

## Blødningsforstyrrelser og hormonbehandling omkring overgangsalderen

**Menopausen (at menstruationerne ophører) indtræder ofte mellem 45-års alderen og 55-års alderen. Samtidig kan der være andre symptomer, fx hedeture, søvnproblemer, ledsmerter, tørhedsfølelse i skeden og påvirket lyst til sex.**

Hormonbehandling kan afhjælpe symptomerne, men det er vigtigt, at man vurderer den enkelte kvindes symptomer og risikofaktorer for andre sygdomme (eksempelvis knogleskørhed, brystkræft, hjertekarsygdomme).

### Almindelige symptomer omkring menopausen

- **Blødningsforstyrrelser:**

Foruden østrogen producerer æggestokkene hormonet progesteron, der hver måned – hvis der har været ægløsning – omdanner slimhinden i livmoderen, så den kan afstødes som en menstruation. Uden progesteron kan blødningen udeblive eller den kan blive uregelmæssig med vedvarende små eller store blødninger.

Progesteronproduktionen slutter før østrogenproduktionen i æggestokkene og mange har derfor uregelmæssige blødninger op mod overgangsalderen. De uregelmæssige blødninger kan man behandle ved at indtage progesteron (gestagen) fx 10 dage hver måned (cyklisk behandling). Efter perioden med gestagen kommer der en menstruationsblødning af begrænset varighed. En anden måde at behandle kraftige og uregelmæssige blødninger, kan være at indsætte en hormonspiral, der sørger for at holde slimhinden i livmoderen tynd.

- **Hedeture:**

Mange kommer gennem overgangsalderen uden de store problemer, men en del kvinder er plaget af hedeture, især natlige. Mens der endnu er menstruationer, kommer hedeturene oftest i perioderne op til menstruationen, hvor niveauet af østrogen er lavest.

Bedste behandling for hedeture er at erstatte den manglende østrogenproduktion. Hvis man tager rent østrogen, risikerer man uregelmæssige blødninger fordi livmoderslimhinden vokser under østrogenbehandlingen. Behandlingen bør derfor også omfatte gestagen, der enten kan gives dagligt i en lille dosis eller gives i kortere perioder, fx 12 dage hver 3. måned.

- **Tørre slimhinder**

Mange kvinder har problemer med tynde, tørre slimhinder i skeden, især nogle år efter menopausen. Man kan behandle effektivt med østrogencreme (Ovestin), østrogenring (Estring) eller stikpiller (Vagifem).

Hos ældre kvinder kan slimhinden i blæren og urinrøret også blive meget tynde og sarte, så der kommer hyppig vandladningstrang og evt. besvær med at holde på vandet. Her er bedste behandling også østrogenbehandling.

Nogle kvinder har problemer med slimhinderne selvom de tager østrogentabletter og kan have behov for også at tage lokal behandling.

## Risiko for brystkræft ved hormonbehandling

Mange frygter en øget risiko for brystkræft, hvis de tager hormoner.

Kunstigt østrogen giver ikke større risiko for brystkræft, end de hormoner man selv kan producere. Det vil sige, at hvis man tager hormoner fra man er 51 til man er 55, har man samme risiko for brystkræft som en kvinde, der først går i overgangsalderen som 55-årig.

Ved de første 5 års behandling kan der kun påvises en beskedent øgning af risikoen for brystkræft. Efter 10 års hormontilskud er risikoen øget lidt fra 10% (som gælder for alle) til 11%. Samtidig nedsættes risikoen for tyktarmskræft, som er en sygdom med større dødelighed end brystkræft.

Lokal østrogenbehandling (fx med stikpiller i skeden) anses for at være helt uden risiko.

## Hvorledes tages hormonerne bedst?

**Østrogen** kan tages som

- Tabletter
- Plasterbehandling på huden
- Gel på huden
- Stikpiller i skeden
- En ring i skeden

**Gestagen** kan tages som

- Tabletter
- Stikpiller i skeden
- Spiral

Der er en række fordele ved at give **østrogen**behandling gennem huden og det er derfor ofte den anbefalede form for behandling. Ved at anvende behandling gennem huden undgår man en øget risiko for blodpropper i benene og en øget risiko for hjertekarsygdom, der ses ved østrogenhormonbehandling med tabletter.

## Hvor meget hormon bør anvendes?

Når hormonbehandling er nødvendig, er der behov for at vurdere hvor meget hormon, der er brug for. Flere af hormonpræparaterne findes i forskellige styrker og man vil ofte begynde med en lille dosis og så øge mængden, hvis symptomerne ikke forsvinder.

## Er menstruationer nødvendige, hvis jeg skal tage hormoner?

Nej, nogle behandlinger er blødningsfrie, hvorimod andre former for hormonbehandling medfører blødning en gang om måneden eller sjældnere.

### **Risiko for blodpropper:**

Tabletbehandling øger risiko for blodpropper i benene og øger risiko for hjertekarsygdom. Vi anbefaler plasterbehandling, hvis man har øget risiko for dette. Ren østrogenbehandling øger ikke risiko for hjertekarsygdom.

### **Risiko for demens:**

Vi anbefaler ikke hormonbehandling efter 65-års alderen pga. risiko for demens.

### **Er hormonbehandlingen den samme til kvinder, der har livmoderen, som til kvinder, der har fået fjernet livmoderen?**

Nej, kvinder der har fået fjernet livmoderen har ikke behov for gestagenbehandling. Disse kvinder kan med andre ord anvende østrogen dagligt uden pauser og uden tilskud af gestagen.

### **Øges risiko for kræft i æggestokkene ved brug af hormoner?**

Ja, der synes at være en let øget risiko for kræft i æggestokkene ved anvendelse af hormoner.

### **Hvis du ønsker mere information:**

<https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/kvindesygdomme/illustrationer/animationer/hormonbehandling>

<https://www.sundhed.dk/borger/patienthaandbogen/kvindesygdomme/sygdomme/hormonbehandling/overgangsalderen-spoergsmaal-og-svar>