

גיל המעבר ורצפת האגן - דגשים



תמר שרון-סבן



כשאישה בגיל הזה אומרת שכואב לה

אטרופיה וגינלית

* כמעט חצי מנשים פוסטמנופאוזליות אינן יודעות על קרם אסטרוגן

Nappi. J sex medicine. 2012

* מסככים ומלחחים - lubricants and moisturizers

genitourinary syndrome of menopause

- International Society for the Study of Women's Sexual Health
- North American Menopause Society

תסמינים וסימנים הקשורים לירידה באסטרוגן והורמוני מין נוספים, הגורמים לשינויים באזור הגניטלי והאורינרי של האישה

כולל:

- יובש, עקצוץ, גירוד, שריפה, חוסר נוחות או כאב וקושי בתפקוד המיני
- דחיפות, קושי במתן שתן, דלקות חוזרות בשתן

טיפול באסטרוגן ודליפת שתן

עפ"י סקירה של ה-Cochrane (2012):

34 מחקרים שהקיפו יותר מ-19,000 נשים, מתוכן 9,000 קיבלו טיפול באסטרוגן:

- אסטרוגן מקומי - דיווחו על שיפור בסימפטומים
- טיפול אסטרוגני פומי - דיווחו על החמרה



*מתאים גם לתוצאת מחקר ה-WHI לגבי טיפול משולב באסטרוגן ופרוגסטין, כפי שדווח ב-2005

Cody et al. **Estrogens for urinary incontinence in women.** Cochrane review, 2012.

וגם נגד שאר מרעין בישיין:

כל מוצרי האסטרופן הווגינליים המסחריים יעילים בהקלת תלונות הקשורות באטרופיה וגינלית, וכן יעילים לסובלות מדחיפות במתן שתן, תכיפות או נוקטוריה, דליפת שתן במאמץ ובדחיפות ודלקות חוזרות בשתן

(מלחחים לא הורמונליים הם תחליף יעיל לאלה שסובלות מתסמינים מעטים או מינוריים)



טיפול משולב - מוטב

62 נשים עם SUI

2 קבוצות: רצפת אגן (כולל BF ו-ES) וכנ"ל + קרם אסטרוגן

הנשים השתפרו בשתי הקבוצות, בקבוצה השנייה יותר -

באופן משמעותי

castellani et al. **Low-Dose Intravaginal Estriol and Pelvic Floor Rehabilitation in Post-Menopausal Stress Urinary Incontinence**, Urol Int. 2015

טיפול באסטרוגן וצניחת אברי האגן (POP)

עפ"י סקירה של Chocrane מ-2010:

עפ"י המחקר הקיים לא ניתן לקבוע את האפקט של טיפול באסטרוגן על מניעה או טיפול בצניחת אברי האגן. הנתונים בנוגע לאוכלוסייה, התערבות ותוצאות טיפול אינם מספיקים כדי לקבוע המלצות ברורות.

Ismail, **Oestrogens for treatment or prevention of pelvic organ prolapse in women.** Cochrane Review. 2010

לא על האסטרונג לבדו...

סקירה בקרב 182 נשים הסובלות מ-dyspareunia בעקבות הפסקת מחזור:

רמות הורמונים \neq רמת כאב

משתנים קוגניטיביים-רגשיים (קטסטרופיזציה, דכאון, חרדה) ← מנבאים כאב

יחסים טובים בין בני הזוג  - קשר הפוך לרמת הכאב

Kao et al. **Biopsychosocial Predictors of Postmenopausal Dyspareunia: The Role of Steroid Hormones, Vulvovaginal Atrophy, Cognitive-Emotional Factors, and Dyadic Adjustment.** J Sex Med. 2013



תמר שרון-סבן

- ירידה/ שינוי בחשק המיני?
- (מה קורה עם בן הזוג?)

Anal incontinence

גורמי סיכון:

- היסטוריה של לידה מסובכת (מכשירנית, מצג עכוז, OASIS)
- menopause

- Bohle et al. **Menopause and obstetric history as risk factors for fecal incontinence in women.** Dis Colon Rectum. 2011
- Deoliveira et al. **Fecal incontinence in postmenopausal women: prevalence, severity and associated factors.** Arg gastroentol. 2006.
- Eogan et al. **The dual influences of age and obstetric history on fecal continence in parous women.** Int J Gynaecol Obstet, 2011.

