



Wechseljahre – Hormontherapie aktuell

In den Wechseljahren Hormone einnehmen oder nicht? Gut, wenn Frau für solch eine Entscheidung die Einschätzung eines Fachmanns kennt. Den aktuellen Stand der medizinischen Forschung vermittelte der renommierte Experte Professor Dr. Manfred Schubert-Zsilavecz, Frankfurt am Main, auf einem wissenschaftlichen Kongress für Apotheker.

»Von den Beschwerden, die Frauen vor und während der Wechseljahre plagen, ist der Nutzen einer Hormontherapie nur bei starken Beschwerden durch Hitzewallungen und trockene Scheide wissenschaftlich gesichert«, so der Experte. Wann diese Symptome als »schwer« eingeordnet werden, liegt im Ermessen des behandelnden Arztes. Erwiesenermaßen schützt eine Hormontherapie auch vor Knochenschwund, der Osteoporose. Allein dagegen helfen aber auch andere Arzneimittel. Verordnet werden die Hormone als Tabletten oder Pflaster oder als Gel für den lokalen Einsatz in der Scheide.

Gegen andere oft genannte Symptome durch den natürlichen Östrogenschwund, wie zum Beispiel Nervosität, Schlafstörungen, Depressionen, Gelenksbeschwerden, Gewichtszunahme und Schwindel liegt kein eindeutiger Nachweis der Wirksamkeit vor. »Eine Behandlung mit Hormon-
tablettten nutzt auch weder der Gedächtnisleistung noch verhütet sie

Symptome einer Demenz, wie Wissenschaftler einige Zeit lang annahmen«, konstatiert Schubert-Zsilavecz.

Den nutzbringenden Eigenschaften der Hormontherapie, abgekürzt HT, stehen mögliche Risiken gegenüber: So ist gesichert, dass eine Hormontherapie mit Tabletten nicht hilft, um einer Koronaren Herzkrankheit vorzubeugen. Im Gegenteil erhöht sie die Gefahr für einen Schlaganfall. Auch Thrombosen und Embolien treten häufiger auf als bei Frauen, die vor oder in den Wechseljahren keine Hormone einnehmen. Eine Kombination aus Östrogen und dem Hormon Gestagen erhöht außerdem das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken. Allerdings soll die Liste der Nebenwirkungen nicht generell vor einer Hormontherapie abschrecken: »Eine Frau, die von einem Hormonspezialisten nach eingehender Voruntersuchung mit Hormonen behandelt wird, hat ein sehr geringes Risiko, Probleme mit der Therapie zu bekommen«, erklärt der Experte. Und betont die Bedeutung der richtigen Arztwahl in diesem Zusammenhang: »Eine solche Therapie sollte nur von einem Facharzt durchgeführt werden.« Er achtet auch darauf, die drei Grundsätze für eine Behandlung mit Hormonen einzuhalten: Einsatz nur bei starken Beschwerden, so kurz wie möglich und so niedrig dosiert wie möglich.

Pflanzliche Östrogene aus Soja oder Rotklee, die man in Form von Nahrungsergänzungsmitteln in Apotheken bekommt, können Frauen einnehmen, ohne sich Sorgen über mögliche Nebenwirkungen zu machen – sofern sie sich an die angegebene Dosierung halten, sagte Schubert-Zsilavecz. Das gelte auch für den Einsatz von Extrakten der Traubensilberkerze.

Wichtig für den Arztbesuch

Damit eine Hormontherapie möglichst nur nutzt und nicht schadet, muss der Arzt von der Patientin über alle Krankheiten informiert werden, die sie selbst oder ihre Verwandten betreffen oder betroffen haben:

- Gibt es eine bekannte Neigung zu Blutgerinnseln im Körper, so genannten Thrombosen?
- Litt oder leidet die Patientin selbst oder litten deren weibliche Verwandte an Brustkrebs?
- Ist der Blutdruck zu hoch?
- Ist die Patientin Diabetikerin?
- Raucht sie?

