

Hormongaben: Einfluss von außen

von Saskia Fechte

Ein vorübergehendes Hormonchaos prägt die Wechseljahre. Was, wenn weitere Hormone ins Spiel kommen?



Prof. Dr. med. Inka Wiegratz, Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Gynäkologische Endokrinologie und Vorstand der Deutschen Menopause Gesellschaft e.V. weiß, welche Auswirkungen Hormonpräparate in der Umstellungsphase haben.



Foto: privat

Prof. Dr. med. Inka Wiegratz,
Fachärztin für Frauenheilkunde und
Geburtshilfe.

Verändert »die Pille« die Wechseljahre?

Hormonelle Verhütung, meist als Kombination von Estrogen und Gestagen, kann das Eintreten der Wechseljahre und die Symptome »verdecken«. Sie stellt jedoch keine adäquate Behandlung für klimakterische Beschwerden dar.

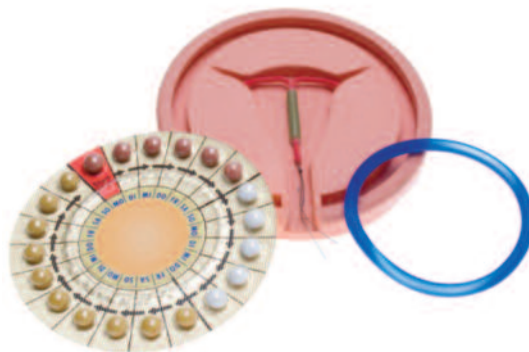
Was ist mit Hormonspirale, -pflaster und Vaginalring?

Wechseljahresbeschwerden werden durch Hormonspiralen weder gebessert noch verstärkt. Jedoch kommt es zu einer deutlichen Verminderung starker Menstruationsblutungen, die in den Wechseljahren häufiger auftreten.

Hormonspiralen geben ein Gestagen in unterschiedlichen Mengen ab, was mit einem gewissen Schutz der Gebärmutter Schleimhaut vor Entartung verbunden ist. Verhütungspflaster und Verhütungsring sind wie »die Pille« keine Option für eine Hormonersatztherapie.

Die Schilddrüse ist eng mit der Hormonbalance verknüpft. Was ändert sich da?

Die normale Schilddrüsenfunktion wird weder vom Estrogenmangel nach der Menopause, noch von einer Hormontherapie beeinflusst. Allerdings steigen die TSH-Werte* mit dem Alter. Bei etwa zwei Prozent der postmenopausalen Frauen liegt bereits eine manifeste, bei etwa 25 Prozent eine latente Schilddrüsenfunktionsstörung vor. Die Symptome ähneln typischen Wechseljahresbeschwerden: depressive Verstimmung, Gedächtnis- und Konzentrationsverlust, neuromuskuläre Beschwerden. Daher ist eine Abklärung der Schilddrüsenfunktion anzuraten.



Viele Frauen nehmen Schilddrüsenhormone. Müssen sie reagieren?

Nehmen Frauen mit einer Unterfunktion bereits Thyroxin, kann der Bedarf durch eine Hormonersatztherapie steigen. Aus diesem Grund sollten die Schilddrüsenwerte etwa zwölf Wochen nach Beginn einer Hormontherapie überprüft und die Thyroxindosis angepasst werden.

Welchen Frauen kann eine Hormontherapie helfen?

Eine unselektive, generelle Hormontherapie für alle Frauen ist heute obsolet. Behandelt werden lediglich Frauen mit Symptomen: Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Schlafstörungen, depressive Verstimmungen, Konzentrationsstörungen, Gelenkbeschwerden, trockene Schleimhäute, wiederkehrende Harnwegsinfekte, etc. Hier können Hormonpräparate die Beschwerden deutlich verbessern. Uns steht eine Vielzahl von Hormonpräparaten zur Verfügung, die sich in Zusammensetzung, Dosierung und Anwendung unterscheiden. So erfolgt die Behandlung individuell, den Bedürfnissen der Patientin angepasst.

