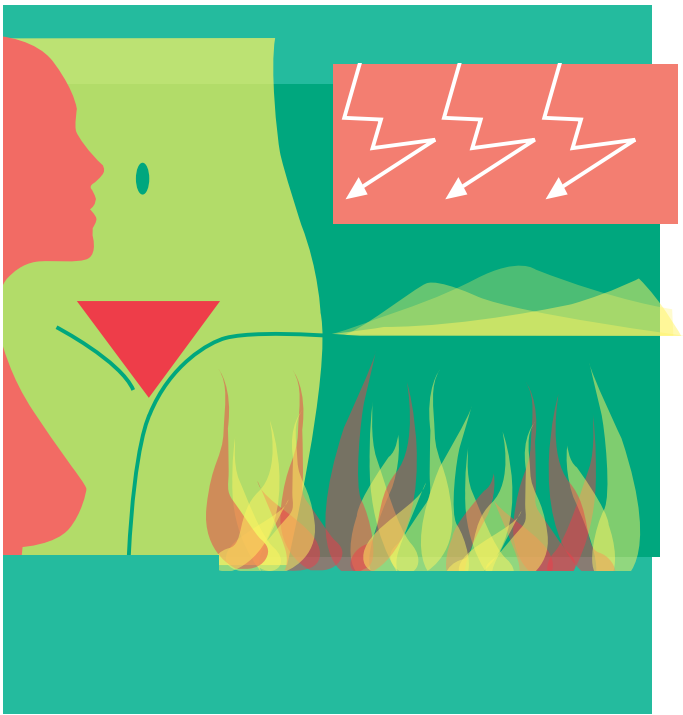


HORMONMANGEL UND SCHEIDENTROCKENHEIT IN DEN WECHSELJAHREN



INHALT

Lokale Beschwerden in den Wechseljahren	4
Warum treten urogenitale Beschwerden als Folge des Estrogenmangels auf?	5
Trockene Scheide und Schmerzen beim Sex	6
Juckreiz und Brennen	7
Behandlung	8
Glossar	11

LOKALE BESCHWERDEN IN DEN WECHSELJAHREN



Beschwerden im Vaginalbereich sind häufig Zeichen der abnehmenden körpereigenen Estradiolproduktion in den Wechseljahren.

Während des Klimakteriums lässt die Produktion von Estradiol und Progesteron in den Eierstöcken (Ovarien) nach. Es entsteht ein Hormonmangel, der sich auf alle Strukturen des Organismus auswirken kann, für die diese Hormone eine Steuerungsfunktion erfüllen. So sind unter anderem Schleimhäute, Bindegewebe, Knochen und Gehirn betroffen.

Weit verbreitete Wechseljahresbeschwerden wie Hitzewallungen, Schlafstörungen und Stimmungsschwankungen können die Lebensqualität erheblich einschränken.

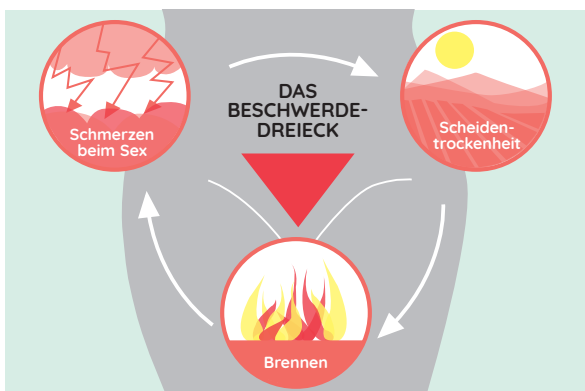
Bei Frauen in und nach den Wechseljahren sind es vor allem Beschwerden im vaginalen Bereich, die immer noch als Tabuthemen gelten. Häufig werden sie hingenommen und verschwiegen, obwohl das Sexualleben gestört ist. Psyche und Partnerschaft leiden oft empfindlich darunter.

Der Mangel an Estrogenen kann unter anderem zu Veränderungen im Genitalbereich führen. 4 von 10 Frauen in den Wechseljahren leiden unter lokalen Beschwerden wie Scheidentrockenheit, Juckreiz, Brennen und Schmerzen beim Geschlechtsverkehr.

WARUM TRETEN UROGENITALE BESCHWERDEN ALS FOLGE DES ESTROGENMANGELS AUF?

