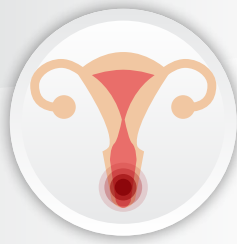


LIỆU PHÁP NỘI TIẾT MÃN KINH LÀ GÌ, CÓ AN TOÀN KHÔNG?

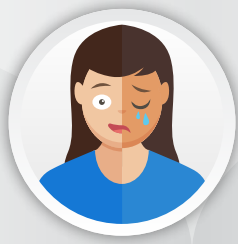
Vào giai đoạn mãn kinh, nồng độ oestrogen giảm có thể gây các triệu chứng như:



BỐC HOẢ



KHÔ RÁT
ÂM ĐẠO



THAY ĐỔI
KHÍ SẮC



RỐI LOAN
GIẤC NGỦ

Liệu pháp nội tiết mãn kinh hay MHT (còn được gọi là liệu pháp nội tiết thay thế hay HRT) là biện pháp hiệu quả nhất để cải thiện các triệu chứng mãn kinh.

Ngoài việc là biện pháp hiệu quả nhất để kiểm soát các triệu chứng mãn kinh, liệu pháp nội tiết mãn kinh còn mang lại nhiều lợi ích khác cho sức khỏe của bạn.

Nguy cơ cộng thêm của liệu pháp nội tiết mãn kinh trên huyết khối, đột quỵ và ung thư vú là rất thấp, tương đương với nguy cơ của các yếu tố khác như thừa cân.

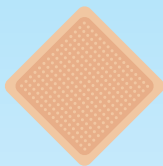
Liệu pháp nội tiết mãn kinh được cho thấy là an toàn khi bắt đầu sử dụng cho phụ nữ quanh độ tuổi 50 hoặc trong vòng 10 năm đầu sau mãn kinh xuất hiện.

Nếu mãn kinh xuất hiện sớm (trước 45 tuổi), liệu pháp nội tiết mãn kinh nên được sử dụng ít nhất cho đến thời điểm tuổi mãn kinh trung bình của đa số phụ nữ khác (51 tuổi).

CÁC LOẠI NỘI TIẾT MÃN KINH LIỆU PHÁP NỘI TIẾT MÃN KINH CÓ THỂ ĐƯỢC SỬ DỤNG Ở DẠNG



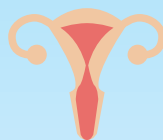
VIÊN NÉN
VÀ VIÊN
NANG



MIẾNG
DÁN DA



GEL
THOA



ĐẶT ÂM
ĐẠO

ĐIỀU TRỊ

Mỗi loại thuốc khi sử dụng trong liệu pháp mãn kinh sẽ có những nguy cơ khác nhau. Để giảm tối đa các nguy cơ có thể có, bác sĩ sẽ giúp chị lựa chọn loại thuốc phù hợp nhất.

Loại thuốc sử dụng trong liệu pháp mãn kinh và các nguy cơ có thể có sẽ thay đổi tùy theo:

- Tuổi của chị
- Chị còn tử cung hay không
- Các bệnh lý đi kèm



Nếu vẫn còn tử cung (chưa phẫu thuật cắt tử cung), chị cần được sử dụng kết hợp cả oestrogen và progesteron.



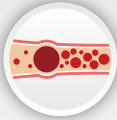
Phụ nữ không còn tử cung có thể sử dụng oestrogen đơn thuần.



Oestrogen đường âm đạo có thể làm giảm các triệu chứng tại chỗ như khô rất âm đạo.

Oestrogen và progesteron kết hợp

Thông tin an toàn:



HUYẾT KHỐI

Nguy cơ xuất hiện huyết khối khi sử dụng nội tiết dạng miếng dán da và gel thoa da là rất thấp hay thậm chí bằng 0. Nguy cơ này có thể tăng gấp đôi khi sử dụng nội tiết dạng viên nén qua đường uống, tuy nhiên, tỷ lệ xuất hiện vẫn rất thấp (cứ 1000 trường hợp sử dụng thì có thêm 1 trường hợp xuất hiện huyết khối).



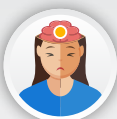
BỆNH TIM MẠCH

Liệu pháp nội tiết mãn kinh, nếu được sử dụng trong vòng 10 năm đầu sau mãn kinh hoặc trước 60 tuổi, sẽ không làm tăng nguy cơ bệnh tim mạch.



