

Gesund durch die Wechseljahre

DIE HORMONERSATZTHERAPIE KANN VIELE TYPISCHE BESCHWERDEN DES KLIMAKTERIUMS ERFOLGREICH BESEITIGEN. WESENTLICH DABEI IST ALLERDINGS, DASS SIE VON EXPERTEN UND NACH INDIVIDUELLER PROBLEMLAGE ERSTELLT UND DURCHFÜHRT WIRD.

Von Mag. Gabriele Vasak

70 bis 80 Prozent aller Frauen leiden in den Wechseljahren unter körperlichen oder seelischen Beschwerden. Ursache für diese Symptome sind das Absinken des Östrogenspiegels und die Verminderung der Progesteron-Ausschüttung. „Der Östrogenmangel führt bei vielen Frauen zu den klassischen Wechseljahrsbeschwerden wie Hitzewallungen, Schweißausbrüchen, Schlafstörungen und Schwindelattacken, häufig auch zu Stimmungslabilität oder Vergesslichkeit“, erklärt die Gynäkologin Univ.-Prof. Dr. Brigitte Schurz. „Zudem verliert die Haut an Spannkraft, die Schleimhäute können austrocknen, die Knochen brüchiger werden, und es kann zu Harninkontinenz-Problemen kommen.“

Hormonstatus vor Behandlung. Viele dieser Beschwerden können durch eine adäquate Hormonerersatztherapie beseitigt werden. Allerdings, so betont die Expertin, ist nicht jede Wallung oder jedes Schwitzen auf einen Östrogenmangel zurückzuführen: „Es wäre falsch, sofort eine Hormontherapie einzuleiten, ohne den Grund für die Beschwerden zu erforschen. Zunächst muss festgestellt werden, welche Hormone in welchem Ausmaß fehlen und welche Hormongabe in Frage kommt.“

Fehlt etwa speziell Progesteron, so kann es zu depressiven Verstimmungen, Migräne, Brustspannen, Gewichtszunahme und Wassereinlagerungen kommen. Deshalb wird vor Einleitung einer Behandlung ein Hormonstatus erhoben, denn die Hormongabe muss so natürlich und niedrig wie möglich angesetzt und auf die individuelle Situation einer Frau abgestimmt werden. Und für manche Frauen kommt aufgrund bestimmter Vorerkrankungen keine derartige Therapie in Frage.

„Solange Frauen mit Hormonmangel individuell und von Spezialisten therapiert werden, bestehen keine Bedenken gegen eine Hormonbehandlung.“

Univ.-Prof. Dr. Brigitte Schurz

Individuelle Konzepte. „Frauen mit bestimmten Gerinnungsstörungen, Mammakarzinom oder akuter Lebererkrankung sollten keine Östrogentherapie erhalten. In diesen Fällen kann man aber auf pflanzliche Medikamente zurückgreifen“, sagt Prof. Schurz. „Heute kann man mittels spezieller Genanalysen einerseits Störungen und Fehlfunktionen des weiblichen Hormonhaushaltes, andererseits auch ein eventuell erhöhtes Brustkrebsrisiko aufdecken. Deshalb ist es entscheidend, dass die Therapie von Spezialisten durchgeführt wird, die all das berücksichtigen, das richtige Präparat in der richtigen Dosierung und den richtigen Applikationsweg wählen.“

Jüngste Aufregungen um eine große amerikanische Studie zur Hormontherapie, die abgebrochen werden musste, da sich etwa das Risiko an Brustkrebs, Schlaganfall oder Herzinfarkt zu erkranken, signifikant erhöhte, beunruhigen Prof. Schurz nicht: „Die Einschlusskriterien der Studie sind nicht genau nachvollziehbar. Zudem wurde zu wenig Augenmerk auf die Risikofaktoren gelegt, und Studienteilnehmerinnen, die bereits 79 Jahre alt waren, erhielten zu hohe Hormondosen. Solange Frauen mit Hormonmangel aber individuell und von Spezialisten therapiert werden, bestehen keine Bedenken gegen eine Hormonbehandlung.“

