, új vegyületek és kombinációk biztosítják az előnyök maximális kihasználást és kockázatok minimumra csökkentését. A hazánkban alkalmazott kezelési módok a legkorszerűbbek, és biztosítják a változókorban lévő és klimaxos tünetektől szenvedő nők számára az elérhető legjobb haszon-kockázat arányt.

A Magyar Menopausa Társaság, a Menopauza Ambulanciák

Az orvostudománynak azt az ágát, amelyik a nők változókori problémáival, az ösztrogén-hiány okozta tünetekkel és betegségekkel foglalkozik, menopauzális orvoslásnak nevezik. Magyarországon 1995 óta képviseli tudományos társaság ezt területet.