

# Menopozal Sağlık

## Cinsel Sorunlar

Giderek daha fazla kadın 70'li yaşlarında ve sonrasında da cinsel olarak aktif kalmaktadır. Bu nedenle sağlık profesyonellerinin cinsel sorunları ele alma konusunda eğitilmiş olması gerekmektedir

### Başlıca Cinsel İşlev Bozukluğu Türleri

- Cinsel istek bozuklukları
- Uyarılma bozuklukları
- Orgazm bozuklukları
- Ağrı bozuklukları

Bu kategoriler birbirinden tamamen bağımsız değildir; birbiriyle örtüşebilir ve biri diğerine neden olabilir.

### Değerlendirme

- Cinsel öykü
- Cinsel sorunlar, gebelikler, postpartum komplikasyonlar ve cinsel istismar öyküsü
- Ağrı veya rahatsızlığın lokalizasyonu
- Mevcut cinsel işlev ve uygulamalar
- Partnerin cinsel sorunları (örn. erektil disfonksiyon)
- Tıbbi öykü
- Cinsel istek ve uyarılmayı etkileyen eşlik eden hastalıklar: kardiyovasküler hastalık, diyabet, depresyon ve tiroid hastalıkları
- Cerrahi ve prematür menopoz
- Kanseri ve kanser sonrası yaşam
- Kullanılan ilaçlar (özellikle antidepressanlar veya antipsikotikler)
- Female Sexual Function Index (FSFI) gibi valide edilmiş anketler
- Diyabet ve tiroid hastalığı gibi tıbbi durumları dışlamak amacıyla laboratuvar testleri

**Yaklaşık her iki kadından biri cinsel sorunlar yaşamaktadır. Bu sorunlar yaşam kalitesini azaltır ve kişilerarası ilişkileri etkiler.**

### Menopoz Sonrası Cinsel Sorunların Nedenleri

- Vajinal kuruluk
- Kronik hastalıklar
- Pelvik cerrahi ve radyoterapi
- Kişilerarası ilişkilerde yaşanan güçlükler
- Depresyon ve anksiyete
- Partnerin cinsel sorunları

### Tedavi Seçenekleri

- Lubrikanlar ve nemlendiriciler/ vajinal dilatatörler
- Topikal östrojenler
- Testosteron
- Danışmanlık, cinsel terapi, psikoterapi ve psikoeğitim
- Ağrı ve kuruluk için lazer tedavisi; ancak kullanımına ilişkin daha fazla kanıt gereksinim vardır.
- Vajinal dehidroepiandrosteron (DHEA) tedavisi
- Flibanserin ve bremelanotid gibi ilaçlar

**Cinsel sorunlar kronik olabilir veya daha önce normal olan cinsel işlevin ardından ortaya çıkabilir.**

### Bilgi alabileceğiniz kaynaklar

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

Conn & Hodges (2026). MSD Manual: Overview of sexual function and dysfunction in women (consumer version) <https://www.msmanuals.com/home/women-s-health-issues/sexual-function-and-dysfunction-in-women/overview-of-sexual-function-and-dysfunction-in-women>