דליפת צואה ו-menopause - שכיחות

סקירה בקרב 332 מטופלות (גיל ממוצע 60.8 +/- 17.8)
ב-10 מרכזי רפואה ראשונית בברצלונה, ספרד (שאלונים וראיונות פנים מול פנים)
Fecal incont. = איבוד גזים או צואה רכה/מוצקה, לפחות אחת לחודש

שכיחות:

15% מ-100 מטופלות בארגנטינה

(גיל ממוצע 59 +/- 6)

8% - מוגדר כדליפה ברמה בינונית

סה"כ 12%

• דליפת גזים (8%)

• דליפת צואה רכה (7.5%)

• דליפת צואה קשה *(5.7%)

Bohle et al. **Menopause and obstetric history as risk factors for fecal incontinence in women.** Dis Colon Rectum. 2011

Deoliveira et al. **Fecal incontinence in postmenopausal women: prevalence, severity and associated factors.** Arg gastroentol. 2006.

ואסטרוגן יעזור?

לא נמצאו הבדלים במס' הרצפטורים לאסטרוגן ולפרוגסטרון בתעלה האנאלית לפני ואחרי הפסקת המחזור

Pares et al. **Expression of estrogen and progesterone receptors in the anal canal of women according to age and menopause.** Dis Colon rectum, 2010

ומבחינה קלינית:

RCT כפול סמיות

36 נשים עם דליפת צואה לאחר הפסקת מחזור (בנות 48-84)

קרום אסטרוגן/ פלצבו 3 פעמים ביום למשך 6 שבועות

נראה שיפור בשתי הקבוצות (עפ"י שאלון איכות חיים - Wexner's fecal Incon. Score)

ללא הבדל סטטיסטי ביניהן...

Pinedo et al. **Are topical oestrogens useful in faecal incontinence? Double-blind randomized trial.** Colorectao dis. 2009.

ייתכן שבנוגע לדליפת צואה - אפקט ההזדקנות (AGING) משמעותי יותר מחוסר האסטרוגן (?)

כן, אנחנו גם מזדקנות בינתיים...



Eogan et al. **The dual influences of age and obstetric history on fecal continence in parous women.** Int J Gynaecol Obstet, 2011.

Mous et al. **Long-term effects of anal sphincter rupture during vaginal delivery: faecal incontinence and sexual complaints.** BJOG, 2008.

האם תוצאות התרגול של שרירי
רצפת האגן שונה אצל נשים בגיל
המעבר?

Impact of menopausal status on the outcome of pelvic floor physiotherapy in women with urinary incontinence (Nygaard et al. 2013)

96 נשים שהשתתפו בתכנית לתרגול שרירי רצפת האגן
שיפור משמעותי ב-SUI, UI, Urgency, Frequency, Nocturia-
אצל נשים לפני / אחרי הפסקת מחזור - ללא הבדל

Pelvic floor muscle training for urinary incontinence: a comparison of outcomes in premenopausal versus postmenopausal women. (Betschart, 2013)

נשים שטופלו בין ינואר 2003 לדצמבר 2005 במח' גינקולוגית בבי"ח
האוניברסיטאי בציריך - עקב SI, UI, Mix Inc.
שביעות הרצון מתוצאות תרגול שר"א דומה בין נשים לפני / אחרי הפסקת מחזור

Do stages of menopause affect the outcomes of pelvic floor muscle training? (Tosun, 2015)

122 נשים (SI + MIX) – 3 קבוצות בהתאם לדרגת ה-menopause*
כולן השתפרו משמעותית (חוזק כיווץ, סיבולת, pad test, stop test)
אבל הקבוצה שהכי השתפרה – באמצע גיל המעבר ומיד לאחריו

*חלוקה עפ"י :

Stages of Reproductive Aging Workshop staging system (2012)

של ה-North American Menopause society

Menarche

FMP (0)

| Stage | -5 | -4 | -3b | -3a | -2 | -1 | +1 a | +1b | +1c | +2 |
|---------------------------|---------------------|---------|---------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------|---------------|---------------------------|------|
| Terminology | REPRODUCTIVE | | | | MENOPAUSAL TRANSITION | | | POSTMENOPAUSE | | |
| | Early | Peak | Late | | Early | Late | Early | | | Late |
| | | | | | <i>Perimenopause</i> | | | | | |
| Duration | <i>variable</i> | | | | <i>variable</i> | 1-3 years | 2 years (1+1) | 3-6 years | <i>Remaining lifespan</i> | |
| PRINCIPAL CRITERIA | | | | | | | | | | |
| Menstrual Cycle | Variable to regular | Regular | Regular | Subtle changes in Flow/ Length | Variable Length Persistent ≥ 7 - day difference in length of consecutive cycles | Interval of amenorrhea of ≥ 60 days | | | | |