

Gynækolog og obstetriker
Christine Felding



sundhed@soendag.dk

Christine Felding

TAL HØJT OM DET!

Desværre oplever jeg, at der er mange, der har tørre slimhinder, som bare finder sig i det, og som ikke går til lægen med problemet.



Tørre slimhinder ... Det er måske ikke noget, mange af os taler højt om, men det er faktisk noget, mange af os kender til. Faktisk er det sådan, at omkring halvdelen af alle kvinder har problemer med tørre slimhinder efter overgangsalderen. Og det giver igen andre gener for nogen. Nu har jeg kun en gammel undersøgelse, men jeg vil tro, at det stadigvæk er sådan, at ca. en tredjedel har smerter ved samleje på grund af en sandpapirforførmelse, at ca. 15-20 procent har kløe, udflåd og svie, og ca. en tredjedel dør med inkontinens.

Hvorfor får du tørre slimhinder? Jo, det hænger sammen med, at æggestokkene holder op med at virke, og det gør de jo lige så stille mellem 45 og 55 år. På et tidspunkt er der ikke flere æg tilbage, og det er æggene, der laver østrogenet, så når der ikke er flere æg, er der heller ikke mere østrogen, der holder slimhinderne ved lige. Det er dog heldigvis ikke alle kvinder, der får alle ovennævnte gener, selv om de mister deres østrogen, ja, nogen får slet ikke gener, selv om man mister det kvindelige hormon. Hvorfor kan videnskaben ikke rigtig forklare.

Døjer du med tørre slimhinder, er behandlingen heldigvis ligetil. Først skal du gå til lægen, fordi tørre slimhinder er ikke bare noget, du skal finde dig i, det er nemlig noget, du kan gøre noget ved. Fortæl lægen direkte, at du har tørre slimhinder, for ellers er det ikke sikkert, at lægen tænker over at spørge, hvis du kommer med et andet symptom. Det er ikke flovt – og ellers risikerer det let at blive bar symptombehandling. Tag f.eks. blærebetændelse, måske dør du med den og går derfor til lægen og får noget penicillin, det hjælper selvfølgelig på den aktuelle betændelse, men det forebygger jo ikke, at årsa-

gen til betændelsen kan skyldes tørre slimhinder. Er det det, er det jo de tørre slimhinder, der skal behandles, så derfor sig det altid højt.

Desværre oplever jeg, at der er mange, der har tørre slimhinder, som bare finder sig i det, og som ikke går til lægen med problemet. Eller de kommer til mig som gynækolog, men med noget helt andet. Så spørger jeg altid rent rutinemæssigt: Hvordan går det nede i bunden? Så viser det sig som regel, at kvinderne har vældig meget at fortælle om deres tørre slimhinder, hvor væmmeligt det er, og hvordan de dør med sandpapirforførmelser. Der går nogle måneder, og så bliver de som regel raske ved at få lidt østrogen tilskud nede i bunden, altså lokale hormoner. Du skal dog lige huske at forny recepten. Typisk får man nemlig en recept på hormonerne, og jeg møder af og til kvinder, der glemmer at forny den, når den udløber, og så begynder de igen at døje med følgevirkningerne af tørre slimhinder.

Der er også dem, der ikke vil have østrogen tilskud, der er dog ikke nogen risici ved lokal hormonbehandling, men der findes præparater uden hormoner, f.eks. Replens, Repadina Plus (indeholder hyaluronsyre), I Say-produkterne (indeholder transebær) samt Membrasin (indeholder havtornbærolie og hyaluronsyre). Et andet alternativ til østrogenbehandling mod tørre slimhinder er laserbehandlingen Mona Lisa Touch-behandlingen, som jeg før har nævnt i brevkassen. Behandlingen tager ca. 10 minutter, og du skal have tre behandlinger med fire-seks ugers mellemrum og derefter en gang årligt. Du skal dog selv betale for behandlingen, og der ydes ikke tilskud fra Sygesikringen Danmark.

Håber, du er blevet lidt klogere på tørre slimhinder – og hvorfor du ikke skal finde dig i det!