
Inhaltsverzeichnis

1	Ihr Gast	1
1.1	Einleitung	1
1.2	Reproduktive Stadien	2
1.3	Endokrines Altern	4
1.4	Erfassen des Klimakterischen Syndroms	5
1.5	Beurteilung des individuellen Risikos für chronische nichtübertragbare Erkrankungen	7
1.6	Labordiagnostik	8
1.6.1	Blut	8
1.6.2	Speichel und Urin	9
1.6.3	Besondere Situationen	11
1.7	Körperliche Untersuchung und Bildgebung	11
1.8	Definition der Therapieziele	12
	Literatur	14
2	Die Kochzutaten	17
2.1	Einleitung	17
2.2	Ein Ausflug in die Pharmakologie und Pharmazie	18
2.2.1	Pharmakokinetik	18
2.2.2	Pharmakodynamik	24
2.2.3	Pharmakogenomik und -genetik	25
2.2.4	Galenik	26
2.3	Steroidhormone	29
2.3.1	Östrogene	31
2.3.2	Progestagene	37
2.3.3	Androgene	43
2.3.4	Pregnenolon	44
2.3.5	Exkurs: Bio-identische Hormone (BIH)	44
2.4	Nicht-hormonelle Pharmakotherapie	45
2.4.1	Antidepressiva	45
2.4.2	Sedativa und Hypnotika (Schlafmittel)	49
2.4.3	Antikonvulsiva	50
2.4.4	Anticholinergika und Sympathomimetika	50
2.4.5	Neurokinin-(1)/3-Rezeptor-Antagonisten	51

2.5	Mikronährstoffe	51
2.6	Phytotherapie	53
2.7	Nicht-medikamentöse Interventionen	55
	Literatur	55
3	Das Grundrezept	59
3.1	Einleitung	59
3.2	Grundprinzipien der Hormonersatztherapie	60
3.2.1	Reine Progestagentherapie (PT)	60
3.2.2	Östrogen-Monotherapie (ET)	61
3.2.3	Östrogen-Progestagen-Therapie (EPT)	61
3.2.4	Androgentherapie	64
3.3	Indikationen für eine Hormonersatztherapie	65
3.3.1	Systemische Östrogen-(Progestagen-)Therapie	65
3.3.2	Systemische Androgentherapie	65
3.3.3	Vaginale Hormontherapie	66
3.4	Kontraindikationen für eine Hormonersatztherapie	66
3.4.1	Systemische Hormonersatztherapie	66
3.4.2	Systemische Androgentherapie	67
3.4.3	Vaginale Hormontherapie	67
3.5	Nebenwirkungen einer Hormonersatztherapie	67
3.5.1	Systemische Hormonersatztherapie	67
3.5.2	Systemische Androgentherapie	68
3.5.3	Vaginale Hormontherapie	68
3.6	Risiken einer Hormonersatztherapie	68
3.6.1	Systemische Hormonersatztherapie	68
3.6.2	Systemische Androgentherapie	75
3.6.3	Vaginale Hormontherapie	76
3.7	Praktisches Vorgehen bei der Initiierung einer Hormonersatztherapie	77
3.7.1	Kurze Rekapitulation des Bisherigen	77
3.7.2	Wahl einer geeigneten HRT	78
3.7.3	Festlegung des Therapiestarts	79
3.7.4	Aufklärung vor Therapiestart und Frequenz der Wiedervorstellungen	80
	Literatur	81
4	Die Gourmetküche	85
4.1	Einleitung	85
4.2	Vasomotorische Beschwerden	86
4.2.1	Definition	86
4.2.2	Epidemiologie	86
4.2.3	Ätiologie	86
4.2.4	Risikofaktoren	87
4.2.5	Diagnostik	87
4.2.6	Differenzialdiagnostik	87
4.2.7	Therapie	92

4.3	Depressive Störung	97
4.3.1	Definition	97
4.3.2	Epidemiologie	98
4.3.3	Ätiologie	99
4.3.4	Risikofaktoren	100
4.3.5	Diagnostik	100
4.3.6	Differenzialdiagnostik	102
4.3.7	Therapie	103
4.4	Angststörung	108
4.4.1	Definition	108
4.4.2	Epidemiologie	109
4.4.3	Ätiologie und Risikofaktoren	109
4.4.4	Diagnostik	110
4.4.5	Differenzialdiagnostik	110
4.4.6	Leitliniengerechte Therapie von Angststörungen	111
4.4.7	Angstsymptome in den Wechseljahren	113
4.5	Schlafstörung	115
4.5.1	Definition	115
4.5.2	Epidemiologie	117
4.5.3	Ätiologie und Risikofaktoren	117
4.5.4	(Differenzial-)Diagnostik	118
4.5.5	Therapie	120
4.6	Müdigkeit und Brain Fog	123
4.6.1	Müdigkeit	124
4.6.2	Brain Fog	131
4.7	Gelenk- und Muskelschmerzen	134
4.7.1	Allgemeines	134
4.7.2	Menopause und Gelenke	136
4.7.3	Menopause und Muskulatur	136
4.7.4	Exkurs: Orthomolekulare Medizin	137
4.8	Genitourinäres Menopausensyndrom	138
4.8.1	Definition	138
4.8.2	Epidemiologie	139
4.8.3	Ätiologie	139
4.8.4	(Differenzial-)Diagnostik	140
4.8.5	Therapie	142
4.8.6	Sondersituation: Mammakarzinom	146
4.9	Sexuelle Funktionsstörung	147
4.9.1	Definition	147
4.9.2	Epidemiologie	149
4.9.3	Ätiologie und Risikofaktoren	149
4.9.4	(Differenzial-)Diagnostik	149
4.9.5	Therapie der „Störung des sexuellen Interesses/der sexuellen Erregung“	151

