Egy lépcsőfok a létrán - a klimax

A tüszőhormon hiány okozta pszichés tünetek

Ingerlékenység, frontérzékenység, a szexuális fantáziák, a nemi vágy csökkenése - csupa olyan tünet, amit nagyon nehezen tud elfogadni egy 50 év körüli nő. Ezek meglehetősen gyakoriak: a változókorban lévő nők kb. 30%-ánál fordulnak elő. A klimax pszichés velejárói azonban nem kell, hogy tragédiához vezessenek.

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.

Mária vezető beosztásban dolgozik, egy ideje feltűnt neki, hogy fáradt, nehezebben végzi a munkáját. A megbeszélések során hirtelen kipirul az arca, hőhullámok gyötrik. Elfelejt dolgokat, és nem csak a munkahelyén, hanem a párkapcsolatban is gondjai vannak. Az 52 éves Mária ezért kereste fel a menopauza szakrendelést, ahol azt is elmondta: 6 hónapja már nem menstruál. Kivizsgálása kapcsán a tüszőhormon hiányát igazolták, egyéb lényeges eltérés sem a laboratóriumi, sem egyéb leleteiben nem volt. Részletes felvilágosítás után hormonterápiát kezdtek alkalmazni nála. Ezt követően Mária panaszai megszűntek, munkaképessége javult, hangulata és párkapcsolata is kedvező fordulatot vett.

A változókorban az ösztrogén termelődés csökkenésének számos pszichés tünete lehet. Ezek meglehetősen gyakoriak: a változókorban lévő nők kb. 30%-ánál fordulnak elő - mondta a Magyar Menopausa Társaság elnöke. Ide tartozik a hangulati labilitás, az ingerlékenység, a libidó, az orgazmus-készség, valamint a szexuális fantáziálás csökkenése, a klimatikus viszonyokkal és frontokkal szembeni fokozott érzékenység. Nem ritka a memória-zavar, a koncentráló képesség csökkenése, a kimerültség érzése, fáradtság. Váratlan dühkitörések jelentkezhetnek, a korábbi nyugodt feleség ingerülté válhat. Mindez párkapcsolati és munkahelyi problémák okozója lehet. A fogamzó-képesség elvesztése, a menstruáció megszűnése önmagában is pszichés problémákat okozhat, mert sokak számára nőiességük megszűntét, és a visszavonhatatlan öregedést jelenti. A változókorban a nőket egyébként is

gyakrabban érik az élet kellemetlen eseményei: csalódások, veszteségek, frusztrációk, ezért is érdemes felkeresni a legközelebbi szakrendelést - tette hozzá az elnök.

A klimaktériumban a tüszőhormon hiányának legsúlyosabb pszichés tünete a depresszió. Ez az 50 év feletti nőknél kétszer-háromszor gyakrabban fordul elő, mint férfiak esetében. A depresszió nem egyszerűen csak egy rosszabb hangulat, hanem az egyént, a családját, az egész társadalmat súlyosan terhelő betegség. Komoly gondot okozhat a nő életvitelében, munkájában, szexuális életében. Hátterében sokszor nem valódi pszichiátriai megbetegedés áll, hanem az éjszakai izzadás, hőhullámok okozta kialvatlanság és fáradtság. Ezekben az esetekben a depresszió másodlagos ugyan, de a kivizsgálás és a kezelés mindenképpen szükséges, mert alkoholizmus, tartós gyógyszerszedés, súlyos esetben még öngyilkosság is lehet a következménye.

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.