

## Die Dauer der vasomotorischen Beschwerden wurde bis anhin unterschätzt

Sieben Jahre und länger: Hitzewallungen während der Wechseljahre begleiten offenbar viele Frauen über einen längeren Zeitraum als erwartet. Dies ergab die amerikanische SWAN-Studie zur Dauer von vasomotorischen Beschwerden wie Hitzewallungen und nächtlichen Schweißausbrüchen. Das Ergebnis sollte in die ärztliche Beratung und die Therapieentscheide einfließen, so die Autoren.

JAMA

Die kürzlich publizierte amerikanische Studie «Women's Health Across the Nation» (SWAN) war als multizentrische Beobachtungsstudie konzipiert, welche Frauen verschiedener Ethnien in der Perimenopause einschloss. Ziel der von mehreren nationalen Forschungsinstituten gesponserten Studie war es, Gesundheitsfaktoren und Lebensqualität der Frauen in dieser Zeitspanne zu bestimmen; hierzu sollten physische, biologische, psychologische und soziale Veränderungen in dieser Übergangsphase eruiert werden.

### Beobachtungszeitraum von 17 Jahren

3302 Frauen, die jeweils zwischen 1996 und 2013 rund 13 Ärzte konsultierten, wurden zu typischen vasomotorischen Beschwerden (VMS) in der Perimenopause befragt. Bestimmt wurden sowohl die Dauer der häufigen VMS (Häufigkeit, definiert als 6 Tage in den vorangegangenen 2 Wochen, sowie die VMS-Dauer) als auch der Zeitraum in Jahren, also wie

lange die Symptome nach der letzten Monatsblutung anhielten (VMS-Persistenz). Ferner sollten Risikofaktoren identifiziert werden, die mit verlängerter VMS-Dauer sowie postmenopausaler Persistenz einhergehen. Ermittelt wurde die Dauer der Symptome sowohl prä- und postmenopausal kombiniert als auch postmenopausal gesondert, also ab der letzten Monatsblutung.

### Bei Beginn in früher Perimenopause Symptompersistenz bei 12 Jahren

1449 der Frauen litten häufig unter Hitzewallungen oder Nachtschweiß. Im Durchschnitt litten die Frauen insgesamt 7,4 Jahre unter den vasomotorischen Symptomen. Die Dauer nach der letzten Monatsblutung lag bei median 4,5 Jahren. Je früher die Beschwerden einsetzten, umso länger hielten sie auch an. Bei Frauen, deren VMS in der Prämenopause oder der frühen Perimenopause einsetzten, hielten die Symptome im Schnitt 11,8 Jahre an, mit einer post-

menopausalen Dauer von durchschnittlich 9,4 Jahren. Setzten die Beschwerden dagegen in der Postmenopause ein, dauerten sie im Schnitt nur 3,4 Jahre.

Als Faktoren mit ungünstigem Einfluss auf die Beschwerdedauer galten früher Beginn, geringerer Bildungsstand, verstärkt empfundene Belastung durch die Symptome sowie vermehrt depressive oder angstbesetzte Symptome beim ersten Auftreten der Beschwerden. Afroamerikanische Frauen hatten die längste VMS-Dauer (median 10,1 Jahre).

### Fazit der Autoren

Jede zweite Frau mit häufigen vasomotorischen Symptomen in den Wechseljahren litt über 7 Jahre an den Beschwerden, mit einer postmenopausalen Dauer von 4,5 Jahren. Insbesondere das frühe Einsetzen der Symptome war mit einer längeren Beschwerdedauer verbunden. Nach Auffassung der Autoren ist es bei der ärztlichen Beratung von Frauen, die in der frühen Perimenopause häufig unter Hitzewallungen/Schweißausbrüchen leiden, insbesondere wenn das mit Depressivität verbunden ist, wichtig, darauf hinzuweisen, dass diese Beschwerden bis zu 7 Jahre und länger anhalten können. ■

gem/hir

Quelle:

Avis NE et al. (SWAN-Studiengruppe): Duration of Menopausal Vasomotor Symptoms Over the Menopause Transition. *JAMA Intern Med.* 2015; 175(4): 531–39.