



Was, jetzt schon die Wechseljahre?

Wenn Mitte 30 die Monatsblutungen unregelmässig werden und schliesslich ganz ausbleiben, denkt kaum eine Frau gleich an die Wechseljahre. Fakt ist jedoch: Eine von hundert Frauen ist bei ihrer letzten Monatsblutung jünger als 40 Jahre. Die Chance, Kinder zu bekommen, ist damit endgültig vorbei.

von *Therese Schwender**

«<< Warum trifft dieses Schicksal ausgerechnet mich?» Als Tabea Glockenberger** von ihrer Gynäkologin hören musste, dass sie keine Monatsblutung mehr haben würde, war sie gerade einmal 37 Jahre alt. Normalerweise findet die letzte Monatsblutung (Menopause) etwa im Alter von 52 Jahren statt. Ist die Frau beim Eintreten der Menopause jünger als 40, so wie Tabea Glockenberger, wird von einer vorzeitigen Menopause gesprochen. In der Schweiz sind etwa 1 Prozent der Frauen unter 40 und 0,1 Prozent der Frauen unter 30 betroffen.

Vorrat an Eizellen erschöpft

Bei der Geburt enthalten die Eierstöcke des Mädchens einen bestimmten Vorrat an Eizellen. Mit Einsetzen der Pubertät reift in jedem Monatszyklus eine dieser Eizellen heran. Ist der Vorrat erschöpft, kommt es zur Menopause. Warum es bei einigen Frauen schon vor dem 40. Lebensjahr soweit ist, kann noch nicht genau erklärt werden. Es gibt allerdings zahlreiche Hinweise auf genetische Faktoren, die bei der vorzeitigen Menopause eine wichtige Rolle spielen. So ist seit langem bekannt, dass die Menopause bei der

Tochter ungefähr im gleichen Alter eintritt wie bei ihrer Mutter. Das gehäufte Auftreten von familiären Fällen sowie Untersuchungen an Zwillingspaaren sind weitere Hinweise auf den Einfluss erblicher Faktoren.

Die Eizellen können aber auch während einer Krebsbehandlung, zum Beispiel durch eine Bestrahlung des Unterleibs oder bei bestimmten Chemotherapiearten, zerstört werden. Ein weiterer Grund für die vorzeitige Menopause ist die operative Entfernung der Eierstöcke aus medizinischen Gründen. «Entgegen der landläufigen Meinung erhöht aber die jahrelange Einnahme der Pille das Risiko für eine vorzeitige Menopause nicht», erklärt Christine Bodmer, Gynäkologin und Präsidentin der Schweizerischen Menopausegesellschaft. Bekannt ist hingegen, dass Rauchen einen negativen Einfluss haben kann.

Weiter ist es möglich, dass der Körper bei einer Autoimmunkrankheit wie zum Beispiel der rheumatoiden Arthritis Abwehrstoffe produziert, welche die Funktion der Eierstöcke blockieren. «Da diese Abwehrstoffe auch andere Drüsen im Körper in Mitleidenschaft ziehen, weisen diese Frauen häufig zusätzlich eine Unterfunktion der Schilddrüse auf», so die Gynäkologin.

Bedeutung der Symptome spät erkannt

Wie beim normalen Verlauf der Wechseljahre sind die ersten Anzeichen einer vorzeitigen Menopause häufig unregelmässige Blutungen, Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen, Scheidentrockenheit oder Probleme mit der Konzentration. Doch wer denkt mit Mitte dreissig schon an die Wechseljahre? Daher sehen viele Betroffene auch kaum einen Grund, sich an eine Gynäkologin oder einen Gynäkologen zu wenden.

