

הפסקת הווסת ואפילפסיה

מתוך "נשים ואפילפסיה" של האגודה האמריקאית לאפילפסיה, 2001. תרגום: בן אבינר.

מה הקשר בין הפסקת הווסת לאפילפסיה?

הפסקת הווסת מתרחשת אצל האשה בתקופת החיים בה השחלות שלה מפסיקות לתפקד, ומשום כך רמות הורמוני המין שלה מופחתות. אנו יודעים כי בשל העובדה שהורמונים משפיעים על הפעילות המוחית, דפוס ההתקפים עלול להשתנות אצל חלק מהנשים אצלן מפסיקה הווסת, בדומה למתרחש בזמן שינויים הורמונליים אחרים.

אני בת 50, הווסת שלי נהיית פחות תכופה, ויש לי גם גלי חום. האם זהו סוג שונה של התקף?

קרוב לוודאי שלא, למרות שחלק מהנשים מרגישות גלי חום כחלק מההתקף. גלי החום הינה תחושה שכיחה אצל נשים בגילך כתופעת לוואי להפסקת הווסת. דברי עם הרופא והנוירולוג אודות כך, הם יכולים לסייע לך לפתור זאת.

האין רמות האסטרוגן שלי מופחתות בעקבות הפסקת הווסת? הרי אסטרוגן גורם לעיתים להתקפים, מדוע מצבי לא משתפר בשל כך?

נושא זה מורכב. אסטרוגן אכן מגרה תאי מוח מסויימים שיכולים להיות מעורבים בהתקפים, ויתכן כי פרוגסטרוגן (הורמון המין הנשי השני) מעכב או מונע התקפים אצל חלק מהנשים. אך רמת שני ההורמונים יורדת בגופך לאחר הפסקת הווסת, כך שאין זה קל לנבא מה יקרה עם דפוס ההתקפים שלך. חלק מהנשים חווה ירידה במספר ההתקפים, חלק חווה עלייה, ורובן לא מרגישות שינוי כלל.

לאמא שלי יש עצמות דקות, ונאמר לי ליטול אסטרוגן לאחר הפסקת הווסת. האם אני יכולה לעשות זאת אם יש לי התקפים?

ההחלטה ליטול אסטרוגן הינה החלטה אינדיבידואלית המבוססת על משתנים רבים, עליהם כדאי לשוחח עם הרופא. צריכת הורמונים לאחר הפסקת הווסת נקראת תרפיית החלפת הורמונים (Hormone Replacement Therapy, HRT). אסטרוגן יכול להפחית את הסיכון למחלת לב אצל חלק מהנשים, ומספק הגנה כנגד אוסטאופורוזיס (Osteoporosis, הפיכת העצם לדקה), אולם עבור חלק מהנשים הוא מציג סיכון גדול יותר לסרטן השד או סרטן הרחם. את הרופא שלך יכולים לבדוק את הרווחים והסיכונים במקרה שלך, תוך התחשבות במצבך הבריאותי והעבר המשפחתי. אם תיטלי תוספי-אסטרוגן קרוב לוודאי שגם תצרכי פרוגסטרוגן, שיכול לתת הגנה מסויימת מפני ההתקפים, אך מחקרים נוספים צריכים להתבצע בנושא זה. לפרוגסטרוגן טבעי, ולא סינטטי, יש כנראה השפעה טובה יותר על השליטה בהתקפים אצל חלק מהנשים.

אם אני לא יכולה ליטול אסטרוגן, האם יש משהו אחר שאני יכולה לעשות בכדי למנוע את האוסטאופורוזיס?

כן. איכילי מזון עשיר בסידן ושאלי את הרופא שלך על תוספי סידן עם ויטמין D. התעמלי בקביעות, הגבילי את צריכת האלכוהול שלך, ואל תעשני. כל אלו הם חלק משמירה על הבריאות אצל כל הנשים, ויכולים להפחית את הסיכון לבעיות בעצמות לאחר הפסקת הווסת.

האם ישננו התרופות נגד ההתקפים שלי כשאזדקן?

זה תלוי במשתנים רבים. אם במשך הזמן ההתקפים נהיים קשים יותר לשליטה, הרופא עשוי לרצות לנסות תרופות אחרות. כשגופינו מזדקן, חילוף החומרים משתנה והמינונים הנדרשים יכולים להשתנות. כיוון שלחלק מהתרופות יש כנראה קשר לאוסטאופורוזיס, יש להתייעץ עם הרופא בנושא אינדיבידואלית עבורך.

אני בגיל המעבר וההתקפים שלי נהיו יותר תכופים לאחרונה. האם עלי לקבל זאת כחלק מהפסקת הווסת?
חשוב לזכור כי הפסקת הווסת היא בדרך כלל תהליך ולא אירוע פתאומי. שינוי בדפוס ההתקפים צריך להיות מוערך על ידי הרופא, כיוון שיכולות להיות סיבות רבות להישנות ההתקפים, ולא כולן קשורות להורמונים.

איפה אפשר לברר עוד על אפילפסיה ונשים?

www.epilepsyfoundation.org

מקורו של המידע המובא כאן באגודה האמריקאית לאפילפסיה. הידע הרפואי הקיים משתנה ומתעדכן תכופות, ועלייך להתייעץ עם הרופא שלך לגבי ההתפתחויות האחרונות בתחום. המאמר אינו מהווה יעוץ רפואי. אין לשנות את המינונים או להחליף את התרופות ללא התייעצות לגבי מצבך המיוחד.

