

Χριστίνα Παγκάκη

“Διερεύνηση της ποιότητας ζωής κατά την εμμηνόπαυση γυναικών που κυοφόρησαν σε σχέση με τις άτοκες”

Περίληψη

Εισαγωγή: Με την αύξηση του προσδόκιμου ζωής, το ένα τρίτο της ζωής της γυναίκας αφορά τη ζωή της μετά την εμμηνόπαυση και ένα μεγάλο μέρος του γυναικείου πληθυσμού αντιστοίχως δεν έχει ωοθηκική λειτουργία. Είναι γνωστό ότι μια στις τρεις Ελληνίδες γυναίκες έχει μέτρια έως σοβαρά κλιμακτηριακά συμπτώματα κατά τη διάρκεια της μετάβασης στην εμμηνόπαυση ή κατά τα πρώτα μετεμμηνόπαυσιακά έτη. Η ηλικία εμμηνόπαυσης καθώς και τα ενδογενή οιστρογόνα αναδείχθηκαν ως σημαντικοί προγνωστικοί δείκτες των κλιμακτηριακών συμπτωμάτων. Τα επίπεδα των στεροειδών του φύλου στα οποία συμπεριλαμβάνονται και τα ενδογενή οιστρογόνα αυξάνονται παροδικά σε κατάσταση κύησης. Τα επίπεδα των ορμονών επίσης σε ένα χρόνο μετά τον τοκετό μειώνονται σε κατώτερα επίπεδα από αυτά του πρώτου τριμήνου και παρόμοια με αυτά πριν από την εγκυμοσύνη. Ωστόσο δεν έχει διερευνηθεί κατά πόσον η παροδική αυτή αύξηση έχει επίδραση στη μετέπειτα ποιότητα ζωής των γυναικών κατά την εμμηνόπαυση, δηλαδή κατά πόσον ο αριθμός του τόκου θα μπορούσε να επηρεάζει την ποιότητα ζωής στην εμμηνόπαυση.

Σκοπός: Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν η διερεύνηση της αυτοαξιολόγησης της ποιότητας ζωής των εμμηνόπαυσιακών / μετεμμηνόπαυσιακών γυναικών και η συσχέτιση της με τον αριθμό του τόκου τους. Πιο συγκεκριμένα διερευνήθηκε κατά πόσον ο αριθμός του τόκου συσχετίζεται με τη συχνότητα εμμηνόπαυσιακών συμπτωμάτων (σωματικά, ψυχολογικά, αγγειοκινητικά, σεξουαλικά) και του κατά πόσον ο χαμηλός ή υψηλός δείκτης μάζας σώματος αποτελεί ανεξάρτητο παράγοντα επιδείνωσης των συμπτωμάτων εμμηνόπαυσης.

Δείγμα και Μέθοδος: Η έρευνα πραγματοποιήθηκε σε δείγμα 120 περιεμμηνόπαυσιακών και μετεμμηνόπαυσιακών γυναικών, σε διάστημα ενός έτους (Φεβρουάριος 2019 έως Μάρτιος 2020), στο Ιατρείο Εμμηνόπαυσης και το Γυναικολογικό Ιατρείο του Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου Ηρακλείου Κρήτης και σε δύο ιδιωτικά ιατρεία στο Ν. Αττικής. Από τις γυναίκες αυτές οι 103 βρίσκονταν στην εμμηνόπαυση και είχαν ηλικία από 45 έως 62 ετών, ενώ οι 17 χρησιμοποιήθηκαν ως ομάδα ελέγχου καθώς δεν ήταν εμμηνόπαυσιακές και είχαν ηλικία από 40 έως 54 ετών. Οι 60 γυναίκες του δείγματος ήταν άτοκες, ενώ οι υπόλοιπες 60 είχαν κυοφορήσει τουλάχιστον μια φορά στη ζωή τους. Η συλλογή δεδομένων έγινε με τα ερωτηματολόγια: Menopause specific quality of life questionnaire (MENQOL) και την κλίμακα HFRS (Hot Flush Rating Scale) για την εκτίμηση των εξάψεων, σε συνδυασμό με ερωτήσεις για σωματομετρικά και κοινωνικοδημογραφικά στοιχεία των γυναικών, στα οποία περιλαμβάνεται και ο αριθμός των τόκων. Η στατιστική επεξεργασία έγινε με το SPSS V.25.0 και το excel 2016.

