



auf einen positiven Effekt gehofft werden.
Wird die Hormonbehandlung sehr spät, also nach mehr als 5 Jahren, nach der letzten Regelblutung begonnen oder gibt es Vorschädigungen bezogen auf das Gefäßsystem, so besteht ein erhöhtes Risiko für Thrombosen, Herzinfarkte oder Schlaganfälle.

Bezogen auf das Risiko, eine Krebserkrankung zu erleiden, ist zu unterscheiden:

Wenn bei der Hormonbehandlung sowohl Östrogene als auch Gelbkörperhormone gegeben werden müssen, weil Gebärmutter und Gebärmutterschleimhaut noch vorhanden sind, dann ist das Risiko für eine Brustkrebsdiagnose erhöht. Die Gabe von Östrogenen allein geht mit einem erheblich gesteigerten Risiko für Gebärmutterschleimhautkrebs einher. Die alleinige Gabe von Östrogenen scheint – so der Stand des Wissens zum Zeitpunkt der Drucklegung dieser Informationen – keinen Einfluss auf das Risiko für Brustkrebs zu haben.

In beiden Fällen – Östrogene ohne oder kombiniert mit Gelbkörperhormonen – ist das Risiko für Eierstockkrebs etwas erhöht, bezogen auf Dickdarmkrebs ist es vermindert.

In Ihrer Frauenarztpraxis werden Sie gern individuell über die Vorteile und Nachteile einer Hormonbehandlung beraten. Nutzen Sie Ihre Möglichkeiten, das Beste für sich selbst zu tun – auch für die Zeit nach den Wechseljahren.

Überreicht durch:

Praxisstempel

Kontakt

📍 IMD Potsdam MVZ
Friedrich-Ebert-Str. 33
14469 Potsdam

☎ +49 331 28095-0
📠 +49 331 28095-99

✉ info@imd-potsdam.de
🌐 www.imd-potsdam.de



WECHSELJAHRE

Häufige Beschwerden und Behandlungsmöglichkeiten





Was sind die „Wechseljahre“ eigentlich genau?

Die Wechseljahre bezeichnen das „Klimakterium“, eine Zeit, in der es bei Frauen etwa zwischen dem 45. und dem 55. Lebensjahr, in manchen Fällen bereits auch früher, im Körper zu bedeutenden Veränderungen kommt. Die Produktion von Hormonen in den Eierstöcken nimmt nach und nach ab. Dadurch sind weniger Hormone vorhanden. Es kommt zu einem Hormonmangel und das Verhältnis von unterschiedlichen Hormonen zueinander gerät aus dem Gleichgewicht. Eine natürliche Folge ist, dass die Regelblutung erst unregelmäßig ist und zuletzt ganz ausbleibt. Die letzte Menstruation ist die sogenannte „Menopause“. Patientinnen mit Beschwerden in den Wechseljahren berichten zum Beispiel von:

- Blutungsstörungen
- Schlafstörungen
- Hitzewallungen
- depressiven Verstimmungen
- Gewichtszunahme.

Wichtig zu betonen ist, dass nicht alle Frauen in den Wechseljahren unter den gleichen Beschwerden leiden oder überhaupt Beschwerden haben. Das Erleben der Wechseljahre ist sehr individuell. Manchmal kommt es allerdings zu sehr erheblichen Beeinträchtigungen der Lebensqualität.

Wie werden Beschwerden in den Wechseljahren behandelt?

Die Ursachen der Beschwerden liegen im Hormonspiegel und können durch eine Hormonbehandlung, also mithilfe von Hormonersatzpräparaten, behandelt werden. Dafür stehen verschiedene Darreichungsformen zur Verfügung: Tabletten oder Kapseln zum Einnehmen sowie Gel oder Hautpflaster. Die Präparate unterscheiden sich außerdem in der Zusammensetzung ihrer Wirkstoffe sowie in ihrer Dosierung.

Mir wurde eine Hormonbehandlung empfohlen, obwohl ich gar keine Beschwerden habe. Warum?

Ungefähr jede dritte Frau hat beim Eintritt in die Wechseljahre keine Symptome durch den veränderten Hormonspiegel. Wir wissen heute aber, dass lang andauernder Hormonmangel mit einem Risiko für andere gesundheitliche Folgen verbunden ist, nämlich:

- Osteoporose (Erkrankung der Knochen mit Verlust der Knochenmasse)
- Herz-/Kreislaufkrankungen wie Arteriosklerose, Herzinfarkt oder Schlaganfall
- Störungen der kognitiven Leistungsfähigkeit wie bei der Alzheimerischen Erkrankung.

Eine frühzeitig nach der Menopause begonnene Hormonbehandlung kann helfen, langfristige Gesundheitsschäden zu vermeiden. Gerade im Hinblick auf die gestiegene Lebenserwartung können Frauen auch mit der Verwendung individuell abgestimmter Hormonpräparate bei einem bewussten Gesundheitsverhalten viel für Ihre Fitness, auch im späteren hohen Alter tun. Zu einem gesunden Lebensstil gehören ausreichend viel Bewegung, eine günstige Ernährung sowie der Verzicht auf Rauchen und übermäßigen Alkoholkonsum.

Hat eine Hormonbehandlung in den Wechseljahren Nebenwirkungen?

Wie bei jeder medikamentösen Therapie sind mögliche Nebenwirkungen zu berücksichtigen. Bei der Hormonbehandlung in oder nach den Wechseljahren ist dabei vor allem an das Risiko zu denken, von folgenden Erkrankungen betroffen zu sein:

- Thrombose (Gefäßverschluss)
- Herzinfarkt
- Schlaganfall
- Brustkrebs
- Gebärmutter-schleimhautkrebs
- Eierstockkrebs

Für diese Erkrankungen ist – im Vergleich zu Frauen ohne Hormonbehandlung – in bestimmten Konstellationen ein erhöhtes Risiko beobachtet worden.

Auf der anderen Seite konnte bei einer Hormonbehandlung in bestimmten Gruppen von Patientinnen ein verringertes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Störungen der Gedächtnisleistung und Dickdarmkrebs festgestellt werden.

Das Risiko für bestimmte Erkrankungen und die günstige Wirkung auf andere Gesundheitsbereiche muss für eine Therapieentscheidung also ganz individuell abgewogen werden. Ganz allgemein lässt sich sagen:

Die Vorteile einer Hormonbehandlung überwiegen die Nachteile

- *je früher eine Frau in den Wechseljahren nach der Menopause damit beginnt*
- *je jünger sie ist*
- *je gesünder sie ist.*

Genauer betrachtet:

Wenn eine Frau frühzeitig nach der Menopause bzw. in jüngerem Lebensalter eine Hormonbehandlung beginnt, so ist mittel- und langfristig eine günstige Wirkung auf die Herz-/Kreislaufgesundheit zu erwarten. Für ihre mentale Gesundheit, dabei die Gedächtnisleistung, darf ebenfalls