

Menopoz Araştırmaları

Randomize Klinik Çalışmalar 1 – WHI

1990'ların başında tasarlanan ABD Kadın Sağlığı Girişimi (Women's Health Initiative, WHI) randomize çalışmalarında, 50–79 yaş arasındaki sağlıklı postmenopozal kadınlarda hormon tedavisi, kalsiyum ve D vitamini desteği ve beslenme düzenlemesi plasebo ile karşılaştırılmıştır.

Hormon Tedavisi Çalışması

- Tek başına 0,625 mg konjuge equine östrojen (CEE) (10.739 kadın) veya 0,625 mg CEE + 2,5 mg medroksiprogesteron asetat (MPA) kombinasyonu (16.608 kadın) günde bir kez uygulanmıştır.

İlk Temel Bulgular

- Plasebo ile karşılaştırıldığında, kombine tedavi kırıkları azaltmış ancak invaziv meme kanseri riskini artırmıştır.
- Tek başına östrojen, kırıkları ve invaziv meme kanseri insidansını ve buna bağlı mortaliteyi azaltmıştır.

18 Yıllık İzlem

- Medyan 5,6 yıl süreyle CEE + MPA veya medyan 7,2 yıl süreyle tek başına CEE kullanımı, toplam 18 yıllık izlem süresince tüm nedenlere bağlı mortalite, kardiyovasküler mortalite veya kanser mortalitesi riski ile ilişkili bulunmamıştır.

WHI sonuçlarını bildiren 2.000'den fazla yayın yayımlanmıştır.

Kalsiyum ve D Vitamini Çalışması

- **Girişim:** Günlük toplam 1000 mg elementer kalsiyum sağlayan kalsiyum karbonat ile 400 IU D3 vitamini kombinasyonu, günde iki doza bölünerek uygulanmış; plasebo ise günde iki kez bir tablet olarak verilmiştir (36.282 kadın).
- **Bulgular:** Yedi yıl sonunda kalsiyum ve D vitamini desteği: Kalça kemik yoğunluğunda küçük ancak anlamlı bir iyileşme sağlamış, Kalça kırığı riskini anlamlı ölçüde azaltmamış, Kolorektal kanser insidansını azaltmamış, Böbrek taşı riskini artırmıştır.

Beslenme Düzenlemesi Çalışması

- **Girişim:** Düşük yağ içeren beslenme modeli, olağan beslenme modeliyle karşılaştırılmıştır (48.835 kadın).
- **Bulgular:** Sekiz yıl sonunda incelenen sonuçların hiçbirinde (meme kanseri, kolorektal kanser veya koroner kalp hastalığı riski) anlamlı bir yarar saptanmamıştır.

Bilgi alabileceğiniz kaynaklar

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

Women's Health Initiative <https://www.whi.org>