

## Menopause

Die Wechseljahre sind eine Zeit des hormonellen Wandels.

Die **hormonelle Umstellung**, die in den Jahren vor und nach der letzten Regelblutung stattfindet, wird als Klimakterium (**Wechseljahre**) bezeichnet.

Den Wechseljahren voran geht die Prämenopause, die circa zehn bis fünfzehn Jahre vor der letzten Regelblutung beginnt. Sie geht einher mit nachlassender Hormonproduktion der Eierstöcke (Östrogen- und Progesteronmangel).

Die **Menopause** ist der Zeitpunkt der **letzten hormonell gesteuerten Regelblutung**.

Die häufigsten Beschwerden während der Wechseljahre sind Zyklus- und Blutungsstörungen, Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Libidomangel und Schlafstörungen.

Um **Wechseljahrsbeschwerden minimieren** zu können, kann eine **Hormontherapie** sinnvoll sein.

Wechseljahresbeschwerden können so natürlich gelindert und beseitigt werden.

Neben Tabletten und Dragees können auch Hormonpflaster, Hormonspritzen oder Gele verwendet werden. Auch eine Kombination ist auf Wunsch möglich.