Die Haut der Scheide und das Bindegewebe im Beckenbodenbereich werden in besonderem Maße von Estrogenen, d. h. bestimmten weiblichen Geschlechtshormonen, reguliert. Dort befindet sich eine Vielzahl von Estrogenrezeptoren. Durch Estrogene werden im vaginalen Bereich Zellerneuerung, Durchblutung und Feuchtigkeitssekretion beeinflusst. Unter Estrogenmangel, wie er beispielsweise in den Wechseljahren auftritt, werden diese Rezeptoren nicht mehr ausreichend durch Estrogene aktiviert. Folglich verlangsamt sich die Zellerneuerung. Dies führt wiederum dazu, dass die Scheidenhaut dünner und empfindlicher wird. Die Durchblutung verschlechtert sich, das Gewebe verliert seine Feuchtigkeit und Elastizität.

Aufgrund der strukturellen Veränderungen wird auch der pH-Wert in der Scheide beeinflusst. Normalerweise liegt dieser im sauren Bereich zwischen 3,5 und 4,5. Dadurch bietet das Scheidenmilieu einen natürlichen Schutz vor Krankheitserregern. Kommt die Scheidenflora aus dem Gleichgewicht, können Infektionen die Folge sein.



TROCKENE SCHEIDE UND SCHMERZEN BEIM SEX

Die Feuchtigkeit in der Scheide entsteht zum einen durch die Bildung von Sekret aus Drüsen am Scheideneingang, die bei sexueller Erregung aktiviert werden, und zum anderen durch Flüssigkeit, die aus dem Blutgefäßsystem der Scheidenhaut austritt.

Durch die Rückbildung der Scheidenhaut und die schlechtere Durchblutung nimmt die Feuchtigkeit und damit die Gleitfähigkeit in der Scheide ab. Dies kann dazu führen, dass es beim Verkehr brennt oder sogar starke Schmerzen auftreten.



Gegenüber mechanischen Reizen ist die dünner gewordene Haut sehr viel empfindlicher. Je dünner das Epithel (Scheidenhaut) ist, desto größer sind die Schmerzen. Auch können beim Geschlechtsverkehr kleine Risse entstehen, die zu Blutungen führen.

JUCKREIZ UND BRENNEN

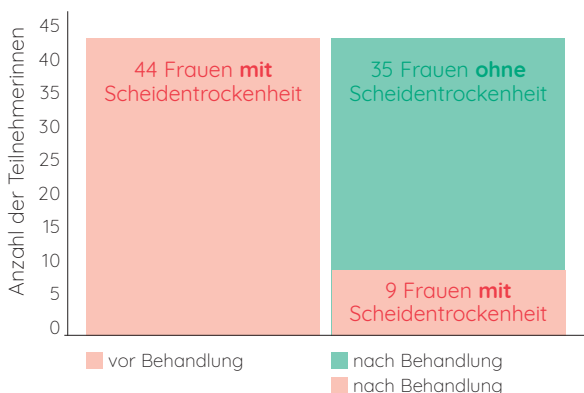
Oft führt die verringerte Feuchtigkeit in der Scheide zu Juckreiz und Brennen; nicht selten bildet sich ein Ausfluss aus der Scheide. Dies können aber auch Symptome einer Infektion sein. Die Art des Vaginalausflusses und die Symptome geben Hinweise auf die Ursache der vorliegenden Scheideninfektion.

Weißer, krümeliger Ausfluss und Jucken, Brennen am Scheideneingang sind Zeichen für eine Pilzinfektion, die z. B. durch den Hefepilz *Candida albicans* ausgelöst wird. Dünflüssiger, weißer, unangenehm riechender Ausfluss deutet auf eine bakterielle Fehlbesiedelung hin. In diesem Fall spricht man von einer bakteriellen Vaginose.

Durch den veränderten pH-Wert in der Scheide wird das natürliche Gleichgewicht der Scheidenflora gestört. Krankheitserreger können sich verstärkt vermehren und Infektionen verursachen.

ERFOLGREICHE LOKALE BEHANDLUNG MIT ESTRIOL*

Studie mit 44 Teilnehmerinnen in der Behandlungsgruppe



* Nach Dessole S. et al. (2004); Menopause 11(1): 49-56.

In jedem Fall sollten Sie Ihren Frauenarzt/Ihre Frauenärztin vertrauensvoll über Ihre Beschwerden im vaginalen Bereich informieren. Er/Sie wird die genaue Ursache feststellen und kann dann eine wirksame Therapie einleiten. Wichtig ist, Geduld zu haben. Zwar können hormonell bedingte Veränderungen im vaginalen Bereich wirksam behandelt werden, eine vollständige Regeneration kann man jedoch nur durch eine längerfristige Therapie erreichen.