Erhöht eine Hormontherapie das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen?

Es gibt zahlreiche Hinweise, dass ein früher Therapiebeginn unter 60 Jahren das Risiko für Herzinfarkte senken kann. Das sollte in der individuellen Nutzen/Risiko-Abwägung berücksichtigt werden, ist allerdings kein Grund, eine Hormontherapie zu beginnen. Liegen bereits deutliche Gefäßschäden vor, bei Diabetikerinnen oder Raucherinnen, ist dagegen mit einem erhöhten vaskulären Risiko für Schlaganfall oder Herzinfarkt zu rechnen.

Was ist mit dem Brustkrebsrisiko?

Eine kombinierte Hormonbehandlung mit Estrogen und Gestagen steigert das Brustkrebsrisiko in Abhängigkeit der Behandlungsdauer. Der Effekt ist allerdings im Vergleich zu anderen Risikofaktoren wie Adipositas eher gering. Eine alleinige Estrogenbehandlung kann das Brustkrebsrisiko sogar senken. Diese geht allerdings nur bei Frauen mit Hormonspirale oder deren Gebärmutter entfernt wurde.

*TSH: Thyreoidea-stimulierendes Hormon, wirkt stimulierend auf das Wachstum und die Hormonbildung der Schilddrüse.

www.menopause-gesellschaft.de

Was können alternative Maßnahmen?

Eine Einschätzung der DMG-Expertinnen.

Können hormonähnliche Pflanzenstoffe Wechseljahresbeschwerden mildern?

Prof. Dr. med. Petra Stute: Soja-Phytoöstrogene zeigten im Hinblick auf menopausale Hitzewallungen in den meisten Studien keinen wesentlichen Vorteil gegenüber Placebo. Möglicherweise besitzen nicht alle Menschen die entsprechende Darmflora, um Soja-Isoflavone umzuwandeln. Im Gegensatz zu Soja-Isoflavonen ist die Traubensilberkerze kein Phytoöstrogen, d.h. sie wirkt nicht über Hormonrezeptoren, sondern über den Gehirnstoffwechsel. Bei der Traubensilberkerze konnten Studien eine signifikante Verminderung von menopausalen Hitzewallungen zeigen. Auch wenn pflanzliche Präparate im Vergleich zur Hormontherapie schwächer sind, ist deren Nebenwirkungsprofil gut, sodass ein Behandlungsversuch mit diesen Präparaten unternommen werden kann. Bei Frauen mit Hitzewallungen nach Brustkrebs kann Traubensilberkerze gegeben werden, Soja-Phytoöstrogene allerdings bei unklarer Datenlage besser nicht.

Kann „Hormon-Yoga“ etwas bewirken?

Dr. med. Katrin Schaudig: Es gibt keine Daten, die zeigen, dass Yoga Einfluss auf die Eierstockfunktion hat oder den Eintritt der Menopause verzögert. Yoga kann jedoch leichte Beschwerden, die mit dem Estrogenabfall verbunden sind, günstig beeinflussen. Eine aktuelle Studie zeigt einen kleinen, aber signifikanten Effekt auf die Besserung der Lebensqualität bei peri- und postmenopausalen Frauen, besonders im Hinblick auf Hitzewallungen und Besserung der Sexualität. Einen Versuch ist es wert. Bei schweren postmenopausalen Beschwerden kann Yoga die adäquate Hormonersatztherapie jedoch nicht ersetzen.

Anzeige



Region Syrien/Irak

Wir unterstützen Frauen und Mädchen in Kriegs- und Krisengebieten.

Spendenkonto/IBAN:
DE92 3705 0198 0045 0001 63
BIC: COLSDE33
Sparkasse KölnBonn

Ihre Hilfe zählt!

medica mondiale

www.medicamondiale.org [/medicamondiale](https://www.facebook.com/medicamondiale)