



Suomen Gynekologiset Syöpäpotilaat ry
Gynekologiska Cancerpatienterna i Finland rf

VAIHDEVUODET JA SYÖPÄ



Syöpähoitojen aiheuttamat vaihdevuodet

Jos syöpäleikkauksessa joudutaan poistamaan toimivat munasarjat, siitä aiheutuu niin sanottu kirurginen menopaussi. Joskus myös sädehoito tai sytostaatit voivat lopettaa munasarjatoiminnan. Kirurgisessa menopaussissa vaihdevuosioreet tulevat yleensä rajumpina.

Syöpähoitojen aiheuttamat vaihdevuodet koskevat lähinnä alle 50-vuotiaita potilaita, ja joskus myös 50–55-vuotiaita, mikäli heillä on vielä toimivat munasarjat. Kohdunkaulansyövistä 40 %, kohdun runko-osan syövistä 20 % ja munasarjasyövistä 15 % todetaan 25–50-vuotiaiden ikäryhmässä, jolloin oma munasarjatoiminta on vielä aktiivinen ja loppuu äkillisesti leikkauksen, sytostaatti- tai sädehoidon seurauksena.

Yleisimmät vaihdevuosioreet:

- Kuumat aallot tai yöhikoilu
- Mielialan vaihtelut
- Painonnousu
- Univaikeudet
- Nivel- ja lihaskivut
- Sydämentykytys
- Itkuherkkyys
- Päänsärky
- Muistin huononeminen
- Seksuaalinen haluttomuus

Muita vaihdevuosiin liittyviä oireita:

- Emättimen kuivuus, kutina, kirvely, arkuus
- Yhdyntäkivut
- Tihentynyt virtsaamistarve
- Virtsan pidätyskyvyn heikkeneminen
- Virtsatietulehdukset

Tehokkain vaihdevuosioreiden hoito on estrogeeni

- Vaihdevuosioreiden tehokkain hoito on estrogeeni, sama estradioli, jota munasarjat aiemmin tuottivat.
- Jos kohtu on tallella, liitetään hoitoon myös keltarauhashormoni, jotta kohdun limakalvolle ei tulisi liikakasvua ja pahimmillaan syöpää.
- Jos koko kehon hormonihoito on kiellettyä, voi usein käyttää emättimen annosteltavaa paikallishoitoa. Se tosin hoitaa vain limakalvoa.
- Paikallishoito pitää emättimen limakalvon terveenä, mikä puolestaan:
 - Estää virtsatieinfektioita ja emätintulehduksia
 - Estää seksiin liittyviä kipuja ja parantaa kostumista seksin yhteydessä

Päänsärky

Systeemisiä

- Painonnousu
- Voimakas yöhikoilu

Sydämen tykytys

- Rinnat

- Suurentuminen
- Särky

Iho

- Kuumat aallot
- Kuivuus
- Kutina
- Ohentuminen
- Pistely

Nivelet

- Arkuus
- Jäykkyyt

Selkävivut

- Virtsarakko

- Pidätyskyvyttömyys
- Akuutti virtsaamisentarve

Emätin

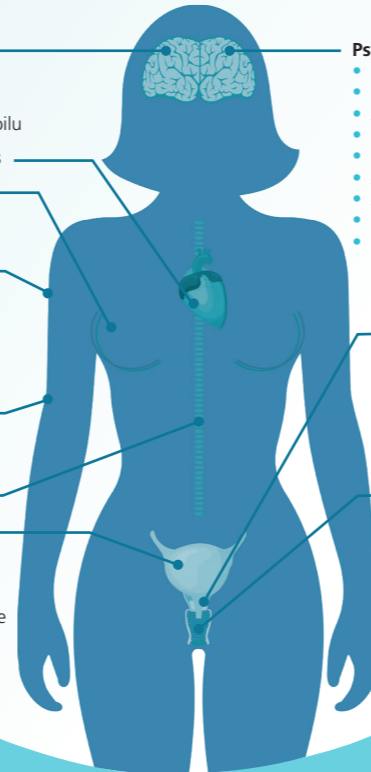
- Kuivuus
- Kipu yhdynnän aikana

Kuukautiset vaihdevuosien aikana

- Lyhyempi tai pidempi kuukautiskierto
- Tiputteluvuoto

Psyykkiset

- Huijaus
- Uniongelmat
- Ahdistuneisuus
- Heikentynyt muisti
- Keskittymisvaikeudet
- Alakuloisuus
- Ärtynisyys
- Mielialavaihtelut
- Seksuaalinen haluttomuus



