

Doktorka Robin N. Philipsová (c2005, s. 14) se ve své knize *Knihy knih o menopauze* z roku 2005 zmiňuje zajímavost, že v současné době ženy menstrují mnohem častěji než dříve. Údajně až 400-500x za život. Důvodem je lepší výživa, kvalitnější zdravotní péče a také fakt, že ženy bývají méně často těhotné.

4.1.3 Příznaky klimakteria

Menopauza je obdobím, kdy dochází k fyzickým a psychosociálním změnám v životě každé ženy. Slovo klimakterium vyvolává u mnohých žen asociaci stárnutí, snížené atraktivity a tělesných změn. Tyto obavy bývají často neopodstatněné a je nutné si uvědomit, že každé životní období má svá kouzla (Moravcová 2006, s. 315).

Deficit estrogenů přítomný v období menopauzy je fyziologickým důsledkem ztráty ovariální aktivity, ale může způsobit vznik symptomů, které mohou vést nejen ke snížení kvality života ženy, ale k vážnějším zdravotním problémům (Moravcová 2006, s. 315).

Relativní nadbytek androgenů působí nejen neestetické změny (zvýšené ochlupení po těle, růst knírku, vypadávání vlasů, obezita mužského typu), ale i negativní zdravotní důsledky androidního typu obezity (typ jablko- pivní břicho) (Černá-Šípková 2003, s. 38).

Symptomy dělíme na akutní, subakutní a chronické.

U **akutních** symptomů dochází ke snížení kvality života ženy. Akutní symptomy jsou také známé pod pojmem klimakterický syndrom. Mezi příznaky patří pocení, návaly horka, bolesti hlavy, kloubů, změny v zažívání, arytmie a také můžeme pozorovat změny v psychice, např. podrážděnost, nervozita, výkyvy nálad apod.

Subakutní symptomy, označované jako organický estrogen-deficitní syndrom, jsou symptomy vznikající na základě poškození tkání atrofizací z deficitu estrogenů (Moravcová 2006, s. 315). Mezi postižené sliznice patří: sliznice uretry, pochvy, oka, dutiny ústní, hrtanu, hltanu a také je ohrožena pojivová tkáň.

ČERNÁ-ŠÍPKOVÁ, Hana, 2003. Novinka v HRT: Klimodien. *Sestra: odborný dvouměsíčník pro zdravotní sestry*. **13**(6), 38–38. ISSN 1210-0404.

MORAVCOVÁ, Markéta, 2006. Kvalita života a klimakterium. *Diagnóza v ošetřovatelství: odborný a informační časopis pro zdravotnické pracovníky*. **2**(8), 315–316. ISSN 1801-1349.

PHILLIPS, Robin N., c2005. *Knihy knih o menopauze*. Praha: Fortuna Print. ISBN 978-80-7321-163-9.