Auch Tabea Glockenberger machte sich anfangs keine Sorgen, als mit 32 Jahren ihre Blutungen nur selten und unregelmässig kamen. Zuvor hatte sie die Pille abgesetzt, weil sie mit ihrem Mann eine Familie gründen wollte. Als sie nach über zwei Jahren noch immer nicht schwanger war, liess sie ihre Hor-

monspiegel bestimmen. Anfangs gaben diese noch keinen Grund zur Besorgnis. Mehrere Jahre versuchte sie dann mit verschiedenen Alternativtherapien, und zuletzt auch mit Hormonen,

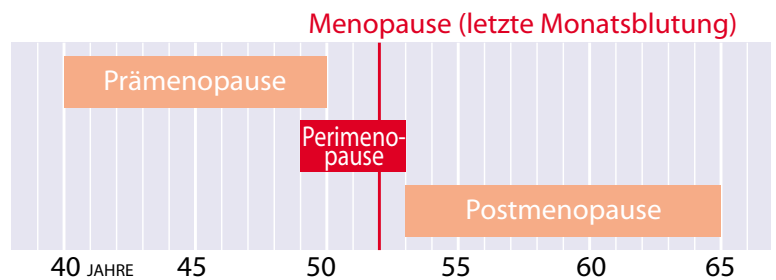
doch noch schwanger zu werden. Bis zu dem Tag, als sie mit der völlig unerwarteten Diagnose «vorzeitige Menopause» konfrontiert wurde.

«Treten unregelmässige Blutungen auf, ist ein Gespräch mit der Gynäkologin sicher angezeigt», empfiehlt Christine Bodmer. «Schliesslich gibt es auch andere Ursachen für diese Symptome, deshalb sollte unbedingt eine genaue Abklärung erfolgen.» So kann ein gutartiger Tumor der Hirnanhangdrüse oder die bereits genannte Unterfunktion der Schilddrüse dazu führen, dass die Periode ausbleibt.

Um die Diagnose «vorzeitige Menopause» mit Sicherheit stellen zu können, sind Untersuchungen der Hormonspiegel im Blut erforderlich. Erst wenn zweimal im Abstand von einem halben Jahr eine typische Hormonkonstellation festgestellt wird, gilt die Diagnose als gesichert. Lediglich bei einer Menopause aufgrund einer Chemotherapie gilt dies nicht unbedingt. Dann können sich die Hormonwerte auch noch nach längerer Zeit wieder normalisieren.

Folgeerkrankungen vorbeugen

Leider besteht nach einer vorzeitigen Menopause keine Möglichkeit mehr, die Funktion der Eierstöcke therapeutisch wieder herzustellen. Dabei kann eine vorzeitige Menopause die gleichen gesundheitlichen Probleme auslösen wie eine natürlich eintretende. Das sind zum Beispiel Osteoporose und ein erhöhtes Risiko für Herzinfarkte. Christine Bodmer empfiehlt daher, diesen Frauen auf jeden Fall eine Hormonersatztherapie anzubieten. Neue Studien belegen ausserdem, dass die operative Entfernung der Eierstöcke vor der Menopause das spätere



Die unterschiedlichen Phasen der Wechseljahre.

Risiko für eine Demenz- oder Parkinson-Erkrankung erhöht. Das Risiko steigt mit der Zahl der Jahre, die zwischen der Operation und dem erwarteten natürlichen Eintritt der Menopause liegen.

Neuorientierung nach Schicksalsschlag

Tabea Glockenberger hat ihr Schicksal schliesslich akzeptiert. Sie blickt nach vorn und hat neue Aufgaben gefunden, die ihr helfen, auch ohne eigene Kinder ein erfülltes Leben zu führen. Zu diesen neuen Aufgaben gehört auch, zusammen mit dem Zentrum Selbsthilfe eine Selbsthilfegruppe für Frauen mit vorzeitiger Menopause zu organisieren. Die Gruppe befindet sich noch in Gründung, neue Mitglieder sind herzlich willkommen (siehe *Kontakt*).

*Therese Schwender ist ausgebildete Tierärztin und arbeitet heute als Medizinjournalistin. Sie lebt in Hünenberg (ZG).

**Name geändert

info

Kontakt

Weitere Informationen zur Selbsthilfegruppe «vorzeitige Wechseljahre» sind erhältlich bei:
Zentrum Selbsthilfe
Feldbergstrasse 55
4057 Basel
Tel. 061-689 90 90
E-Mail: mail@zentrumselbsthilfe.ch
Internet: www.zentrumselbsthilfe.ch

Telefonzeiten:

Montag/Dienstag 10.00–12.30 Uhr
Mittwoch/Donnerstag 15.00–17.00 h