Jos estrogeenia ei voida käyttää

- Jonkin verran apua saadaan joistakin mielialälääkkeistä.
- Suurin osa pystyy käyttämään paikallisestrogeenivalmisteita.
- Elintapamuutoksella saadaan hyötyä pitkäaikaisvaikutusten minimoimiseksi (osteoporoosi, sydäntaudit, lihaskunto, ylipaino)

Nuoren potilaan erityispiirteet

Jos nuoren potilaan kohdalla ei voida käyttää estrogeenia, aiheutuu syöpähoidoista hänelle yleensä paljon oireita ja haasteita. Esimerkiksi seuraavat ovat tyypillisiä:

- Yöuni huononee, mikä johtaa päiväväsymykseen
- Mielialaongelmat
- Painonnousu
- Haasteet töissä jaksamisessa
- Seksi vaikeutuu, kun energiataso ja itsetunto ovat matalalla
- Jos ei saa käyttää paikallisestrogeenia, seksi ja ainakin yhdynnät voivat muuttua kivun takia hankaliksi
- Parisuhteet kriisiytyvät usein

Milloin hormonikorvaushoito on mahdollista aloittaa

Kohdun runko-osan syövistä suurin osa on varhaisvaiheessa todettuja ja hyväennusteisia. Näiden syöpien jälkeen on turvallista käyttää systeemistä estrogeenihoidoita. Korvaushoito suositellaan aloitettavaksi 6–12 kuukauden kuluttua leikkauksen jälkeen.

Joissakin kohdun harvinaisemmissa syöväissä, esimerkiksi leiomyosarkoomassa estrogeeni toimii kasvua lisäävänä, eikä näin ollen estrogeenikorvaushoitoa tule aloittaa.

Alkuvaiheen munasarjasyövissä leikkaushoidon jälkeinen estrogeenikorvaushoito on todettu turvalliseksi ja on erityisen tärkeää, jos munasarjat joudutaan poistamaan hyvin nuorena. Tietyissä munasarjasyövän harvinaisemmissa tyypeissä hormonikorvaushoitoa ei kuitenkaan voida käyttää.

Kohdunkaulan ja ulkosynnyntialueen alueen syövät ovat enimmäkseen estrogeenista riippumattomia, eikä mahdollisesti hoidoissa menetetyille munasarjatoiminnan korvaavalle estrogeenihoidolle ole estettä.

Leikkauksen jälkeen nuorilla henkilöillä on vahvat lääketieteelliset syyt aloittaa hormonikorvaushoito. Tutkimusten mukaan pelkällä estrogeenilla toteutettu korvaushoito ei lisää riskiä rintasyöpäsairastavuuteen.

Haasteet seksuaalisuudessa

Gynekologisilla syöpäpotilailla on paljon haasteita erityisesti seksuaalisuuden alueella. Tähän vaikuttavat muun muassa:

- Syövän aiheuttama stressi ja kuolemanpelko
- Kokemus kehon "heikkoudesta", pettämisestä
- Hoitojen viemä energia
- Vaihdevuosioreet, emättimen ja ulkosynnyntialueen arkuus sekä seksiin liittyvä kipu
- Mahdollinen hedelmällisyyden menetys
- Leikkauksen ja muiden hoitojen aiheuttamat arpi- ja tuntuuotokset sekä kivut
- Huolet parisuhteesta ja muista läheisistä

On kuitenkin tärkeää muistaa, että et ole yksin vaihdevuosioreiden kanssa. Vaihdevuosioreita voidaan hoitaa ja kokemuksia syöpähoitojen aiheuttamista vaihdevuosista voi jakaa vertaisten kanssa.

