

Overgangsalder med hiv

Et faktaark til kvinder med hiv, hiv-læger, gynækologer og andre sundhedsfaglige
Udarbejdet af The Menopause Working Group, WAVE, EACS



Overgangsalder hos kvinder med hiv

Et stigende antal kvinder med hiv går gennem overgangsalderen. Viden om symptomer og tegn på overgangsalder er ofte begrænset, både blandt hiv-læger og hos kvinderne selv, og gynækologer mangler ofte indsigt i de hiv-specifikke aspekter af overgangsalderen.

Som følge heraf får kvinder med hiv ofte utilstrækkelig behandling i forbindelse med overgangsalderen, selvom de har en højere forekomst af symptomer, som kan være mere udtalte og alvorlige end hos kvinder uden hiv. Dette er særligt vigtigt, fordi kvinder med hiv har en øget risiko for knogleskørhed, hjerte-kar-sygdomme og depression, tilstande, der alle bliver mere fremtrædende i overgangsalderen.

Vurdering af (peri)menopause og dens symptomer

- Symptomer begynder som regel i perimenopausen → derfor bør screeningen igangsættes inden menstruationen helt ophører.
- Kun nødvendige ved tidlig overgangsalder, for tidlig ovarieinsufficiens eller atypiske symptomer (for at udelukke andre årsager).
- Symptomer på overgangsalder, og bivirkninger fra kan overlappe. Dette kan føre til angst og nedsat efterlevelse af hiv-behandlingen (ART-adherence).
- Korrekt identifikation af, hvor symptomerne stammer fra, er afgørende.
- Menopause Rating Scale (MRS) er et nyttigt redskab til både selv vurdering og klinisk monitorering.

Definitioner

Perimenopause: perioden op til overgangsalderen, inden menstruationen ophører

Overgangsalder (menopause): det permanente ophør af menstruationscyklussen (efter 12 måneder uden menstruation)

Postmenopause: livsfasen efter overgangsalderen

For tidlig ovarieinsufficiens: overgangsalder, der indtræffer før 40-års alderen

Tidlig overgangsalder: overgangsalder, der indtræffer mellem 40 og 45 år

Almindelige symptomer på overgangsalder

- Hedeture og nattesved
- Søvnforstyrrelser
- Hovedpine/migræne
- Muskel- og ledsmerter
- Vægtøgning
- Ændringer i hud og hår
- Angst
- Kognitive problemer (>hjernetåge<)
- Træthed
- Nedtrykthed/lavt humør
- Skedetørhed og smerter ved samleje (dyspareuni)
- Symptomer fra urinvejene
- Nedsat sexlyst

Der er beskrevet mere end 34 forskellige symptomer i forbindelse med overgangsalderen.

Overgangsalder-relaterede følgesygdomme

Overgangsalderen øger yderligere den i forvejen forhøjede risiko for:

- Knogleskørhed (osteoporose)
- Hjerte-kar-sygdomme
- Depression

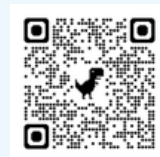
Screening og behandling bør tilbydes rutinemæssigt.

Behandling

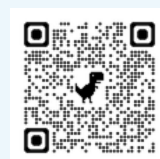
- Behandling bør tilbydes alle med symptomer på overgangsalderen
- Adfærdsstrategier: netværksstøtte, kognitiv adfærdsterapi (CBT), mindfulness, akupunktur
- Der findes nogle beviser for isoflavoner og sort cohosh, men dokumentationens kvalitet og sikkerheden kan variere
- Vaginal østrogen: effektivt mod seksuelle og urogenitale symptomer, og kan bruges af de fleste kvinder
- Systemisk hormonbehandling: forbedrer livskvalitet, reducerer risikoen for knogleskørhed (osteoporose), hjerte-kar-sygdomme og dødelighed af alle årsager
- Transdermalt østrogen (med progesteron, hvis livmoderen er til stede) foretrækkes på grund af lavere risiko for blodpropper
- Kontraindikationer: nuværende eller mistænkt brystkræft eller østrogenafhængige kræftformer, ikke afklaret vaginal blødning
- Kvinder med for tidlig ovarieinsufficiens eller tidlig overgangsalder bør modtage systemisk hormonbehandling indtil den naturlige overgangsalder
- Lægemiddelinteraktioner: Tjek for interaktioner mellem ART, hormonbehandling og andre behandlinger (inkl. kosttilskud); juster ART om nødvendigt

Vigtige anbefalinger

- Vurder menstruationscyklus og screen for symptomer regelmæssigt (f.eks. årligt hos kvinder >40 år)
- Brug Menopause Rating Scale til både selv vurdering og klinisk vurdering
- Identificer og behandl eller henvis kvinder med for tidlig ovarieinsufficiens og tidlig overgangsalder
- Henvis eller tilbyd behandling til alle med symptomer relateret til overgangsalder
- Brug Liverpool drug interaction checker til tjekke interaktioner mellem ART og behandling mod overgangsalder
- Vurder rutinemæssigt mental sundhed, knoglesundhed og hjerte-kar-risiko.



Menopause Rating Scale



Liverpool Drug Interaction Checker

Selvom udtrykket »kvinder« bruges i dette faktaark, anerkender vi, at transkønnede og ikke-binære personer også oplever overgangsalderen. Denne vejledning gælder også for dem.

Ressourcer:

Menopause Rating Scale: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC12914663/>; <http://www.hqlo.com/content/1/1/28>; **University of Liverpool HIV Drug Interactions website:** <https://www.hiv-druginteractions.org/>. **Peer support** – Grows Project/Sophia Forum: <https://sophiaforum.net/women-with-hiv-growing-older-wiser-and-stronger-grows/>; <https://sophiaforum.net/guide-to-menopause-for-women-living-with-hiv/>. **Aidsmap Menopause & HIV Factsheet:** <https://www.aidsmap.com/about-hiv/menopause-and-hiv>

Kontakt: WaveSecretariat@eacsociety.org