

MENOPOZ DÖNEMİNDE CİNSELLİK

Özkan S.* , Alataş E.**

ÖZET:

Amaç: Bu araştırma menopoz döneminin cinsellik üzerine etkisini incelemeye yönelik tanımlayıcı ve kesitsel bir çalışma olarak planlanmıştır.

Materyal metod: Araştırma menopozal şikayetler nedeni ile HRT (hormon replasman tedavisi) kullanmak için başvuran, 45 gönüllü postmenopozal hasta ile yüz yüze görüşülerek yapılmıştır. Kontrol grubu ise 39 yaş üstünde, menopozal şikayeti olmayan 74 sağlıklı bireyden oluşmuştur. Hastalarda cinsel istek, ilişki sıklığı, ilişki kalitesi ve orgazm ile ilgili değişikliklerin olup olmadığı sorgulanmıştır.

Bulgular: Premenopozal dönemdeki kadınların yaş ortalamaları 44/4.4 iken, postmenopozal dönemde bu oran 52/5.6 olarak bulunmuştur. Premenopoz ve postmenopoz dönem kadınların istatistiksel karşılaştırılmasında yaş, cinsel istek, ilişki kalitesi ve orgazm olma durumu arasında fark yoktur ($p>0.05$). Cinsel ilişki sıklığı premenopoz dönemde, postmenopoz döneme göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p<0.01$). Cinsel istek yokluğu istatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte postmenopozal dönemde daha fazladır.

Sonuç: Her iki grup arasında yaş açısından fark olmaması nedeni ile postmenopozal gruptaki cinsel ilişki sıklığındaki azalmanın temel nedeninin, menopoza bağlı değişiklikler olduğu düşünülmektedir. (Türk Fertil. Der. 2004; 12: 370-375)

Anahtar kelimeler: Menopoz, cinsellik, klimakterik dönem.

SEXUALITY IN MENOPAUSAL PERIOD

SUMMARY:

Aim: This research carried out as a descriptive, cross sectional study has aimed assessing the effect of menopause on sexuality.

Methods: Forty-five postmenopausal women who were admitted to our clinic with menopausal complaints were interviewed. Seventy-four healthy women who were older than thirty-nine years were included study as control group. All the participants were asked whether they perceived any change on libido, orgasm, coital frequency and quality.

Findings: Frequency of sexual intercourse was significantly decreased in postmenopausal patients than controls. No significant changes were found regarding sense of libido, orgasm and quality of sexual intercourse. Although absence of libido was not significantly changed in both groups, this complaint was found higher in postmenopausal group.

Results: Because the both groups are age-matched, our results suggest that the main reason of decreasing frequency of sexual intercourse in postmenopausal period belongs to mainly menopausal status. (Turkish J Fertil., 2004; 12: 370-375)

Key words: Menopause, sexuality, climacteric period.

GİRİŞ

İnsan ömrü gittikçe uzamaktadır. 1999'da gelişmiş ülkelerde kadınlarda 81, erkeklerde 75 olmak üzere ortalama 80 yıla yaklaştığı tahmin edilmektedir (1,2). Türkiye'de 1965'te 54 yıl olan ortalama insan ömrünün 2003 Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı

İnsani Gelişme Raporu'nda kadınlarda 72, erkeklerde 67 yıla çıktığı bildirilmiştir(3). Buradan da anlaşılacağı gibi kadınlar hayatlarının önemli bir kısmını menopoz dönemi içinde geçirmektedirler. Bu dönem, uzayan yaşam süresine bağlı olarak osteoporoz, osteoartrit, ateroskleroz, KOAH, obezite, kanser,

* Öğ.Gör.Dr. PAÜ Sağlık Hizmetleri MYO

** Doç.Dr. PAÜ Tıp Fak. Kadın Hastalıkları ve Doğum ABD

inkontinans ve diğer birçok hastalığı da beraberinde getirmektedir. Bunlara ek olarak menopoza dönemde kadınların seksüel yaşamında da köklü değişiklikler olmaktadır (4). Menopozun cinsel fonksiyonları olumsuz yönde etkilemediğini bildiren az sayıda rapora karşılık, cinsel fonksiyonların hemen her alanda değişik düzeylerde etkilendiğini bildiren birçok çalışma yayınlanmıştır (5,6).