4.10	Übergewicht und Adipositas	156
4.10.1	Veränderung des Körpergewichts und -zusammensetzung in den Wechseljahren	156
4.10.2	Ätiologie und Risikofaktoren für eine Gewichtszunahme bzw. Adipositas	156
4.10.3	Mögliche Gründe für einen Einfluss der Menopause auf Körpergewicht und -zusammensetzung	158
4.10.4	Körpergewicht und HRT	158
4.10.5	Diagnostik von und bei Übergewicht und Adipositas	159
4.10.6	Therapie(ziel) von Übergewicht und Adipositas	160
4.10.7	Follow-up	163
4.11	Abnorme uterine Blutung	164
4.11.1	Definition	164
4.11.2	Ätiologie	166
4.11.3	(Differenzial-)Diagnostik	167
4.11.4	Therapie	170
4.12	Ästhetik – Hyperandrogenismus	174
4.12.1	Definition	174
4.12.2	Epidemiologie	174
4.12.3	Ätiologie	174
4.12.4	Klinik	177
4.12.5	Diagnostik	177
4.12.6	Differenzialdiagnostik	182
4.12.7	Therapie	185
	Literatur	191
5	Der verfrühte Gast – Prämatüre Ovarialinsuffizienz und Frühe Menopause	203
5.1	Definitionen und Häufigkeiten der POI	203
5.2	Ätiologie der POI	204
5.3	Klinik der POI	205
5.4	Diagnostik der POI	205
5.5	Konsequenzen einer POI und deren Management	207
5.6	Therapie der POI	208
5.7	Frühe Menopause	208
	Literatur	209
6	Unerwünschte Gäste – Kontrazeption	211
6.1	Notwendigkeit einer Kontrazeption in den Wechseljahren	211
6.2	Kontrazeptive Methoden	212
6.3	Hormonale Kontrazeptiva	213
6.3.1	Kombinierte hormonale Kontrazeptiva	213
6.3.2	Reine Progestin-Kontrazeptiva	215
6.4	Der Moment des Abschieds (oder: Wann ist endlich Schluss mit der Kontrazeption?)	218
	Literatur	220

7	Der hormonbefreite Gast – Gynäkologische Malignome	223
7.1	Epidemiologie	223
7.2	Prävention chronischer nichtübertragbarer Erkrankungen	224
7.2.1	Knochengesundheit	224
7.2.2	Herz-Kreislauf-Gesundheit	224
7.2.3	Kognitive Gesundheit	224
7.3	Hormonersatztherapie nach gynäkologischen Malignomen	226
7.3.1	Mammakarzinom	227
7.3.2	Endometriumkarzinom und Adenokarzinom der Cervix	228
7.3.3	Ovarialkarzinom	229
7.3.4	Vulva- und Vaginalkarzinom sowie Plattenepithelkarzinom der Cervix	229
7.4	Sondersituationen beim Mammakarzinom: Das AI-assoziierte muskuloskelettale Syndrom (AIMSS)	230
	Literatur	230
8	Gerichte für besondere Gäste – HRT bei Komorbiditäten	233
8.1	Adipositas	234
8.1.1	Definition	234
8.1.2	Ätiologie und Risikofaktoren	234
8.1.3	Klinik und Komplikationen	235
8.1.4	HRT bei Adipositas	235
8.2	Aortenaneurysma	236
8.2.1	Definition	236
8.2.2	Ätiologie und Risikofaktoren	236
8.2.3	Klinik und Komplikationen	236
8.2.4	HRT bei Aortenaneurysma	236
8.3	Apoplex	237
8.3.1	Definition	237
8.3.2	Ätiologie und Risikofaktoren	237
8.3.3	Klinik und Komplikationen	237
8.3.4	HRT nach Apoplex	237
8.4	Arterielle Hypertonie	238
8.4.1	Definition	238
8.4.2	Ätiologie und Risikofaktoren (Tab. 8.4)	238
8.4.3	Klinik und Komplikationen	239
8.4.4	HRT bei arterieller Hypertonie	239
8.5	Asthma bronchiale	240
8.5.1	Definition	240
8.5.2	Ätiologie und Risikofaktoren	241
8.5.3	Klinik und Komplikationen	241
8.5.4	HRT bei Asthma bronchiale	241
8.6	Bronchialkarzinom	242
8.6.1	Definition	242
8.6.2	Ätiologie und Risikofaktoren	242

