

KLİMAKTERİUM
ve MENOPOZPakize Özge KARKIN¹

GİRİŞ

Kadın hayatı her biri kendi içinde önemli olayları içeren dönemlerden oluşmaktadır. Doğumla birlikte başlayan evreler bir çok fizyolojik, endokrin ve duyu durum değişikliklerini de içerir. Yaşlanma ile birlikte üreme çağı sonlanan kadın menopoza ve klimakterium dönemlerine girmektedir.

Klimakterium kadınlarda reproduktif dönemden üreme dışı döneme geçişi anlatan periyod olarak tanımlanmaktadır. Senilyum olarak adlandırılan yaşlılık dönemine kadar devam eder.

Menopoz kadın hayatının doğal süreci içinde ovaryan folliküler aktivitenin kalıcı olarak durması ile menstruasyonların bitmesi ve üreme döneminin sona ermesi olarak tanımlanır. Son adet üzerinden 1 yıl veya daha fazla geçmesi ile menopoz tanısı retrospektif olarak konulur. Doğal menopoz için 12 aylık amenore döneminin bilinen bir patolojik veya fizyolojik sebebi olmamalıdır (1). Menopoz yaşı kişiden kişiye değişmekle birlikte ortalama 50'li yaşlara tekabül etmektedir. Menopoz yaşının ırk, menarş yaşı, ovulasyon sayılarından bağımsız olarak genetik kalıtımla ve sigara içimi ile alakalı olduğu düşünülmektedir (2).

Ellili yaşlarda ovaryan folliküllerin tükenmesi veya tükenmeye yakın olması ile birlikte östrojen seviyeleri düşmektedir. Hipoöstrojenimi ile folikül uyarıcı hormon [follicle-stimulating hormone (FSH)] düzeyleri artmaktadır. Menopoza 40 yaşından önce girilmişse bu durum doğal menopoza uyumlu değildir ve primer ovaryan yetersizlik olarak düşünülmelidir.

Perimenopoz ise irregüler menstrual sikluslar, hormonal değişiklikler ve doğurganlığın azalması gibi menopozun klinik, endokrinolojik, biyolojik ilk semptomları ortaya çıktığında başlayan ve menopozdan sonraki ilk 1 yılı kapsayan dönemdir. Perimenopozal dönem, son adet ortalama 4 yıl öncesinde başlayarak kadınların hayat kalitesinde bazı sorunlara sebep olabilmektedir. Düzensiz adet döngüleri, hormonlarda dalgalanmalarla birlikte uyku bozuklukları, duyu durum değişimleri, vaginal kuruluk ve sıcak basmaları bu sorunlardan bazılarını oluşturmaktadır.

Postmenopozal dönem son menstruasyondan sonraki dönemi tanımlamaktadır.

Adet döngüleri ve bir dizi endokrin değişiklik premenopozal dönemden postmenopozal döneme kadar sürmektedir. Perimenopoz öncesindeki geç reproduktif yaşlarda serum inhibin B dü-

¹ Uzm. Dr. Pakize Özge KARKIN, Manisa Demirci Devlet Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Bölümü
ozgekarkin@yahoo.com



17. Ateş basmaları geceleri daha sıktır ve bunlara gece terlemeleri de denilir.
18. Vazomotor semptomlar için HRT dışında alternatif tedaviler de mevcuttur.
19. HRT kullanımı siklik veya devamlı olabilir.
20. HRT'nin kesin kontrendikasyonları östrojen duyarlı kanserler, akut karaciğer ve safra hastalığı, tanı konulmamış anormal vaginal kanama, akut vasküler tromboz, akut tromboflebit ve yeni geçirilmiş miyokard infarktüsüdür.

