

Menopoz Eğitimi

Sağlık Profesyonelleri İçin Temel Menopoz Müfredatı

Perimenopozal ve postmenopozal sağlığın yönetimi yalnızca jinekolojinin değil, sağlık hizmetlerinin tüm alanlarının temel konularından biridir. Tüm sağlık profesyonellerine yönelik kanıta dayalı menopoz eğitim programları için EMAS önerileri aşağıda özetlenmiştir.

Müfredat İçeriği

- Menopozla ilişkili terimlerin tanımları
- Menopoz türleri (doğal, indüklenmiş, prematür/erken)
- Menopoz evreleri (perimenopoz, menopozal geçiş, postmenopoz)
- Menopozal semptomlar ve bunların ilişkiler ve çalışma yaşamı üzerindeki etkileri
- Menopoz ve uzun dönem sağlık (kardiyovasküler hastalık, osteoporoz, bilişsel gerileme ve demans)
- Prematür over yetersizliği/erken menopoz ve bunların uzun dönem sağlık ve fertilité üzerindeki etkileri
- Klinik değerlendirme
- Meme ve serviks kanseri ile osteoporoz taraması
- Endokrin incelemeler (kimlere ve ne zaman yapılacağı)

Sağlık profesyonelleri, kadınların menopozla ilgili algı ve deneyimlerinin farklılık gösterebileceğini dikkate almalı ve kişiselleştirilmiş bir yaklaşım benimsemelidir.

Tüm sağlık profesyonelleri menopoz konusunda yüksek kaliteli eğitim almalıdır.

- Menopozda ve sonrasında sağlıklı kalmak için beslenme ve yaşam tarzı
- Menopozal hormon tedavisi
- Menopozal semptomlara yönelik östrojen içermeyen yaklaşımlar ve tedaviler
- Osteoporozla yönelik östrojen içermeyen tedaviler
- Bireysel tedavi seçeneklerinin kullanım süresi, yararları ve riskleri
- Tele-sağlık dahil olmak üzere menopoz sağlık hizmetlerinin sunumu

Eğitimin Sunumu

Bu müfredatın ideal olarak aşağıdaki yöntemlerle sunulması önerilir:

- Dersler
- Çevrim içi eğitim
- Klinik uygulama/stajlar

İdeal olarak bu içerik akredite menopoz uzmanları tarafından sunulmalıdır.

Bilgi alabileceğiniz kaynaklar

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

EMAS (2021). Position statement. The essential menopause curriculum for healthcare professionals <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2021.12.001>