8.6.3	Klinik und Komplikationen	242
8.6.4	HRT nach Bronchialkarzinom	243
8.7	Chronisch-entzündliche Darmerkrankung	243
8.7.1	Übersicht der Charakteristika der chronisch- entzündlichen Darmerkrankungen M. Crohn und Colitis ulcerosa (Tab. 8.7)	243
8.7.2	HRT bei chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen	244
8.8	Chronische Nierenerkrankung	245
8.8.1	Definition	245
8.8.2	Ätiologie und Risikofaktoren	245
8.8.3	Klinik und Komplikationen	246
8.8.4	HRT bei chronischer Nierenerkrankung	246
8.9	Cholelithiasis	247
8.9.1	Definition	247
8.9.2	Ätiologie und Risikofaktoren	247
8.9.3	Klinik und Komplikationen	247
8.9.4	HRT bei Cholelithiasis	248
8.10	Diabetes mellitus	248
8.10.1	Definition	248
8.10.2	Ätiologie und Risikofaktoren	248
8.10.3	Klinik und Komplikationen	249
8.10.4	Diagnostik	249
8.10.5	HRT bei Diabetes mellitus	250
8.11	Dyslipidämie (Syn. Hyperlipoproteinämie)	251
8.11.1	Definition	251
8.11.2	Ätiologie und Risikofaktoren	251
8.11.3	Klinik und Komplikationen	252
8.11.4	HRT bei Dyslipidämie	253
8.12	Fibromyalgie-Syndrom	254
8.12.1	Definition	254
8.12.2	Klinik und Komplikationen	254
8.12.3	HRT beim Fibromyalgie-Syndrom	254
8.13	Hepatitis (chronisch)	255
8.13.1	Definition	255
8.13.2	Ätiologie und Risikofaktoren	255
8.13.3	Klinik und Komplikationen	255
8.13.4	HRT bei chronischer Hepatitis B und/oder C	256
8.14	Kolorektales Karzinom	257
8.14.1	Definition	257
8.14.2	Ätiologie und Risikofaktoren	257
8.14.3	Klinik und Komplikationen	257
8.14.4	HRT nach kolorektalem Karzinom	257
8.15	Koronare Herzkrankheit und Herzinfarkt	258
8.15.1	Definition	258
8.15.2	Ätiologie und Risikofaktoren	259
8.15.3	HRT bei Koronarer Herzkrankheit und nach Herzinfarkt	259

8.16	Lebertumoren (gutartig)	260
8.16.1	Definition	260
8.16.2	Ätiologie und Risikofaktoren	260
8.16.3	Klinik und Komplikationen	261
8.16.4	HRT bei gutartigen Lebertumoren	261
8.17	Meningeom	261
8.17.1	Definition	261
8.17.2	Ätiologie und Risikofaktoren	262
8.17.3	Klinik und Komplikationen	262
8.17.4	HRT nach behandeltem Meningeom	262
8.18	Migräne und Kopfschmerzen	262
8.18.1	Definition	262
8.18.2	Klinik und Komplikationen	262
8.18.3	HRT bei Migräne und Kopfschmerzen	263
8.19	Nichtalkoholische Fettlebererkrankung	264
8.19.1	Definition	264
8.19.2	Ätiologie und Risikofaktoren	264
8.19.3	Klinik und Komplikationen	265
8.19.4	HRT bei nichtalkoholischer Fettlebererkrankung	265
8.20	Obstruktives Schlafapnoesyndrom	265
8.20.1	Definition	265
8.20.2	Risikofaktoren, Klinik und Komplikationen	266
8.20.3	HRT beim obstruktiven Schlafapnoesyndrom	266
8.21	Rheumatoide Arthritis	266
8.21.1	Definition	266
8.21.2	Klinik und Komplikationen	266
8.21.3	HRT bei Rheumatoider Arthritis	267
8.22	Systemischer Lupus Erythematodes	267
8.22.1	Definition	267
8.22.2	Klinik und Komplikationen	268
8.22.3	HRT bei Systemischen Lupus Erythematodes	268
8.23	Tiefe Venenthrombose	269
8.23.1	Definition	269
8.23.2	Ätiologie und Risikofaktoren	269
8.23.3	Klinik und Komplikationen	270
8.23.4	HRT nach venöser Thromboembolie	270
	Literatur	271
	Nachwort	277
	Supplement 1	279
	Supplement 2	285
	Supplement 3	287
	Stichwortverzeichnis	289