Suomen Gynekologiset Syöpäpotilaat ry -
Gynekologiska Cancerpatienterna i Finland rf
Lisätietoa vaihdevuosista löytyy nettisivuilta
gysy.fi/seksuaalisuus-ja-hormonitoiminta
Facebook: [gynekologisetsyopapotilaat](https://www.facebook.com/gynekologisetsyopapotilaat)
Instagram: [gysy.ry](https://www.instagram.com/gysy.ry)
X: [gysysuomi](https://twitter.com/gysysuomi)



stragen



KLIMAKTERIET OCH CANCER



Klimakterium orsakat av cancerbehandling

Om man vid en canceroperation blir tvungen att avlägsna fungerande äggstockar, ger det upphov till så kallad kirurgisk menopaus. Ibland kan också strålbehandling eller cytostatika göra att äggstockarna slutar fungera. Vid kirurgisk menopaus är klimakteriebesvären ofta kraftigare.

Klimakterium orsakat av cancerbehandlingar gäller främst patienter under 50 år, ibland också 50–55-åringar, om de ännu har fungerande äggstockar. När det gäller livmoderhalscancer diagnostiseras 40 %, livmoderkroppscancer 20 % och äggstockscancer 15 % i åldersgruppen 25–50 år, då den egna äggstocksfunktionen fortfarande är aktiv och upphör plötsligt till följd av operation, cytostatika- eller strålbehandling.

De vanligaste klimakterie-symptomen:

- Värmevallningar eller nattsvettning
- Humörsvängningar
- Viktökning
- Sömnproblem
- Led- och muskelsmärter
- Hjärtklappning
- Gråtkänslighet
- Huvudvärk
- Minnesförsämring
- Sexuell olust

Andra klimakterie-symptom:

- Torrhet, klåda, sveda, ömhet i underlivet
- Smärta vid samlag
- Ökad urineringsfrekvens
- Försämrad förmåga att hålla tätt
- Urinvägsinfektioner

Den effektivaste behandlingen vid klimakteriesymptom är östrogen

- Den effektivaste behandlingen vid klimakteriesymptom är östrogen, samma estradiol som äggstockarna tidigare producerade.
- Om livmodern finns kvar, tillsätts också gulkroppshormon till behandlingen för att förhindra tillväxt av livmoderslemhinnan och i värsta fall utveckling till cancer.
- Om hormonbehandling av hela kroppen är förbjuden, kan behandlingen ofta vara lokal och doseras vaginalt. Visserligen behandlas då endast slemhinnan.
- Lokal behandling håller slidans slemhinna frisk, vilket för sin del:
 - Förhindrar urinvägsinfektioner och slidkatarrer
 - Motverkar smärter och förbättrar fuktningen vid sex

Huvudvärk

Systemiska

- Viktökning
- Kraftig nattsvettning

Hjärtklappning

- Tillväxt
- Värk

Brösten

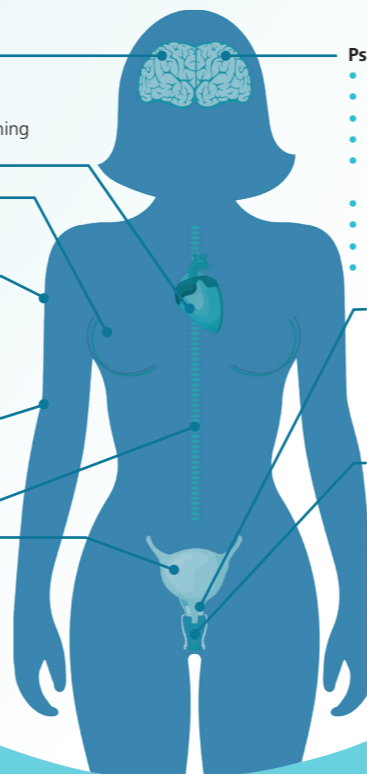
- Värmevallningar
- Torrhet
- Klåda
- Förtunning
- Stickningar