Αποτελέσματα: Από την ανάλυση των απαντήσεων του ερωτηματολογίου MENQOL προέκυψε ότι οι άτοκες γυναίκες που είναι σε εμμηνόπαυση έχουν πιο έντονα εμμηνόπαυσιακά συμπτώματα από τις γυναίκες που έχουν κυοφορήσει με στατιστικά σημαντική διαφορά ($p=0.024$). Επιπλέον, τα αποτελέσματα της αξιολόγησης της συχνότητας των αγγειοκινητικών συμπτωμάτων, μέσω της κλίμακας HFRS, υποδεικνύουν πως όσο αυξάνονται οι τοκετοί, τόσο μειώνονται οι εξάψεις με στατιστικά σημαντική διαφορά ($p=0.027$). Αντίστοιχα, προέκυψε στατιστικά σημαντική διαφορά ως προς τα ψυχολογικά ($p=0.003$) και τα σεξουαλικά ($p=0.017$) συμπτώματα μεταξύ των άτοκων γυναικών και αυτών που κυοφόρησαν, καθώς οι πρώτες φαίνεται να παρουσιάζουν εντονότερα ενοχλήματα. Αντίθετα δεν προέκυψε στατιστικά σημαντική διαφορά ως προς τα σωματικά συμπτώματα μεταξύ των δύο ομάδων. Τέλος, η παχυσαρκία αναδείχθηκε ως ανεξάρτητος παράγοντας κινδύνου για την εμφάνιση εμμηνόπαυσιακών συμπτωμάτων, καθώς οι γυναίκες που ανήκαν

στην κατηγορία 2^{ου} και 1^{ου} βαθμού παχυσαρκίας (ΔΜΣ:23,6 έως 40) συγκέντρωσαν μεγαλύτερο μέσο όρο συμπτωμάτων σε σχέση με τις γυναίκες με κανονικό βάρος (ΔΜΣ:18,5 έως 23,5).

Συμπεράσματα: Η τεκνοποίηση κατά τη διάρκεια της αναπαραγωγικής ζωής μιας γυναίκας φαίνεται πως επιδρά θετικά στην μετέπειτα ποιότητα ζωής της κατά την εμμηνόπαυση, μειώνοντας τη δυσφορία που προκύπτει τόσο από τα αγγειοκινητικά, όσο και από τα ψυχολογικά και σεξουαλικά συμπτώματα που εμφανίζονται σε ένα μεγάλο ποσοστό των γυναικών κατά τη φάση αυτή.

Λέξεις κλειδιά: εμμηνόπαυση, μετεμμηνόπαυση, ποιότητα ζωής, αγγειοκινητικά συμπτώματα, άτοκες, δείκτης μάζας σώματος, MENQUOL, HFRS

“Assessment of quality of life in menopause among women who had been pregnant compared to interest-free women”

Abstract

With the increase in life expectancy, one-third of a woman's life is related to her post-menopausal life and a large proportion of the female population, respectively, has no ovarian function. It is known that one in three Greek women has moderate to severe climacteric symptoms during the transition to menopause or in the first postmenopausal years. This frequency is comparable to other white populations. In the same study menopausal age, as well as endogenous estrogens were found to be important prognostic markers of climacteric symptoms. Gender steroid levels, including endogenous estrogens, are transiently increased in pregnancy. Hormone levels one year postpartum are reduced to lower levels than in the first trimester, similar to those before pregnancy. However, it has not been investigated whether this transient increase has an impact on the later quality of life of menopausal women and therefore whether interest rates could affect menopausal quality of life.

Purpose: The self-assessment of the quality of life of menopausal / postmenopausal women was studied and correlated with their parity. Specifically, it was investigated whether the parity correlated with the overall frequency of menopausal symptoms, with the frequency of symptoms per category of symptoms (physical, psychological, vasomotor, sexual) and whether the low or high body mass index was an independent indicator of body mass index.

Sample & Method: The study was conducted on a sample of 120 perimenopausal and postmenopausal women, during one year (February 2019 to March 2020), in the menopause and gynecological office of the University Hospital of Heraklion in Crete. Concerning the women of the sample, 103 were menopausal and ranged in age from 45 to 62 years, while 17 were used as a control group, as they were not menopausal and ranged in age from 40 to 54 years. The 60 women in the sample were interest-free, while the other 60 had been pregnant at least once in their lifetime. Data were collected by using questionnaires: Menopause specific quality of life questionnaire (MENQOL) and HFRS (Hot Flush Rating Scale) for hot flashes, in combination with somatometric and socio-demographic data of women, including parity. Statistical analysis by using done with SPSS V.25.0 and excel 2016 was performed.

Results: The analysis of the questionnaire MENQOL data showed that nulliparas who were in menopause had more severe menopausal symptoms than women who had children with statistical significance $p=0.024$. In addition, the results of the evaluation of the frequency of vasomotor symptoms, with HFRS, showed that the higher the parity was, the lower the hot flashes ($p= 0.027$). Respectively, there was a statistically significant difference in

psychological ($p= 0.003$) and sexual ($p= 0.017$) symptoms between nulliparous women and those who became pregnant, as the former appear to have more severe discomfort. In contrast, there was no statistically significant difference in physical symptoms between the two groups. Finally, obesity has been shown to be an independent risk factor for developing menopausal symptoms, as women in the 2nd and 1st degree (BMI:23,6 to 40) obesity group had higher scores than women with normal weight (BMI:18,5 to 23,5).

Conclusions: Childbearing during a woman's reproductive life appears to have a positive effect on her subsequent quality of life during menopause, reducing the discomfort resulting from both vasomotor and psychological and sexual symptoms that occur in a large percentage of women during this phase.

Key words: menopause, post menopause, quality of life, vasomotor symptoms, nulliparous, BMI, MENQOL, HFRS