

DIE FRAU NACH DER MENOPAUSE

Mit der heutigen Lebenserwartung von über 80 Jahren verbringt die Frau mindestens einen Drittel ihres Lebens nach der Menopause. Für viele Frauen sind diese Jahre die produktivsten und erfolgreichsten, da sie jetzt frei von vielen Familienverpflichtungen sind und mehr Zeit für persönliche Interessen und Beziehungen, für Beruf und Karriere haben.

Die Menopause ist das offizielle Ende der Menstruation und der Beginn des Klimakteriums. Die meisten klassischen Wechseljahrsymptome, wie Wallungen, Schlaflosigkeit, emotionelle Schwankungen, verminderte vaginale Lubrikation während des Sexualverkehrs, Blasenprobleme und Harndrang sind die Folge eines niedrigen Östrogenspiegels im Blut. Bei den meisten Frauen können diese Symptome am erfolgreichsten mit Östrogen behandelt werden. Östrogensersatz hilft auch Spätfolgen wie Osteoporose (Knochenschwund, der zu Schenkelhalsbrüchen und Wirbelsäulendeformation führt) zu vermeiden.

Milde Symptome sprechen oft auch ganz gut auf pflanzliche Produkte an. Diese schützen aber nicht vor Knochenschwund und behandeln auch die vaginalen Symptome nicht.

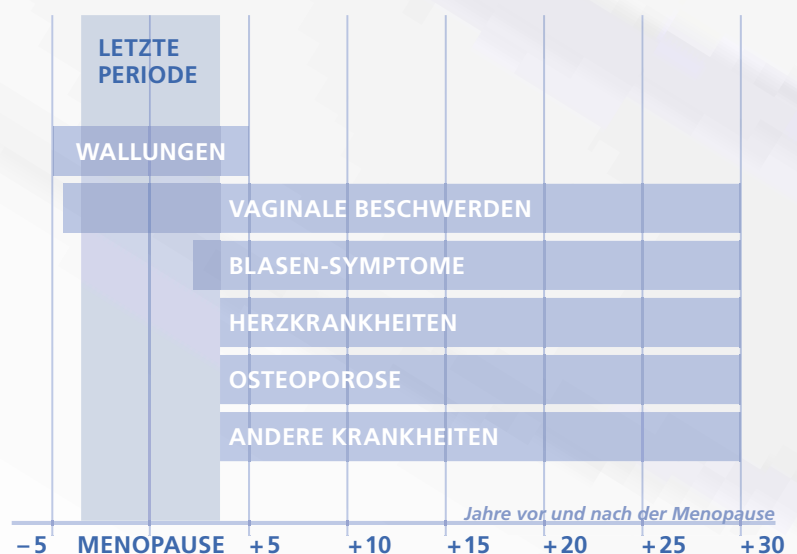
Bis vor Kurzem war die Schulmedizin überzeugt, dass die Hormontherapie mit Östrogen auch alle Frauen vor Herzkrankheiten und Alzheimer schütze. Heute wissen wir, dass sie für die meisten Frauen eine gute Übergangstherapie zur Behandlung von Wechseljahrsymptomen ist, dass aber die Langzeittherapie mit Östrogen je nach Gesundheitsrisiken individuell entschieden werden muss. Es gibt neben der Hormontherapie noch andere Medikamente, die die Spätfolgen des Östrogenmangels und andere altersbedingte Erkrankungen vermeiden bzw. behandeln helfen.

Die berühmte Women's Health Initiative, eine amerikanische Studie, die unter den Frauen im Menopausealter auf der ganzen Welt für ausserordentlich viel Aufregung sorgte, hat im Grossen und Ganzen mehr Fragen aufgeworfen als beantwortet. Sie lieferte insbesondere keine Informationen über die Risiken der Hormontherapie für gesunde Frauen Anfang 50 mit intensiven Symptomen der Frühmenopause, da es sich um eine Studie an übergewichtigen Amerikanerinnen ohne Symptome

mit Durchschnittsalter von 63 Jahren handelt. Weiter verwirrte auch die Tatsache, dass der erste Teil der Studie einen, wenn auch relativ kleinen, Anstieg (8 pro 10 000 Frauen) von Brustkrebs unter Östrogen-/Progesteron-Kombinationstherapie fand. Der zweite Teil der Studie hingegen zeigte zwei Jahre später einen ebenso grossen Rückgang des Brustkrebsrisikos unter Östrogentherapie ohne Progesteron.

Deshalb gilt heute als Grundprinzip der Menopausentherapie ein sorgfältiges Abwägen aller vorhandenen Informationen durch die Frau und ihre(n) Menopausenspezialistin oder -spezialisten. Die Spezialärzte am Salem-Spital sind mit den neusten Studien und Behandlungsmethoden sowohl der Schul- als auch der Alternativmedizin vertraut und beraten Sie gerne.

BEGINN UND VERLAUF KLIMAKTERISCHER GESUNDHEITSRISIKEN



Dr. med. Regula Bürki FACOG
Fachärztin für Gynäkologie

Salem-Spital
Schänzlistrasse 39
3000 Bern 25