KAYNAKLAR

1. Sherman S. Defining the menopausal transition. *Am J Med.* 2005;118 Suppl 12B:3-7. doi:10.1016/j.amjmed.2005.11.002
2. Berek, J.S. (2017). *Berek&Novak Jinekoloji*. (Ahmet ERK, Fazlı DEMİRTÜRK, Çev.Ed.). İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri
3. Freeman EW, Sammel MD, Gracia CR, et al. Follicular phase hormone levels and menstrual bleeding status in the approach to menopause. *Fertil Steril.* 2005;83(2):383-392. doi:10.1016/j.fertnstert.2004.06.066
4. Van Voorhis BJ, Santoro N, Harlow S, Crawford SL, Randolph J. The relationship of bleeding patterns to daily reproductive hormones in women approaching menopause. *Obstet Gynecol.* 2008;112(1):101-108. doi:10.1097/AOG.0b013e31817d452b
5. van Disseldorp J, Faddy MJ, Themmen AP, et al. Relationship of serum antimüllerian hormone concentration to age at menopause. *J Clin Endocrinol Metab.* 2008;93(6):2129-2134. doi:10.1210/jc.2007-2093
6. Hall JE. Neuroendocrine physiology of the early and late menopause. *Endocrinol Metab Clin North Am.* 2004;33(4):637-659. doi:10.1016/j.ecl.2004.08.002
7. "Climacter." *Merriam-Webster.com Dictionary*, Merriam-Webster. (<https://www.merriam-webster.com/dictionary/climacter>. Accessed 11 Nov. 2020.)
8. Therese Benedek Climacterium: A Developmental Phase. *The Psychoanalytic Quarterly.* 1950;19:1, 1-27
9. Schiff I, Regestein Q, Tulchinsky D, Ryan KJ. Effects of estrogens on sleep and psychological state of hypogonadal women. *JAMA.* 1979;242(22).
10. Woods NF, Mitchell ES. Symptoms during the perimenopause: prevalence, severity, trajectory, and significance in women's lives. *Am J Med.* 2005;118 Suppl 12B:14-24. doi:10.1016/j.amjmed.2005.09.031
11. Krebs E, Ensrud K, MacDonald R, et al. Phytoestrogens for treatment of menopausal symptoms: a systematic review. *Obstet Gynecol* 2004;104:824-836.
12. Newton K, Reed S, LaCroix A, et al. Treatment of vasomotor symptoms of menopause with black cohosh, multibotanicals, soy, hormone therapy, or placebo. *Ann Intern Med* 2006;145:869-879.
13. Freedman RR, Roehrs TA. Sleep disturbance in menopause. *Menopause.* 2007;14(5):826-829. doi:10.1097/GME.0b013e3180321a22
14. Dennerstein L, Dudley EC, Hopper JL, Guthrie JR, Burger HG. A prospective population-based study of menopausal symptoms. *Obstet Gynecol.* 2000;96(3):351-358. doi:10.1016/s0029-7844(00)00930-3
15. North American Menopause Society. The role of local vaginal estrogen for treatment of vaginal atrophy in postmenopausal women: 2007 position statement of The North American Menopause Society. *Menopause.* 2007;14(3 Pt 1):355-371. doi:10.1097/gme.0b013e31805170eb
16. Bromberger JT, Assmann SF, Avis NE, Schocken M, Kravitz HM, Cordal A. Persistent mood symptoms in a multiethnic community cohort of pre- and perimenopausal women. *Am J Epidemiol.* 2003;158(4):347-356. doi:10.1093/aje/kwg155
17. Schmidt PJ, Haq N, Rubinow DR. A longitudinal evaluation of the relationship between reproductive status and mood in perimenopausal women. *Am J Psychiatry.* 2004;161(12):2238-2244. doi:10.1176/appi.ajp.161.12.2238
18. Avis NE, Brambilla D, McKinlay SM, Vass K. A longitudinal analysis of the association between menopause and depression. Results from the Massachusetts Women's Health Study. *Ann Epidemiol.* 1994;4(3):214-220. doi:10.1016/1047-2797(94)90099-x
19. Cohen LS, Soares CN, Vitonis AF, Otto MW, Harlow BL. Risk for new onset of depression during the menopausal transition: the Harvard study of moods and cycles. *Arch Gen Psychiatry.* 2006;63(4):385-390. doi:10.1001/archpsyc.63.4.385
20. Dugan SA, Powell LH, Kravitz HM, Everson Rose SA, Karavolos K, Luborsky J. Musculoskeletal pain and menopausal status. *Clin J Pain.* 2006;22(4):325-331. doi:10.1097/01.aip.0000208249.07949.d5
21. Barnabei VM, Cochrane BB, Aragaki AK, et al. Menopausal symptoms and treatment-related effects of estrogen and progestin in the Women's Health Initiative. *Obstet Gynecol.* 2005;105(5 Pt 1):1063-1073. doi:10.1097/01.AOG.0000158120.47542.18
22. Chlebowski RT, Cirillo DJ, Eaton CB, et al. Estrogen alone and joint symptoms in the Women's Health Initiative randomized trial. *Menopause.* 2013;20(6):600-608. doi:10.1097/GME.0b013e31828392c4
23. National Osteoporosis Foundation (2010). *Fast Facts On Osteoporosis.* (2020, www.of.org.2010.)
24. Cauley JA, Robbins J, Chen Z, et al. Effects of estrogen plus progestin on risk of fracture and bone mineral density: the Women's Health Initiative randomized