

Torra slemhinnor? Så får du rätt hjälp!

Nästan hälften av alla kvinnor drabbas av torra slemhinnor i samband med klimakteriet. Symtomen kan vara klåda, irritation eller ständiga urinvägsinfektioner...

Text: Margaretha Eldh
Foto: Shutterstock

Torra slemhinnor är ett mycket vanligt problem som främst uppkommer i samband med klimakteriet. Vid torra slemhinnor i underlivet uppstår ofta irritation och klåda. Man kan även få smärta eller obehag vid sam-

lag, småblödningar, flytningar, urinvägsinfektioner och en brännande känsla i underlivet. Anledningen till besvären är att kroppens nivåer av östrogen minskar. I 60-årsåldern har östrogenet nått sin bottennivå och det är då ungefär hälften av kvinnorna börjar få underlivsbesvär.

Men det är inte bara mogna kvinnor som drabbas. Hormonbalansen kan rubbas av graviditet, amning, p-piller och läkemedel. Många kvinnor lider av torra slemhinnor utan att koppla det till brist på östrogen.

Tack och lov finns det idag effektiv och smärtfri hjälp!

"Det räcker med en låg dos östrogen!"

Efter att menstruationen upphörde vid 55 års ålder började Lillemor Kurland känna av klåda i underlivet. Vid ett besök hos sin gynekolog fick hon förklaringen.

– Mina besvär berodde på torra och sköra slemhinnor som drabbas

många kvinnor när östrogenet minskar i samband med klimakteriet. Jag fick rådet att behandla med lokal östrogenbehandling.

Hon började med lokala vaginaltabletter, Vagifem, som innehåller östradiol och som är ett medelstarkt östrogen.

– Lokal östrogenbehandling kändes riskfritt och det har fungerat bra under alla år.

Men så i våras fick Lillemor ett tips från en väninna om ett nytt läkemedel, Estrokad, som innehåller ett svagare östrogen, östriol. Hon bestämde sig



för att testa ifall det fungerade lika bra.

– I min ålder är det bra om man kan använda så lite läkemedel som möjligt och jag tyckte det räckte med en svagare dos.

Efter att ha provat Estrokad i några månader tycker hon att det fungerar lika

bra. Hon har inga besvär av torra och sköra slemhinnor. Det tar cirka två veckor att bygga upp slemhinnorna i underlivet med lokal östrogenbehandling. I början av behandlingen ska vagitorierna tas 14 dagar i sträck, och därefter två gånger i veckan. För att inte glömma behandlingen har Lillemor programmerat sin Iphone.

– Jag är jättenöjd och klådan är bättre. Jag får samma effekt men med betydligt lägre dos östrogen.



Naturlig hjälp

Forskning visar att **havtornsolja** kan ha en skyddande effekt för slemhinnorna i underlivet. Havtornsbär är nämligen mycket rika på fettsyran Omega-7 som kroppen normalt tillverkar själv. Produktionen kan dock minska i klimakteriet.

Lokal hjälp:

- ♦ **Vaginaltabletter.**
- ♦ **Vaginalcreme** om natten
- ♦ **Vagitorier.**
- ♦ **Vaginalring** – byts ut var tredje månad.

Två sorters östrogen

Idag används två olika östrogen för lokal behandling av torra slemhinnor – **östradiol** som är ett medelstarkt östrogen och **östriol** som är den svagaste östrogenmetaboliten.

- ♦ **Oestrin** – vaginalring som innehåller östradiol.
- ♦ **Vagifem** – vagitorier som innehåller östradiol.
- ♦ **Ovesterin** – creme eller vagitorier som innehåller östriol.
- ♦ **Estrokad** – vagitorier som innehåller en minimal dos av östriol.
- ♦ **Blissel** – vaginalgel som är en återfuktande gel med en låg dos östriol.

