

Wechseljahre und die Zeit danach



Wechseljahre und die Zeit danach

Die Wechseljahre, das sogenannte Klimakterium, ist eine Zeit großer Umstellungen. Etwa zwischen dem 45. und 55. Lebensjahr kommt es nach und nach zu einem Erlöschen der Eierstockfunktion. Die Eierstöcke produzieren immer weniger Hormone (besonders Östrogene), es kommt zu einem Hormonmangel. Eine der Folgen ist das Ausbleiben der Regelblutung. Die letzte Regel nennt man Menopause.

Mit diesen Umstellungen im Klimakterium gehen vielfältige Beschwerden einher:

- Schlaflosigkeit
- Hitzewallungen
- depressive Verstimmungen
- Haarausfall
- Trockenheit und rapide Alterung der Haut
- Gelenksbeschwerden
- Gewichtszunahme u.a.

Die Heftigkeit der Beschwerden in den Wechseljahren ist von Frau zu Frau unterschiedlich. In manchen Fällen führen Sie zu einer erheblichen Beeinträchtigung der Lebensqualität

Warum sollte ich in den Wechseljahren Hormone nehmen?

Das Abnehmen der weiblichen Hormone ist eine natürliche Sache. Dennoch kann Hormonmangel langfristig zu schwerwiegenden Gesundheitsschäden führen, z.B.:

- Knochenmasseverlust (Osteoporose)
- Herz-Kreislauferkrankungen (Arteriosklerose)
- Alzheimerische Erkrankung u.a.

Durch eine angepasste Hormonersatztherapie im Klimakterium und Menopause können Sie diesen Erscheinungen vorbeugen. Ganz einfach und trotzdem effektiv. Die fehlenden Hormone werden ersetzt, der Mangel wird ausgeglichen, die Wechseljahresbeschwerden lassen nach, langfristigen Gesundheitsschäden wird vorgebeugt. Daher ist es aus medizinischer Sicht sehr sinnvoll, eine Hormonersatztherapie zu akzeptieren. Noch ein Hinweis: wir werden immer älter; deshalb sollten wir alles dafür tun, damit wir auch im hohen Alter gesund und fit bleiben. Hierzu gehört neben einer ausgewogenen Ernährung, maßvoller sportlicher Aktivität, Vermeidung von Nikotin und Alkohol auch der angepasste Hormonersatz im Klimakterium und danach.

Wie ist die Verträglichkeit der Hormonbehandlung?

Für eine Hormonersatztherapie gibt es verschiedene Möglichkeiten:

- Tabletten
- Gel
- Hautpflaster
- Spritzen

Die jeweilige spezifische Zusammensetzung des Präparates kann dabei variieren (Medikamente mit einem oder mehreren Wirkstoffen, verschiedene Konzentrationen der Wirkstoffe usw.). Dies beeinflusst die Wirkung des Medikamentes, aber auch die unerwünschten Nebenwirkungen.

Vor allem zu Beginn einer Hormonersatztherapie können Nebenwirkungen wie Brustspannen, Blutungen, Ödeme oder eine Gewichtszunahme auftreten. Dies kann Zeichen einer vermehrten oder ungünstigen Hormonwirkung sein, z.B. als Folge einer zu hoch dosierten Medikation oder Anwendung eines im Einzelfall ungeeigneten Präparates. Nur allzu oft kommt es in dieser Situation zu Verunsicherung und Ratlosigkeit.

Hormonsubstitution muss passen!

Mit Hilfe einer differenzierten Hormonuntersuchung ist eine individuelle Diagnose und damit eine optimale Einstellung der Hormontherapie möglich. Eine Hormonuntersuchung kann vor einer Therapie, aber auch unter der Therapie sinnvoll sein.