

# SKJULTE SYMPTOMER PÅ OVERGANGSALDER KAN BEHANDLES

Mange kvinder dør længe med gener, som relaterer sig til overgangsalderen. Men ni ud af ti kan hjælpes – hvis man er opmærksom på generne og ikke blot affinder sig passivt med tingenes tilstand.

Af Jette Lüthcke

**T**re ud af fire kvinder rammes af hede- og svedeture efter overgangsalderen, men mange kvinder oplever også at få lokale, men ikke mindre generende symptomer, som først viser sig et par år efter sidste menstruation.

Disse lokale symptomer vil gynækolog Christine Felding gerne have mere fokus på, fordi de som regel er nemme at behandle.

- Det kræver blot, at kvinderne bliver opmærksomme på, at deres symptomer kan skyldes overgangsalderen og går til lægen, siger Christine Felding.

I overgangsalderen daler produktionen af østrogen drastisk. Det påvirker især skeden og de nedre urinveje, der hører til blandt de mest østrogenfølsomme områder i kvindens krop.

Når østrogenniveauet falder, bliver slimhinden tyndere, mere tør og mindre elastisk, ligesom den bliver bleg at se på, og blodgennemstrømningen mindskes. Det kan give mange problemer i form af smerter, svie, kløe, blærebetændelse, inkontinens og ubehag ved samleje.



## Hvad skal jeg vælge?

Der findes flere forskellige østrogenpræparater til lokalbehandling i skeden, der alle gør slimhinderne tykkere og mere fugtige.

- **Stikpille (vagitorier eller vaginaltabletter)** en gang dagligt i 14 dage som startbehandling, og derefter hver 2.-3. uge som vedligeholdelse. F.eks. Vagifem.
- **Vaginalindlæg (vaginalring).** Anbringes dybt oppe i skeden. Udskiftes hver 3. måned. F.eks. Estring.
- **Vaginalcreme** placeres med applikator. En gang i døgnet ved sengetid i tre uger som start. Vedligeholdelsesdosis to gange om ugen ved sengetid. F.eks. Ovestin (fås også som vagitorier).

- Især tørre slimhinder er et kendt fænomen, der rammer rigtig mange kvinder. Man regner med, at 25-50 pct. af alle kvinder i overgangsalderen lider af tørre slimhinder og dermed har smerter ved samleje, fortæller Christine Felding.

## INGEN GRUND TIL AT BEHANDLE HELE KVINDEN

Andre af de "skjulte gener", som Christine Felding ofte møder i sin konsultation, er urinvejsinfektioner, inkontinens og svien i kønsorganerne.

- De oversætter det med, at det føles som en "sandpapirsforbemmelse", og det, tror jeg, er et meget præcist udtryk. Det klør i de ydre kønsorganer, hvor slimhinderne er tørre og sarte, siger Felding.

Men ifølge Christine Felding er kvinder med skjulte symptomer nemme at behandle – bare de går til lægen og fortæller direkte om symptomerne.

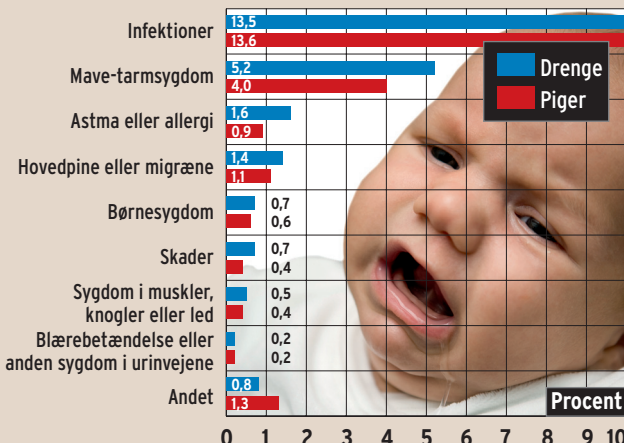
- Det er en meget taknemmelig gruppe at behandle, og jeg skyder på, at vi kan hjælpe omkring 90 pct. af dem. Men det kræver altså, at de opsøger lægen og fortæller om deres symptomer, siger hun.

Da generne er lokale, afhjælpes de med en lokal behandling, som er tilførsel af østrogen. Det kan være enten i form af en stikpille, en silikonering eller creme. Og der er ingen grund til at være nervøs for hormonerne.

- Behandlingen genopbygger slimhinden, så den bliver "yngre", tykkere og mere smidig. Man behøver derfor ikke lide af hormonforstyrrelse, for der er ingen risiko, da behandlingen jo ikke kommer over "hårgrænsen", fastslår Christine Felding.

- Men jeg møder kvinder, der kommer tilbage efter et år, fordi symptomerne er vendt tilbage. Og det nytter ikke noget, at man tror, det er en kur. Det er en livslang behandling, hvis du altså skal have glæde af den i det lange løb, fastslår hun. ♦

## OM DE MINDSTE



## HVERT FEMTE BARN SYGT I LØBET AF TO UGER

20 procent af alle børn i alderen op til 16 år har været mere eller mindre alvorligt syge i løbet af de sidste to uger. Det afslører rapporten "Danske børns sundhed og sygelighed", der bygger på danske forældres svar om 7000 børns helbred i 2005 i forbindelse med de danske Sundheds- og Sygelighedsundersøgelser. Undersøgelsen afslører at hvert syvende barn i løbet af en to ugers periode bliver hjemme fra skole eller daginstitution mindst en dag på grund af akut sygdom eller symptomer, og endnu flere er syge, nemlig hvert femte barn i løbet en 14-dages-periode. De 1-2-årige samt børn i socialt belastede familier, bliver hyppigere syge end andre børn.

Til venstre ses fordelingen af de syge børn i forhold til forskellige sygdomme i en to ugers periode.