



## **Hormonbehandling i overgangsalderen**

Kvinder kommer i overgangsalderen omkring 45 til 55 års alderen. I menopausen, som perioden også kaldes, falder produktionen af østrogen i æggestokkene. For ca. en tredjedel af alle kvinder giver det så store gener, at hormonbehandling i overgangsalderen er relevant.

Tidligere er hormonbehandling i overgangsalderen blevet anklaget for en forhøjet risiko for at udvikle kræft eller blodpropper. Det har fået en del kvinder til at afholde sig fra at få hormonbehandling i overgangsalderen. Store internationale undersøgelser viser, at risikoen for at få kræft eller blodpropper som følge af behandling med hormoner er yderst minimal. Osteoporose og hjertekarsygdomme forringer livskvaliteten hos mange danske kvinder, og hormonbehandling omkring overgangsalderen beskytter dig mod disse.

Hvis du tidligere har haft brystkræft, er der alternative præparater der kan lindre generne. Men har du ikke haft brystkræft, så vil en lavdosis hormonbehandling i overgangsalderen give langt større fordele end den minimale risiko. Dårlig søvn og manglende energi og dermed motion giver større risiko for sygdom end der er risici ved at være i hormonbehandling i overgangsalderen.

Ny europæisk forskning viser, at overgangsalderen svækker kvindens lunger og hos nogle slider lige så meget som at ryge 20 cigaretter om dagen. Det skyldes, at det faldende østrogenniveau i kroppen kan skabe inflammation i lungerne. Kvinder med symptomer på besværet vejtrækning kan have særlig stort gavn af at være i hormonbehandling i overgangsalderen.

### **Fordele ved hormonbehandling i overgangsalderen:**

Giver forbedret søvnkvalitet – og dermed bedre livskvalitet

Mindsker eller fjerner helt hede- og svedeture

Forhindrer nedbrydning af dine knogler, obs familiær osteoporose

Afhjælper vandladningsgener

Øger din libido – hvor overgangsalderen ellers kan give tørre slimhinder og manglende sexlyst

Mindsker risikoen for at det lave østrogenniveau slider på lungerne



Kan forsinke hudens aldringsproces

Modvirker kognitiv forværring

Modvirker at du er grådlabil

### **Hormonbehandling – bivirkninger**

Hormonbehandling med østrogen i en lille dosis giver kun yderst sjældent bivirkninger. Kvinder, der tidligere har haft cancer, eller som ved, at de har øget risiko for at få cancer, bør dog som tidligere nævnt være opmærksomme på den minimale ændring i risikoen for brystcancer.

Er du nervøs for hormonbehandling bivirkninger, så kan du altid kontakte os og høre mere. Men lad ikke en minimal risiko for bivirkninger afholde dig fra at undgå gener, der kan forringe dit ægteskab, arbejdsliv og/eller sociale liv.

Det `kvindeliv` vi danske kvinder ønsker at leve i 40érne og 50érne harmonerer ofte dårligt med overgangsalderens tendens til dårlig søvn, manglende energi, problemer med hedeture og knogledbrydning. Den gamle frase med at `stå igennem` en overgangsalder harmonerer ikke med den måde jeg er udannet på hverken som gynækolog eller i mit kvindesyn.

Den svigtende koncentrationsevne kan påvirke dit præstationsniveau på arbejdet og have negativ indflydelse på dit mentale overskud. Flere undersøgelser peger på at kvinder omkring menopause ofte har sygefravær pga. gener der kan tilskrives nedsat hormonproduktion.

### **Reversibel behandling**

Noget af det fantastiske ved behandling omkring overgangsalderen, er at effekten af en lokal hormonbehandling (spray, gel eller plaster) mærkes meget hurtigt. Behandlingen er billig og lavpraktisk og effekten mærkes af de fleste efter få dage, vi følger dig altid op med en kontrol, hvor vi afgør om du er tilfreds med behandlingen eller der skal ændres. Ligeledes kan vi også stoppe behandlingen igen over få dage, hvis den ikke afhjælper dine gener.