

# טיפול נרתיקי-הורמונלי משפר את חיי המין של נשות גיל המעבר

ד"ר ירון בוקר

## הורמונים בגיל המעבר – לתת או לא לתת?

רבות דובר בשנים האחרונות על הטפול ההורמונלי החילופי בגיל המעבר. שנים רבות היה מקובל לתת לנשים במנופאזה תחליפי הורמונים למניעת תופעות גיל המעבר ואוסטיאופורוזיס. לפני כעשר שנים פורסם מחקר גדול שהראה על קיום תופעות שליליות של מתן הורמונים ואז החל מסע של דיונים וחילוקי דעות, הקיימים עד היום, בין המומחים האם אכן מסקנות המחקר היו נכונות ומתי בכל זאת ראוי ונכון לתת טיפול הורמונלי.

## מהם השנויים הגופניים בגיל המעבר?

גיל המעבר גורר שנויים גופניים, לעיתים משמעותיים, אצל רוב הנשים. השינויים יכולים להיות מידיים או הדרגתיים, קשים או קלים, קצרים או ממושכים ושונים באופיים אצל כל אשה ואשה. השינויים כוללים בין היתר גלי חום, עצבנות, הפרעות בשינה, שנויים באלסטיות העור, יובש בנרתיק וירידה בחשק המיני. השינויים נובעים מירידה בפעילות השחלות ועקב כך ירידה ברמות הורמונים שונים ובראשם האסטרוגן והפרוגסטרון.

## האם יש שינויים גם בתפקוד המיני?

השינויים בתחום המיני כוללים כאמור ירידה בחשק המיני ויובש בנרתיק הגורמים באופן משני לכאבים בעת קיום יחסי מין ולכן גם ירידה בתדירות יחסי המין ובהתעניינות במין בכלל. הירידה בהורמונים גורמת לירידה בחשק המיני באופן ישיר, אך חשוב להדגיש שהיובש הנרתיקי והכאב גם הם תורמים באופן משני לירידה בחשק. ברור שאשה החווה יובש וכאב לא מעוניינת לקיים יחסי מין. הגוף מפעיל מעין מנגנון הגנה נגד יחסי המין על ידי יצירת תחושת חוסר חשק מיני ולכן טיפול שימנע יובש נרתיקי, יכול באופן משני גם להעלות את החשק המיני.

## האם יש טפול יעיל ולא מסוכן ליובש הנרתיקי?

הטיפול ליובש הנרתיקי ניתן בטבליות או משחה המושמים בנרתיק בין 2-3 פעמים בשבוע, עדיף לפני השינה וללא קשר לקיום יחסי מין. כאמור יש חילוקי דעות בין המומחים לגבי מתן טיפול הורמונלי, אך הנקודה המשותפת בין כל המומחים היא שמתן אסטרוגן במתן מקומי בנרתיק אינו בעייתי מבחינה רפואית ואינו מעלה סיכון לגידולים, מחלות לב או כלי דם. הספיגה וההשפעה של האסטרוגן היא בעיקרה מקומית ומשפיעה רק בסביבת הנרתיק. הטיפול עוזר גם במניעת דלקות בדרכי השתן, השכיחות יותר בגיל המעבר. כמובן שמניעת היובש גורמת לתחושת נוחות בנרתיק, חוסר כאב ביחסי מין ובעקבות כך גם עליה בחשק המיני.

## מה חדש בשטח המחקר?

מחקר שפורסם לאחרונה בעיתון הרפואי Menopause העוסק בבעיות גיל המעבר, בדק את השפעת הטיפול ההורמונלי הנרתיקי על חיי המין.

המחקר בוצע בארצות הברית בצורה של סקר אינטרנטי. בסקר השתתפו כ-1000 נשים בגיל המעבר בגילאי 55-65 החיות בזוגיות וסבלו מחוסר נוחות בנרתיק וכן 1000 גברים, בני זוגן של נשים בעלות מאפיינים דומים. המחקר בדק את השפעת הטיפול האסטרוגני המקומי על כאב בקיום יחסי מין, חשק מיני ואינטימיות המינית.

החוקרים מצאו שחוסר הנוחות הנרתיקית פגעה באינטימיות המינית ב- 58% מהנשים, גרמה לירידה בחשק המיני ב- 64% מהנשים ולכאבים בקיום יחסי מין ב- 64% מהנשים.

הגברים השיבו שלדעתם, חוסר הנוחות הנרתיקית פגעה באינטימיות ב- 78% מנשותיהם, ירידה בחשק המיני ב- 52% וכאב בקיום יחסי מין ב- 59% מהנשים. 30% מהגברים והנשים השיבו שהבעיה גרמה להם להפסיק לקיים יחסי מין בכלל.

הטיפול הנרתיקי שיפר את המצב באופן משמעותי.

56% מהנשים דיווחו שיחסי המין היו כואבים פחות, 41% דווחו שיחסי המין היו מספקים יותר ובאופן כללי הביא הטיפול לשיפור חיי המין אצל 29% מהנשים. 57% מהגברים שנשותיהן קיבלו טיפול מקומי אמרו שהם מצפים לקיום יחסי המין בעקבות הטיפול.

החוקרים מסכמים שליושב הנרתיקי ישנה השפעה שלילית על חיי המין בזוגות בהן האשה בגיל המעבר והטיפול הנרתיקי באסטרוגן מביא לשינוי בתחושה ולשיפור חיי המין.