Lederna

- Ömhet
- Stelhet

Ryggsmärter

- Sämre förmåga att hålla tätt
- Akut urineringsbehov



Psykiska

- Yrsel
- Sömnproblem
- Ängest
- Minnesförsämring
- Koncentrations-svårigheter
- Nedstämdhet
- Irritation
- Humörsvängningar
- Sexuell olust

Menstruationen under klimakteriet

- Kortare eller längre menstruationscykel
- Stänklödnin

Slidan

- Torrhet
- Samlagssmärta

Om östrogen inte kan användas

- En del antidepressiva läkemedel kan vara till hjälp i någon mån.
- Största delen kan använda lokala östrogenprodukter.
- En förändrad livsstil är till nytta för att minimera långvariga effekter (osteoporos, hjärtsjukdomar, muskelkondition, övervikt).

Särdrag när det gäller unga patienter

Om det i fråga om en ung patient inte är möjligt att använda östrogen, orsakar cancerbehandlingen vanligen många symptom och utmaningar för henne. Typiska är till exempel dessa:

- Försämrad nattsömn som leder till trötthet på dagen
- Mentala problem
- Viktökning
- Problem med arbetsorken
- Svårare att ha sex när energinivån och självkänslan är låga
- Om lokalt östrogen inte får användas, kan sex och åtminstone samlag försvåras på grund av smärta
- Kriser uppstår ofta i parrelationen

När är det möjligt att inleda hormonersättningsbehandling?

När det gäller livmoderkroppscancer konstateras största delen av fallen i ett tidigt skede och har en god prognos. Efter dessa cancertyper är det tryggt med systemisk östrogenbehandling. Rekommendationen är att ersättningsbehandlingen inleds 6–12 månader efter operationen.

Vid vissa mera ovanliga former av cancer i livmodern, till exempel leiomyosarkom, fungerar östrogenet tillväxtökande och således ska östrogenersättningsbehandling inte inledas.

Vid äggstockscancer i begynnelsestadiet har östrogenersättningsbehandling konstaterats vara trygg efter operation och det är speciellt viktigt om patienten är mycket ung och äggstockarna måste avlägsnas. Vid mera sällsynta typer av äggstockscancer kan hormonersättningsbehandling dock inte sättas in.

I livmoderhalsen och yttre könsorganen är cancer vanligen oberoende av östrogen och ingenting hindrar östrogenbehandling som ersätter äggstocksfunktion som eventuellt gått förlorad vid behandlingarna.

Efter operation av unga personer är de medicinska skälen starka för påbörjande av hormonersättningsbehandling. Enligt undersökningar ökar ersättningsbehandling med enbart östrogen inte risken för bröstcancer.

Utmaningar med tanke på sexualiteten

- Gynekologiska cancerpatienter möter många utmaningar i synnerhet vad gäller sexualiteten. På den inverkar bland annat:
 - Stress och dödsängest på grund av cancer
 - Känslan av att kroppen är "svag", att den sviker
 - Energilöshet på grund av behandlingarna
 - Klimakteriesymptom, ömhet i slidan och yttre könsorganen samt smärta vid sex
 - Eventuellt förlorad fruktbarhet
 - Årribildning och känslenedsättning samt smärter på grund av operationer och andra behandlingar
 - Oro över parförhållandet och andra närstående

Det är ändå viktigt att komma ihåg att du inte är ensam med klimakteriesymptomen. Klimakteriesymptomen kan behandlas och erfarenheter av klimakterium på grund av cancerbehandlingar kan man dela med andra som har liknande upplevelser.

Suomen Gynekologiset Syöpäpotilaat ry -
Gynekologiska Cancerpatienterna i Finland rf

Mer information om klimakteriet hittar du från hemsidan gysy.fi/sv/sexualitet

Facebook: [gynekologisetsyopapotilaat](https://www.facebook.com/gynekologisetsyopapotilaat)

Instagram: [gysy.ry](https://www.instagram.com/gysy.ry)

Twitter: [gysysuomi](https://twitter.com/gysysuomi)



stragen

