

Gynækolog og obstetrikker
Christine Felding



sundhed@soendag.dk

Christine Felding

Jeg har ikke tal på, hvor mange kvinder der er kommet til mig med problemer, og som er blevet hjulpet af lokal hormonbehandling.



SKAL/SKAL IKKE ...

Måske har du været i overgangsalderen og døjer ikke længere med hedeture, hjertebanken og humørsvingninger. Det er nok næppe noget, du savner. Til gengæld er der nogle udfordringer, mange stadigvæk bokser med, også efter de har været i overgangsalderen, såsom tørre slimhinder, vægtforøgelse, søvnløshed og blærebetændelser. Og dette er ofte gener, som skyldes den hormonomangel, der kommer med overgangsalderen, og de udfordringer går sjældent væk af sig selv.

Det kan også være, at du stadigvæk er i overgangsalderen, der i gennemsnit varer fra man er 45, til man er 55 år. Når du er i overgangsalderen, holder æggestokkene gradvist op med at udskille hormonerne østrogen og progesteron, hvilket betyder, at der vil være et fald i disse hormoner i kroppen, og så er det, mange får problemer med nattesøvnen, hedeture og deslige. Tidligere undersøgelser har vist, at omtrent 75 procent af alle kvinder får hedeture, svedeture, søvnløshed, hjertebanken og blødningsforstyrrelser, 25-50 procent lider af symptomer som kløe, smerter ved samleje og inkontinens, mens 25-40 procent får hyppigere knoglebrud og hjerte-kar-sygdomme.

Uanset om du er i overgangsalderen, eller du har overstået overgangsalderen, kan hormoner afhjælpe mange af generne. Er du mest generet af tørre slimhinder, kan du få hormoner lokalt i form af stikpiller, hormonring eller cremer. Jeg har ikke tal på, hvor mange kvinder der er kommet til mig med disse problemer, og som er blevet hjulpet af lokal hormonbehandling. Dem, der ikke vil have hormoner, kan eventuelt have glæde af MonaLisa Touch-behandlingen, som er en laserbehandling af slimhinderne. Du kan også få generelle hormoner, som ikke kun virker i underlivet, men også i resten af kroppen, og som for eksempel også kan

modvirke hedeture. Det kan for eksempel være som tabletter, gel, spray eller hormonplastre, og dem skal du for det meste have på recept.

Nogle kvinder tøver stadigvæk med generelle hormoner – det ved jeg både fra klienter og fra min brevkasse. Jeg synes ikke, at man skal være fuldstændig skræmt fra vid og sans over hormoner, men der er nogle, der ikke skal have generelle hormoner. Det gælder for eksempel, hvis du har haft blodpropper tidligere, for så øger det risikoen for nye blodpropper. Du skal heller ikke, hvis der er en massiv arvelighed til brystkræft. Der er også en øget risiko for brystkræft, hvis du tager kombinationspræparater med østrogen og gestagen over længere tid, der virker på hele kroppen. Hvor længe og hvor meget det øger risikoen, afhænger af mange forskellige faktorer såsom alkoholindtag, fedme og natarbejde. Er du i tvivl, så tal med din læge. Her kan I diskutere præparater og eventuelle bivirkninger.

Hvis du får hormoner lokalt, er der ingen øget risiko for kræft eller andre bivirkninger. Vi gynækologer udskriver det også til kvinder med brystkræft. Vil du alligevel gerne have et alternativ, findes der forskellige midler, du kan prøve, som ikke indeholder hormoner. Det kan for eksempel være Repadina Plus, som er stikpiller, der indeholder hyaluronsyre, I Say-produkterne, der indeholder tranebær, og Membrasin-vaginalcreme, der blandt andet indeholder havtornbærolie. Og endelig, som ovenfor nævnt, laserbehandling med MonaLisa Touch. Til dem, der er nervøse for at tage generelle hormoner, plejer jeg altid at sige: Prøv at tage hormoner i tre måneder. Se, hvordan det går, og så kan du tage stilling til, om du vil have dem fortsat. Generne går næppe i sig selv igen, så det at tage hormoner i skeden kan godt være en livsvarig behandling. Til gengæld har du et eller mange problemer mindre.