

[Transcript] Dagens Eko / Så blev klimakteriet trendigt

Det här är nåt som händer eller kommer hända hälften av befolkningen. Majoriteten av alla kvinnor upplever besvär som påverkar deras liv. En viss andel lider av det här. Det här är Dagens Eko med Caroline Kärlen. I dag så har klimakteriet blivit trenden. Det är en av de flesta kvinnor som har varit påverkade i år. Så har klimakteriet blivit trendigt. Precis innan Malin kling Uddgren ska fylla 50 år känner hon sig deprimerad, arg och har nära till gråt. Hon börjar hata sitt liv. Hon vill packa väskan, lämna familjen och aldrig komma tillbaka. Det är lätt att avfärda det här med klimakterierkärningar som håller på och gnäller. Malin besöker sin vård central flera gånger och får svaret att besvären är psykosomatiska. Att det är så här är att åldras. Så fick jag panik. Hon får rådet att ta en alvedon. Det låter så knäppt att ge mig mitt plåster annars går världen under. Till slut får hon nog. Hon tar ledigt från jobbet och köper dyra tågbiljetter för att åka från Karlstad till en privat klinik i Stockholm. Där får hon ett östrogen plåster som förändrar allt. Jag känner mig lite som en galare än misbrukare nu, men jag känner att jag kan inte vara utan de plåstrorna just nu i mitt liv. Gäst är Sara Hejman, Sveriges radioskorrespondent för Global Hälsa. Först Sara, kan du kort beskriva vad klimakteriet är? Vad är klimakteriet? Klimakteriet enar hormonbalansen i kroppen förändras. Det beror på att äggstockarnas funktion börjar minska. Det här kan hålla på olika länge, ofta flera år, upp till tio år. Det brukar börja med att mänsen blir oregelbunden. Till slut slutar mänsen att komma. Det är det som kallas menopaus. Hormoner är kraftfulla. För många kan det bli helt livsförändrande. En tredjedel får svåra besvär. Symptomen är många. Om vi backar bandet, när kommer man på att klimakteriet finns? Det var redan de gamla grekerna som fattade att det var nåt. Aristoteles konstaterade att kvinnor slutade menstruera i 50-årshållden. Men det var på sent 800-tal som medicinska vetenskapen började intressera sig. Man såg att kvinnor fick köra det skelett efter att mänsen upphörde. Man började experimentera, som man gjorde på 800-talet inom medicinen. Man började framställa hormonläkemedel från torkade och pulvriserade äggstockar från kor. Första läkemedlet framställdes urin från dräktiga ston. Det godkändes i USA 1942, och det användes även här i Sverige. På 60-talet kom en bok som fick stor betydelse för syn på hormonbehandling. En gynekolog som heter Robert Wilson skrev en bok som heter Feminine Forever 1966. Han menade att hormonbehandling behövdes för att kvinnor i omeklimakteriet och menopause, alltså mänsens upphörande, hamnade i ett sjukligt bristtillstånd

där de helt blev av med sin kvinnlighet och mycket av sin livskvalitet.
Han talade om ett levande förfall.
Synen på kvinnors sexualitet handlar om att den fanns till för männen.
Kvinnor med mer östrogen skulle vara roligare och enklare att leva med.
Man ville medicinera här inte så mycket på grund av att kvinnor led då?
Han menade att kvinnor inte bara hade rätt, utan också en skyldighet.
Att motverka den vad han kallade kemiska kastreringen
som menopause, klimakteriet och innebar.
Man kan också skönja ett förrakt för äldre kvinnors kroppar i resonemangen.
Att kvinnors åldrande ska behandlas medicinskt. Hur tas det emot?
Det tog sig emot med stor kritik.
Många menade att kvinnors åldrande inte ska se som en sjukdom.
I västvärlden blir kvinnorna ofta osynliga i den här åldern.
Hormoner av typ östrogen betraktas ofta som en lösning på alla problem.
Det skrevs mycket om östrogenets fantastiska effekter
i både medicinska tidskrifter men också kvinnotinningar.
Brist på det här tjönsormonet torkar lätt ut kvinnan.
Slämhinnor, slidankan inflameras och det går mycket bra
att behandla det med hormonkrävm eller salva.
Det låter som du blev populärt då, östrogenet. Det blev det absolut.
Margareta Krok, om hon tycker inte att man ska behöva gå omkring och ha det så här.
Jag är ingen expert som sagt vad jag kan bara säga att jag själv mår mycket bättre.
Sen fick jag östrogen av min kolog.
Man glädjer varken sig själv eller sin omgivning att gå omkring som en trasa.
När det inte är nödvändigt. Jag tycker det är enkel rekuvation.
Fattas det järn så får man järn och det är ingen som står och bråkar om det.
Och fattas det östrogen så tycker jag man ska ha det självklart.
Men på 70-talet då framkom nya rön helt enkelt att
Behandling med bara östrogen ökar risken för cancer i livmodern.
Men förstod man ganska snabbt om man kombinerar det här med progesteron
som är ett annat kvinnligt hormon, då motverkades den här risken.
Så riktlinjer internationellt skrevs snabbt om efter det här.
Hormonbehandling med båda de här hormonerna blev väldigt vanligt.
Och man såg snabbt flera hälsofördelar, inte bara symtomlindring mot de här
klimakterie-symptomen, utan också minskad risk för benskörhet och hjärtskärlsjukdom.
Och det här fick ju användningen att ta fart.
Och går vi till 90-talet och tittar hur det såg ut då?
Så har vi 15 miljoner amerikanska kvinnor som tog hormonbehandling.
Oj, många.
Många. Och tittar vi här i Sverige så var det ungefär var fjärde kvinna
i den här åldern som tog hormonbehandling för klimakterie-symptom.
Men det här ändrades drastiskt 2002.
Det kom ett larm om att den här hormonbehandlingen innebär ökad cancerrisk.
Det var en stor studie som hette i USA, som kallades för Women's Health Initiative,

