

Östrojen Kullanmadan Menopoz Yönetimi

Menopozal Semptomların Östrojen İçermeyen Tedavisi

Östrojen içermeyen tedaviler; östrojen bazlı menopozal hormon tedavisini (MHT) kullanmak istemeyen kadınlar için bir seçenektir. Bu tercih, kişinin kendi isteğinden kaynaklanabileceği gibi venöz tromboembolizm gibi eşlik eden hastalıklar veya hormon bağımlı kanserler (örneğin meme kanseri) açısından kişisel ya da aile öyküsü bulunmasıyla da ilişkili olabilir.

Ateş Basmalarının Tedavisi

- Medikal tedaviler şunları içerir:
Fezolinetant
Elinzanetant
Paroksetin
Sitalopram
Venlafaksin
Desvenlafaksin
Gabapentin
Pregabalin
Klonidin
- Yukarıdaki tedaviler genellikle sistemik östrojenlerden (MHT) daha az etkilidir.
- Bilişsel davranışçı terapiye kişisel gelişim/öz yardım kitapları ve çevrim içi kaynaklar aracılığıyla erişilebilir.

Vajinal Kuruluğun Tedavisi

- Lubrikanlar genellikle cinsel aktivite sırasında, gereksinim halinde kullanılır.
- Nemlendiriciler ise cinsel aktivite sırasında gereksinim halinde kullanılmak yerine, genellikle düzenli olarak kullanılır.
- Ospemifen, selektif östrojen reseptör modülatörüdür (SERM) ve oral yolla kullanılır.
- Prasteron veya dehidroepiandrosteron (DHEA) vajinal yolla uygulanır.
- Lazer tedavisi diğer bir yaklaşımdır; ancak etkinliğini ve güvenliğini değerlendirmek için geniş ölçekli, uzun dönemli çalışmalara gereksinim vardır.

İlaç Etkileşimleri

Medikal tedaviye başlanmadan önce, meme kanseri tedavisinde kullanılanlar gibi diğer ilaçlarla herhangi bir etkileşiminin olup olmadığının ve ayrıca gerekli izlem gereksinimlerinin kontrol edilmesi önemlidir.

Östrojen bazlı MHT, vajinal lubrikanlar ve nemlendiricilerle birlikte kullanılabilir; ancak ospemifen veya prasteron ile birlikte kullanımı araştırılmamıştır.

Bilgi alabileceğiniz kaynaklar

EMAS (2025). CareOnline. Health at menopause and beyond <https://emas-online.org/guidelines-and-education/#emas-care-online>

Paschou et al. (2024). Sexual health and wellbeing and the menopause: an EMAS clinical guide <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2024.108055>