UNG THƯ VÚ

Trong suốt cuộc đời người phụ nữ, trung bình cứ 8 người thì có 1 người có thể mắc ung thư vú. Nguy cơ cộng thêm của liệu pháp nội tiết mãn kinh trên ung thư vú là rất thấp. Nguy cơ này có thể tăng theo thời gian chị dùng liệu pháp nội tiết mãn kinh và sẽ giảm khi ngừng sử dụng. Sử dụng một loại progesteron khác có thể giúp làm giảm nguy cơ này.



ĐỘT QUY

Liệu pháp nội tiết mãn kinh sử dụng cho phụ nữ không có yếu tố nguy cơ nền của đột quy và bắt đầu quanh độ tuổi 50 hoặc trong vòng 10 năm đầu sau mãn kinh sẽ không làm tăng nguy cơ đột quy. Phụ nữ có yếu tố nguy cơ đột quy có thể sử dụng nội tiết dạng miếng dán hoặc dạng gel một cách an toàn.

Oestrogen đơn thuần

Thông tin an toàn:



HUYẾT KHỐI

Nội tiết ở dạng miếng dán da và gel thoa da có rất ít nguy cơ hoặc hoàn toàn không có nguy cơ gây ra huyết khối. Nguy cơ này có thể tăng gấp đôi khi sử dụng nội tiết dạng viên nén qua đường uống, tuy nhiên, tỷ lệ xuất hiện vẫn thấp (cứ 1000 trường hợp sử dụng thì có thêm 1 trường hợp xuất hiện huyết khối).



BỆNH TIM MẠCH

Bắt đầu sử dụng nội tiết cho phụ nữ trong vòng 10 năm sau mãn kinh hoặc phụ nữ trước 60 tuổi có thể làm giảm nguy cơ bệnh lý tim mạch.



UNG THƯ VÚ

Trong suốt cuộc đời người phụ nữ, trung bình cứ 8 người thì có 1 người có thể mắc ung thư vú. Các nghiên cứu cho thấy sử dụng oestrogen đơn thuần có thể không làm tăng thêm hay nếu có, chỉ tăng thêm không đáng kể nguy cơ ung thư vú. Nguy cơ ung thư vú khi sử dụng oestrogen đơn thuần thấp hơn so với sử dụng oestrogen phối hợp



ĐỘT QUY

Liệu pháp nội tiết mãn kinh sử dụng cho phụ nữ không có yếu tố nguy cơ nền của đột quy và bắt đầu quanh độ tuổi 50 hoặc trong vòng 10 năm đầu sau mãn kinh sẽ không làm tăng nguy cơ đột quy. Phụ nữ có yếu tố nguy cơ đột quy có thể sử dụng nội tiết dạng miếng dán hoặc dạng gel một cách an toàn.

Oestrogen đường âm đạo

Thông tin an toàn:

Nếu dùng đúng theo hướng dẫn, estrogen đường âm đạo có thể sử dụng trong thời gian dài một cách an toàn, ngoại trừ một số phụ nữ đã phát hiện có ung thư vú.

Các thông tin khác:



CÁC PHƯƠNG PHÁP ĐIỀU TRỊ KHÔNG SỬ DỤNG NỘI TIẾT

Thông tin của Hội Mãn kinh Úc- Nonhormonal treatment options for menopausal symptoms



THAY ĐỔI LỐI SỐNG VÀ MÃN KINH

Thông tin của Hội Mãn kinh Úc- Lifestyle and behaviour changes for menopausal symptoms



CÂN NẶNG VÀ SỨC KHỎE

Thông tin của Hội Mãn kinh Úc- Maintaining your weight and health during and after menopause



CÁC TRỊ LIỆU BỔ SUNG

Thông tin của Hội Mãn kinh Úc- Complementary medicine options for menopausal symptoms



TÌM KIẾM BÁC SĨ THUỘC HỘI MÃN KINH ÚC

Nếu đang bị các triệu chứng kể trên, chị có thể liên hệ bác sĩ của mình để được tư vấn

Nếu có những lo lắng hay thắc mắc về các triệu chứng của mình, hãy đến khám với bác sĩ của chị hay tham khảo dịch vụ tìm kiếm bác sĩ thuộc Hội Mãn kinh Úc tại trang web của Hội Mãn kinh Úc

menopause.org.au/health-info/find-an-ams-doctor

Hội Mãn kinh Úc:

menopause.org.au



**AUSTRALASIAN
MENOPAUSE
SOCIETY**
EMPOWERING MENOPAUSAL WOMEN