där man följde 16 000 kvinnor som tog antingen hormonbehandling eller placebo. Och i den här studien så såg man att det fanns en liten men ändå mätbar riskökning för cancer, men också hjärtskärlsjukdom. Och det var en stor studie som kallades för women's health initiative, där man följde 16 000 kvinnor som tog antingen hormonbehandling eller placebo. Cancer, men också hjärtskärlsjukdom. Och det här gjorde att man avbröt studien. Det här får jättestor uppmärksamhet globalt. Det blir, i det närmaste panik, har många beskrivit det som. Många patienter avbryter sina behandlingar. Många läkare slutar skriva ut hormonbehandlingar. Men när det här larmet kommer då och medicineringen minskar drastiskt, vad händer i stort med diskussionen om klimakter? Det verkar som att det blir ganska tyst. Det är lite som att luften går ur det här. Och många läkare känner säkert att de inte hade så många verktyg att erbjuda. Många patienter kände att de inte hade så mycket att hämta i sjukvård. När man inte var alls intresserad av hormonpräparat. Det låter allvarligt att miljontals kvinnor skulle äta medicin som man kan få cancer av. Precis. Det låter så. Men det är ganska mycket som har gått fel i kommunikationen kring studien. Dels medierapporteringen blev ganska svårt att förstå hur liten riskökning man såg. Cancerrisken var redan känd hos professionen. Det som var nytt var hjärtskärlsjukdom och risken för det. Men här fanns ett annat problem med studien. Det var urvalet av studiedeltagare. Många var äldre och hade påbörjat sin behandling sent. Och hade redan många riskfaktorer för bröstcancer och hjärtskärlsjukdom. Det här var inget som framkom 2002. Så det kanske inte var så farligt som det lät då? Nej, det var till och med så att datavisade på en minskad risk för andra sjukdomar som diabetes, choktarnskanser och frakturrisk. Nu är det lättaste händelser på estrogen för djuren och vad de måste veta. Jeffrey Brown har vår uppdrag. En populär händelser för djuren... Man måste ändå komma ihåg att det finns fortfarande en liten ökad risk för bröstcancer vid behandling längre än fem år för de här hormonpräparatan. Det har kommit nya riktlinjer för behandling av klimakter i besvär. Det som har hänt är att man har omvärderat resultaten från den här studien och man har djupanalyserat de resultaten mer. Och fått vad socialstyrelsen kallar mer balanserade riktlinjer nu kring hormonbehandling. Och idag då, vad får man för hjälp om man söker hjälp för de här besvär? Ja, det är ju en bra fråga. Det finns väldigt många kvinnor som berättar om hur dåligt bemött man blir-

i sjukvården när man söker hjälp för klimakteriebesvär.

Det är ju många läkare som inte ens vet att klimakteriebesvär så behandlas av dem.

Det säger Gisela Vassifrån, borgynnda i Falsköpings kommun-
som i flera år kämpade med klimakteriebesvär.

De kan ingenting om detta. De sitter och tittar och en annan får känna att-
man kommer dit och undervisar dem.

Statistik visar att ganska få kvinnor ens söker hjälp för klimakteriebesvär i primärvården.

Det är också en vanlig reaktion som många berättar om att man blir lite avfärdad.

Det är inte livshotande symptom, det handlar om det symptom som kan beror på väldigt mycket
annat också.

Alltså sömbesvär, humörsvängningar.

Det är ganska diffus. Det kan beror på mycket kvinnor i den här åldern.

De kanske har väldigt gamla föräldrar som kan vara en stressfaktor.

Man kanske har tonårsbarn som kan vara en stressfaktor.

Ett stressigt arbetsliv. Det finns väldigt mycket som det här kan beror på-
och många rapporterar om någon typ av axelryckningar i sjukvården.

Det är lång väg kvar innan kvinna kan ringa till sin vårdcentral och få prata om klimakteriehälsa.

Jag kollade faktiskt på min egen vårdcentral som har en app där man vill boka besök.

Då måste man ange en kontaktorsak som man får välja i ens den här liten menyrollgardin.

Där finns inte klimakteriebesvär med överhuvudtaget.

Alla kvinnliga sjukdomar eller kvinnliga besvär har ju varit lite fula.