LOKALE BEHANDLUNG MIT ESTRIOLHALTIGER CREME ODER VAGINALZÄPFCHEN

Liegt den Beschwerden ein Estrogenmangel zu Grunde, so bietet sich eine ursächliche Therapie mit dem körpereigenen natürlichen Estrogen Estriol an. In Form von Scheidenzäpfchen oder Vaginalcreme kann der Wirkstoff direkt dort angewendet werden, wo die Mangelerscheinungen auftreten – im Urogenitalbereich. Die lokale Anwendung von Estriol bietet sich insbesondere an, wenn nur lokale Beschwerden auftreten.

Sie kann jedoch auch bei Frauen erforderlich sein, die aufgrund anderer Wechseljahresbeschwerden wie Hitzewallungen und Schweißausbrüche bereits eine Hormontherapie erhalten. Die empfohlenen niedrigen Dosierungen reichen zum Teil nicht aus, das Estrogendefizit im vaginalen Bereich auszugleichen.

Durch das lokal zugeführte Estriol wird die Durchblutung der Scheidenhaut angeregt und die Regeneration des Scheidenepithels unterstützt. Aufgrund der besseren Befeuchtung wird die Gleitfähigkeit der Scheidenhaut wieder hergestellt. Sie wird elastischer und unempfindlicher. Die Beschwerden werden deutlich gelindert. Insbesondere Präparate mit dem gut wirksamen Estrogen Estriol in Form von Vaginalcreme, Vaginalzäpfchen oder Ovula (Schmelz-zäpfchen) haben sich bewährt.

Meist reichen bereits sehr niedrige Dosen von Estriol aus, um die urogenitalen Beschwerden zu lindern oder zu beseitigen.

GLEITCREMES / GLEITGEL

Mit (hormonfreien) Gleitcremes oder Gleitgelen kann die Scheidentrockenheit kurzfristig ausgeglichen und die Gleitfähigkeit verbessert werden.

Hier gilt es jedoch zu bedenken, dass damit die Ursache der Beschwerden nicht behoben werden kann. Gleitcremes / Gleitgele verbessern weder die Durchblutung noch unterstützen sie regenerative Prozesse.

Beckenbodenbereich	Muskulatur, Bindegewebe und Bänder, die die Organe des Beckens (Harnblase, Gebärmutter, Mastdarm) in der richtigen Position halten
Bindegewebe	Füll-, Hüll- und Stützgewebe im Körper
Candida albicans	Hefepilz
Epithel	Deckgewebe (Zellschicht), das die Oberfläche bedeckt (Haut) und die Oberfläche von Hohlorganen auskleidet (Scheide, Luftwege, u.a.)
Estradiol	Das in den Eierstöcken gebildete Hauptestrogen
Estriol	Schwächeres Estrogen, Stoffwechselprodukt von Estradiol
Estrogen	Oberbegriff für in den Eierstöcken gebildete weibliche Geschlechtshormone
Estrogendefizit	Mangel an Estrogenen
Estrogenrezeptor	Struktur auf der Zelloberfläche, die die Zelle für Estrogene empfindlich macht
Feuchtigkeitssekretion	Absonderung von Feuchtigkeit
Klimakterium	Die Wechseljahre, meist zwischen dem 45. und 55. Lebensjahr
Ovula	Scheidenzäpfchen / Schmelzzäpfchen (Einzahl: Ovulum)
pH-Wert	Maß für saure oder alkalische Reaktion
Progesteron	Weibliches Geschlechtshormon, das in der zweiten Zyklushälfte vom Gelbkörper gebildet wird, daher auch „Gelbkörperhormon“ genannt.
Regeneration	Wiederherstellung
Scheidenhaut/-epithel	Auch Vaginalepithel, -haut oder -schleimhaut; mehrschichtiges Epithel, das die Scheide auskleidet, welches sich unter dem Einfluss weiblicher Geschlechtshormone verändert.
Scheidenmilieu/-flora	Zusammensetzung verschiedener Mikroorganismen in der Scheide
urogenital	Harn- und Geschlechtsorgane betreffend
Vagina	Scheide
Vaginalinfektion	Besiedelung der Scheide mit krankmachenden Erregern

Weitere Informationen finden Sie unter
www.wechseljahre-verstehen.de

