

# Underlivet skal helst holde – hele livet!

I forbindelse med overgangsalderen holder æggestokkene op med at producere østrogen, og det giver anledning til diverse symptomer hos mange kvinder.

Som man kan se i Faktaboksen overfor, har op mod 50% 'lokale' gener, dvs. gener i selve underlivet. Disse organer er nogle af legemets mest østrogenfølsomme. Generne kan være kløe, svie, smerter ved samleje, pletblødninger, tørhedsfornemmelse, hyppige blærebetændelser og inkontinens. Man taler om 'sandpapirsfor-nemmelse'.

Mangel på østrogen får slimhinderne til at blive tyndere, mindre elastiske og dermed mere sarte. pH-værdien stiger, og slimhinderne bliver mere modtagelige for infektioner.

At slimhinderne i urinrøret også bliver tyndere (fig. 1), er blandt andet med til at forårsage inkontinens, mest af den såkaldte 'urge-type' (tranginkontinens = når jeg skal, så skal jeg her og nu).

Når man kigger på slimhinden i skeden (fig. 2), er

den bleg og tør, og ofte er der små, røde prikker samt lidt udflåd. Hvis kvinden kommer på grund af blødning, får hun også foretaget en ultralydsscanning for god ordens skyld, og her ses slimhinden i livmoderen helt tynd.

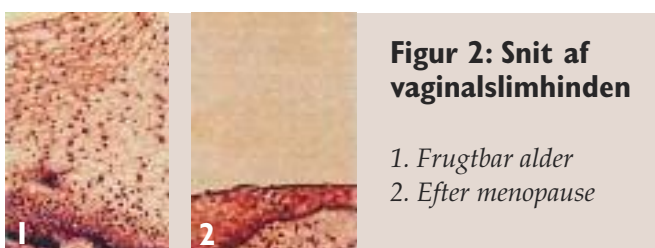
Hvis man har nogle af disse nævnte gener, er der hjælp at hente, hvis man vel at mærke går til sin læge eller gynækolog og beder om hjælp. Lægen vil kigge på slimhinderne, eventuelt undersøge urinen, og derefter skulle sagen være klar – tørre slimhinder, som trænger til behandling med lokalt østrogen.

Der er flere forskellige behandlingsmuligheder. Ovestin kan gives som vagitorier eller creme. Estring er en lille ring, som kan sidde i 3 måneder i skeden, før den skal skiftes ud. Vagifem er en lille vaginaltablett, som først gives dagligt i 14 dage, derefter 2-3 gange om ugen. Alle præparater vil i løbet af nogen tid få de tørre slimhinder, til at blive normale igen.

Det er vigtigt at understrege, at dette ikke er en kur, men en livslang behandling. Jeg oplever ofte kvinder, som er holdt op, fordi der ikke var mere på recepten, eller endnu værre kvinder, som holder op fordi 'nogen' fortæller dem, at man kan få kræft af at tage hormoner! De får så – igen – at vide, at med de undersøgelser, der indtil nu foreligger, er der ingen øget risiko for kræft, når man får lokal østrogenbehandling, og at vi ligefrem også tilbyder behandlingen til kvinder med brystkræft. Dosis er jo ganske beskedent – et helt års behandling med lokal østrogen svarer til hvad man får i 1½ dags tablettbehandling mod hedeture.

I løbet af uger til måneder vil slimhinderne normaliseres, generne aftager, vandladningsproblemerne bliver minder, og sex bliver igen en fornøjelse!

Der er ingen tid at spille – gå til lægen og bed om – eller forlang – at få hjælp!



# FAKTA

## OM OVERGANGSALDER

### Gener som sikkert skyldes hormonmangel

75% får Hedestigninger  
Svedeture, nattesved  
Søvnløshed  
Hjertebanken  
Blødningsforstyrrels

25-50% får Tørre slimhinder  
Smerter ved samleje  
Kløe og udflåd  
Natlig vandladningstrang  
Urininkontinens  
Hyppige blærebetændelser

25-40% får Knogleskørhed – hyppige knoglebrud

45% får Hjerte-kar-sygdomme

### Gener som IKKE sikkert skyldes hormonmangel

Irritabilitet  
Depression  
Koncentrationsproblemer  
Træthed  
Hovedpine  
Nedsat lyst til sex  
Ryg- og ledsmerter

#### OM FORFATTEREN

*Christine Felding*  
er speciallæge i gynækologi og  
obstetrik (kvindesygdomme og  
fødselshjælp).

Har egen Gynækologisk klinik:  
Rungsted Bytorv 1  
2960 Rungsted Kyst  
[www.felding.dk](http://www.felding.dk)



ABENA®

# Abri-Flex

## Enestående pull-ups



Fibre elastikker sikrer en  
markant bedre komfort  
og reducerer lækagerisikoen.

Et sikkert bevis på vores produktfilosofi:



Brugerens livskvalitet  
står altid i centrum.



Abena A/S · Egelund · 8200 Aabenraa · Tlf. 74 31 18 10  
e-mail: [info@abena.dk](mailto:info@abena.dk) · [www.abena.dk](http://www.abena.dk)