Ointressanta och fula, det bara bitar ihop.

Sen är det också så att kvinnor i medelåldern med diffusa symptom som inte är livshotande-
har historiskt sett inte varit någon populär patientgrupp kan man säga.

Man har ju ofta rätt nedsättande ord om kvinnor som kommer i klimakteriet.

Klimakterie, kärring, hormon, häxa.

Det har till och med funnits väldigt många skälsord, alltså internt inom sjukvårdsskärgång-
som talar om ganska besvärliga patienter.

Det har förstås kanske också att göra med att de är svåra att hjälpa.

Man har inte så många verktyg i verktygslådan.

Skälsord.

Det finns till exempel något som är så trevligt som man nästan inte säger i radio-
men det finns ett gammalt uttryck som heter Sveda verk och brännskärning-
som har använts mest muntligt, kanske läkare emellan.

Men det har till och med även för kommit i journaler.

Framtid så att journalerna fick läsa sig av patienterna själva.

Det är juli 2022 i Montreal, Kanada.

Tio rödklädda kvinnor sitter i en trädgård vid ett lång bord med rödduk.

Tio, två, en...

Minipas!

På bordet finns jordgubbar, körsberg, hallon och röda muggar.

Tårt och opinionsformades som en livmoder är beställda.

Det är klimakteriefäst.

Minipas train är kommit, inte om det.

Kändis efter kändis vädrar sina klimakter i besvär och hyllar kvinnan i medelåldern.
En av min mission är att hjälpa människor-
Särskilt kvinnorna tillbaka liv som du vill.
Programledare Oprah Winfrey säger att klimakteriet är en våldsignelse.
Jag har inga skönt i att tala om den erfarenheten av hotflashar-
och om du tar hormon.
Jag vet inte om minipas är att du ger tillbaka till din bästa själv.
Den tidigare president Hustrun Michelle Obama och skådespelaren Naomi Watts-
berättar om allt positivt som klimakteriet för med sig.
Jag tror att jag kan köra min visstum.
Nu ska jag köra min visstum.
Sara, det låter som att det verkar vara nån form av skifte-
i hur man ser på klimakteriet och pratar om det till och med fyrrare.
Varför händer det här nu?
Jag tror att det också är en generation som nu-
befinner sig i klimakteriefas, som inte nöjer sig med att lida i det tysta.
Det här handlar om maktavare och väldigt kända personer-
som har valt att gå ut och tala om sina klimakteriebesvär-
Michelle Obama, Oprah Winfrey, den typen av personer.
Det har förstås väldigt stor betydelse för att kunna-
släppa på det här tabut och göra att det blir ett samtalsämne som det går att prata om.
Men att man pratar om det på det här sättet och till och med åren när-
part fyrrar klimakteriet, leder det till nåt konkret?
Ja, det verkar som att klimakteriet är lite hett.
Något konkret som vi har sett är att fler arbetsplatser-
faktiskt arbetar med kunskapshöjande kring klimakteriet.
Flera arbetsgivare klimakterier säkrar sina arbetsplatser-
och utbildar anställda om övergångsåldern.
Under klimakteriet kan det vara så att man har svårt att sova.
Om det går då kan man försöka anpassa arbetetiderna.
Det här är en satsning på personalen.
Och personalen mår bra, då är de på jobbet och då gynnar det helheten.
Det här handlar om personalvård.
Många av de här kvinnorna som befinner sig i klimakteriet-
är väldigt viktiga anställda personer.
Det kan vara chefer, nyckelpersoner i verksamheter-
som man absolut inte vill bli av med.
Sjukt till investalen i den här åldersgruppen bland kvinnor-
är ju mycket högre.
Vi som är kvinnor i den här generationen, vi pratar om det-
och vi finner oss inte i att inte få vård.
Symptomen som man kan få i klimakteriet-
är ju verkligen sådana som kan påverka arbetsförmågan-
och måndet generellt.

Och det är tyvärr inte bara någon dålig vecka det handlar om utan det här kan ju vara flera årstid.

Det betyder att medvetenheten ökar, blir det konkret och tar folk för dem ledigt för att de är i klimakteriet.

Eller hur funkar det rent konkret?

I Sverige har vi fortfarande inga sådana...

Vi har inte sett nån sådana fackliga aktiviteter, till exempel.

Men det har man till exempel sett i Storbritannien där facken är väldigt aktiva i att faktiskt att man ska kunna till exempel få till rättighet att anpassa sitt arbetsutifrån klimakteriella besvär, alltså hur man mår så att man kanske kan få arbeta andra tider eller så.

Så kommer klimakteriet inte längre att vara tabu snart då?

Ja, vi får väl se. Det är svårt att säga om men det är ju tydligt att det finns ett stort behov av att prata om det och att vi verkligen behöver mer kunskap både i hälso- och sjukvården och i allmänheten.

Tack så mycket, Sara.

Tack.

Programledare var Caroline Kärnen.

Gäst Sara Heyman och producerade gjorde Katarina Spårig Gustavsson och Ludvig Jansson.

Vill du komma i kontakt med oss?

Skriv till dagens eco-
ett sr.se.