

## Estrogeeni paikallishoitona / LT Tomi Mikkola

Miten estrogeeninpuutos vaikuttaa emättimen alueella?

Estrogeeni ylläpitää emättimen ja ulkosynnyttimien, sekä virtsaputken ja virtsarakon normaalia toimintaa. Estrogeenivaikutuksen väheneminen tai puutos aiheuttaa näillä alueilla verenkierron heikkenemistä, kimmoisuuden alenemista, sekä limakalvon ohenemista ja kuivumista. Puhutaan urogenitaaliatrofiasta, josta kärsii 40-50% naisista jossain elämänvaiheessa. Emättimessä tapahtuu lisäksi bakteeriflooran muutos, missä tasapainoa ylläpitävät maitohappobakteerit häviävät ja siten emättimen pH nousee tasolle 6,0-8,0 (normaali pH 4,5). Pidempiaikainen estrogeeninpuutos johtaa emättimen alueella myös rakenteellisiin muutoksiin, jolloin emättimen pituus lyhenee ja ulkosuu ahtautuu. Kimmoisuuden alenemisen myötä alttius laskeumille lisääntyy. Laskimolaajentumat ja verisuonitukokset voivat paikallisesti aiheuttaa pullistumia erityisesti virtsaputken suulle, jolloin syntyy ns. karunkuluksia.

Mitä oireita estrogeeninpuutos aiheuttaa emättimen alueella?

Emättimen bakteeriflooran muutos, missä erityisesti anaerobiset bakteerit lisääntyvät, altistaa tulehduksille. Emätintulehdukset johtavat antibioottihoitoihin, jotka puolestaan aiheuttavat herkästi hiivatulehduksia. Ilman varsinaisia tulehduksiakin valkovuodon määrä saattaa lisääntyä ja vuotoon tulla hajua. Limakalvojen kuivuminen ja ohentuminen aiheuttaa tyypillisesti kutinaa, kirvelyä ja arkuutta. Myös yhdyntä voi olla kivuliasta, mikä osaltaan alentaa seksuaalista halukkuutta.

Estrogeeninpuutos altistaa myös toistuville virtsatietulehduksille. Tulehdukset voivat ahtauttaa virtsaputken ulkosuuta, jolloin virtsarakon täydellinen tyhjeneminen hankaloituu. Rakkoon jäänyt virtsa toimii kasvualustana bakteereille, joka puolestaan altistaa virtsatietulehdusten kierteelle. Virtsaputken polton tunne, kirvely virtsatessa tai tiputtelu virtsaamisen jälkeen voivat olla merkkejä virtsaputken alueen muutoksista ja vaativat lisäselvittelyjä.

Estrogeenivaikutuksen väheneminen voi olla myös yksi syy lisääntyneeseen virtsaamisen tarpeeseen ja virtsanpidätyskyvyn heikkenemiseen.

Milloin estrogeenia tarvitaan paikallishoitona emättimeen?

Estrogeenivaikutuksen väheneminen emättimen alueella aiheuttaa oireita tavallisimmin vaihdevuosien jälkeen. Estrogeeninpuutosoireita voi kuitenkin esiintyä myös nuoremmilla, esim. synnytyksen jälkeen imettäessä, jolloin paikallishoidosta voi olla hyötyä. Vaikka tyypillisiä vaihdevuosioireita hoidetaan yleensä systeemisesti, suun tai ihon kautta annosteltavalla hormonihoitolla, ei tämä aina auta emättimen alueen oireiluun. Onkin arvioitu, että jopa 25% eli joka neljäs systeemistä hormonihoitoa käyttävistä naisista kärsii edelleen näistä ns. urogenitaaliatrofiasta johtuvista oireista. Näiden naisten määrä saattaa tulevaisuudessa lisääntyä, koska suuntaus on yhä matalampiin hormoniannoksiin systeemihoidoissa. Mikäli systeemisestä hormonihoitosta huolimatta emättimen alueen oireilua esiintyy, on paikallishoidon tarvetta hyvä kysyä omalta lääkäriltä, koska rinnakkaisoidon mahdollisuutta ei aina muisteta.

Urogenitaalioireista voivat kärsiä myös ne naiset, joilla ei esiinny muita vaihdevuosisoireita ja siten systeemiseen hoitoon ei ole tarvetta. On myös hyvä muistaa, että emättimen alueen oireet voivat tulla vasta vuosia menopausin jälkeen kun esim. kuumia aaltoja ei enää esiinny. Toisaalta mikäli kokee sivuvaikutuksia systeemihoidosta tai muutoin ei halua perinteistä hormonihoitoa, paikallishoidosta voi olla hyötyä. Paikallishoidosta ei imeydy merkittäviä määriä estrogeenia verenkiertoon ja siksi sitä voivat käyttää turvallisesti myös esim. rintasyövän sairastaneet naiset.

Mihin oireisiin paikallisesti annosteltu estrogeeni on tehokas?

Urogenitaaliatrofian tyyppioireet kuten kuivuus, kutina ja kirvely lievittyvät tehokkaimmin paikallisesti annosteltavalla estrogeenilla. Paikallishoidolla myös emättimen bakteerifloora ja pH saadaan normalisoitua, mikä ehkäisee emätintulehduksilta. Siten paikallisen estrogeenin edullinen vaikutus emättimen limakalvolle on kiistaton.

Viime vuosien yksi tärkein tutkimustulos paikallishoidolla oli sen teho toistuviin virtsatietulehduksiin. Emättimeen annosteltavalla estrogeenilla jopa neljä naista viidestä, joilla esiintyi krooninen virtsatietulehdus, pääsi ongelmastaan kokonaan eroon. Paikallishoidon vaikutuksia tihentyneeseen virtsaamisen tarpeeseen ja virtsankarkailuun on myös tutkittu yhä enemmän ja näihinkin oireisiin paikallisella estrogeenilla näyttäisi olevan edullista vaikutusta. Erityisesti kun kyse on pakonomaisesta virtsaamisentarpeesta/karkailusta. Vaikka paikallishoidon merkitystä elämänlaatuun on tutkittu vähemmän, on ilmeistä että urogenitaaliatrofiasta aiheutuvat ns. intiimivaivat huonontavat naisen jokapäiväistä elämää ratkaisevasti ja siten näiden oireiden tehokas hoito on tärkeää.

Miten paikallishoitoa käytetään?

Paikallisesti estrogeenia voidaan annostella emättimeen renkaan, puikkojen, voiteen tai tabletin muodossa. Vaikka kaikkien valmisteiden avulla saadaan tarvittava teho emättimen alueelle, voiteiden annostelu on usein koettu hankalaksi ja siksi on kehitetty uudempiä emätinpuikkoja ja -tabletteja. Tutkimusten mukaan emätintabletteihin liittyy puikkoihin verrattuna vähemmän lääkevalmisteen valumista emättimestä ulos.

Tehokkaan vasteen saamiseksi paikallishoidon aloitus tapahtuu kerran päivässä annostelulla kahden viikon ajan. Tämän jälkeen ylläpitohoidoksi riittää usein 1-2 kertaa viikossa annostelu. Tehoa voi jokainen nainen myös itse arvioida ja lisätä tai vähentää ylläpitoannosta tarpeen mukaan. Nykytiedon valossa urogenitaaliatrofiassa paikallinen estrogeenihoito antaa tehokkaan estrogeeni vaikutuksen emättimen alueelle ja siten parantaa naisen elämänlaatua.

Kirjoituksen on laatinut LT Tomi Mikkola.