

Как улучшить качество жизни женщин в менопаузе?
Есть ли метод, проверенный временем?

Жить полной жизнью в менопаузе возможно!

О необходимости, преимуществах и рисках заместительной гормональной терапии шла речь на симпозиуме «Как улучшить качество жизни женщин в менопаузе? Есть ли метод, проверенный временем?», прошедшем в рамках XI Всероссийского научного форума «Мать и Дитя».

На сегодняшний день почти 30% женщин России находятся в возрасте менопаузы. Специалисты констатируют: средний возраст наступления менопаузы у россиянок – 51 год, при ожидаемой продолжительности жизни 75 лет. Таким образом, треть своей жизни женщина живет в состоянии дефицита женских половых гормонов, что является основным источником проблем со здоровьем.

Тревога врачей обусловлена тем, что период менопаузы грозит ухудшением здоровья женщины. В это время могут появляться такие симптомы, как утомление, потеря либидо, бессонница. С наступлением менопаузы «приливы», характеризующиеся резким повышением температуры тела, наблюдаются у 75% женщин. У 30% женщин эти симптомы могут быть ярко выражены. Кроме того, снижение уровня эстрогенов может приводить к развитию серьезных патологических состояний, переломам, вызванным остеопорозом, сердечно-сосудистым заболеваниями.

Открывая симпозиум, д.м.н., профессор, президент Российской ассоциации гинекологов-эндокринологов и национальной ассоциации по менопаузе В.П. Сметник обратила внимание присутствующих на то, что для России вопрос здоровья женщин в период менопаузы стоит весьма остро. В нашей стране проживает около 21 миллиона женщин в возрасте старше 50 лет, из них заместительную гормональную терапию применяют без малого 131 тысяча человек. Совсем другая картина в Европе.

Например, в Швейцарии из 1 млн женщин, переживающих климакс, почти 154 тысячи получают препараты заместительной гормональной терапии (ЗГТ).

Почему же доля женщин в России, применяющих ЗГТ, так мала? Одной из основных причин специалисты называют малую осведомленность женщин о возможностях терапии эстрогендефицита, об эволюции в терапии менопаузальных расстройств и о преимуществах лечения новыми гормональными препаратами.

До сих пор при принятии решения о приеме гормонов в пери- и постменопаузе у женщин остаются опасения и сомнения относительно возможных осложнений на фоне приема ЗГТ. Для того чтобы исключить риски при применении ЗГТ, решение о назначении должно быть принято квалифицированным врачом, исходя из индивидуальных особенностей каждой женщины, и после проведения необходимых обследований, исключающих противопоказания.

Отдельно на симпозиуме рассматривался вопрос оценки эффективности, безопасности и приемлемости ЗГТ после хирургического удаления матки – гистерэктомии. По словам профессора, д.м.н., зав. кафедрой акушерства и гинекологии Российской медицинской академии последипломного образования Н.М. Подзолковой, возраст появления симптомов менопаузы после перенесенной гистерэктомии с сохранением яичников снижается до 45 лет (то есть в норме женщина переходит в период менопаузы на 5

лет позже – в 50–52 года). Гистерэктомия в репродуктивном и перименопаузальном периоде, несмотря на сохранение функции яичников, приводит к нарушению жирового, углеводного и липидного обмена и повышает риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. По данным научных исследований проведение ЗГТ у такого контингента женщин является обоснованным.

Современные исследования доказали: женщины, принимающие заместительную гормональную терапию до 60 летнего возраста, живут на 28–30% дольше тех, кто от нее отказался. По словам В.П. Сметник, надо успеть попасть в «окно» терапевтического воздействия – в течение 10 лет после последней менструации, а лучше всего в первые 5 лет. В некоторых случаях женщины начинают страдать от проявлений климактерического синдрома еще раньше, до окончания последних менструаций. Им тоже нужна помощь – заместительная гормональная терапия.

В России препараты ЗГТ применяются уже достаточно давно. В частности, накоплен 20-летний опыт по использованию одного из препаратов ЗГТ, который способен не только эффективно купировать симптомы климактерического синдрома, но и значительно улучшать качество жизни женщины, повышая ее самооценку, улучшая настроение и либидо, при этом препарат имеет хороший профиль безопасности.

Материал предоставлен проектом «Сюрпризов нет!»

МНЕКОЛОГИЯ