Kadınlarda seksüel aktivitenin azalmasında esas sebep menopoza bağlı fizyolojik değişikliklerdir. Menopozal dönemde olan hormonal değişiklikler sonucunda seksüel istekte azalma, yetersiz veya geç uyarılma, orgazma ulaşmada güçlük, orgazm yoğunluğunda azalma, dispareni, koitus sıklığında azalma gibi sorunlar ortaya çıkmaktadır (5,7).

Hormonal değişikliklerin yanı sıra psikolojik, sosyokültürel faktörler de seksüel aktivite bozukluğuna katkıda bulunmaktadır (8). Pek çok kadın sağlık personeline cinsel disfonksiyon ile ilgili şikayetlerini söyleyememektedir. Kadınların bu problemi tedavi edilecek bir sorun olarak görmemeleri, utanmaları, doktora sormayı uygun bulmamaları, bu şikayetleri söylemelerini engellemektedir (9).

Görüldüğü gibi menopoz döneminde cinsellik gittikçe önem kazanmaktadır. Bu nedenle bu araştırma, menopoz döneminin cin-

sellik üzerine etkilerini incelemeye yönelik tanımlayıcı ve kesitsel bir çalışma olarak planlanmıştır.

MATERYAL VE METOD

Araştırma menopozal şikayetler nedeni ile Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Araştırma ve Uygulama Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Polikliniğine HRT (Hormon Replasman Tedavisi) kullanmak için başvuran, menopoz süresi 2-6 yıl arasında olan 45 gönüllü postmenopozal hasta ile yüz yüze görüşülerek yapılmıştır. Kontrol grubu ise 39 yaş ve üstünde, menopozal şikayeti olmayan 74 sağlıklı bireyden oluşmuştur. Hastalara son bir yıl içerisindeki cinsel istek, ilişki sıklığı, ilişki kalitesi ve orgazm ile ilgili değişikliklerin olup olmadığı sorulmuştur.

Araştırma verileri bilgisayarda SPSS 9.0 istatistik programında değerlendirilmiş olup, değerlendirmede sayı, yüzde ve ki-kare önemlilik testleri uygulanmıştır.

BULGULAR

Pre-menopozal dönemdeki kadınların yaş ortalamaları 44 ± 4.4 iken, post menopozal dönemde bu oran 52.0 ± 5.6 olarak bulunmuştur.

Pre-menopoz ve postmenopoz dönem kadınların istatistiksel karşılaştırmasında yaşla-

TABLO 1: Kadınların Cinsel İstek Durumunun Pre-menopozal Ve Postmenopozal Dönemlere Göre İncelenmesi

Cinsel istek	Menopozal Dönem				Toplam	
	Pre-menopoz		Postmenopoz		S	%
	S	%	S	%	S	%
Aynı	30	40.5	11	24.4	41	34.5
Azalmış	28	37.8	18	40.0	46	38.7
Artmış	10	13.5	6	13.3	16	13.4
Yok	6	8.1	10	22.2	16	13.4
Toplam	74	100	45	100	119	100

$$X^2=6.28 \quad SD=3 \quad p>0.05$$

TABLO 2: Kadınlardaki Cinsel İlişki Sıklığının Premenopozal Ve Postmenopozal Dönemlere Göre İncelenmesi

Cinsel ilişki sıklığı	Menopozal Dönem				Toplam	
	Premenopoz		Postmenopoz		S	%
	S	%	S	%		
Haftada bir-iki kez	54	73.0	19	42.2	73	61.3
İki haftada bir	11	14.9	13	28.9	24	20.2
Ayda bir	4	5.4	6	13.3	10	8.4
Yok	5	6.8	7	15.6	12	10.1
Toplam	74	100	45	100	119	100

$$X^2=11.28 \quad SD=3 \quad p<0.01$$

TABLO 3: Kadınlardaki Cinsel İlişki Kalitesinin Premenopozal Ve Postmenopozal Dönemlere Göre İncelenmesi

Cinsel ilişki kalitesi	Menopozal Dönem				Toplam	
	Premenopoz		Postmenopoz		S	%
	S	%	S	%		
Daha zevkli	2	2.7	3	6.7	5	4.2
Eskisi kadar zevkli değil	30	40.5	16	35.6	46	38.7
Aynı	24	32.4	9	20.0	33	27.7
Ağrılı ilişki	11	14.9	6	13.3	17	14.3
İlişki sonrası kanama	1	1.4	1	2.2	2	1.7
Kalitesiz	3	4.1	5	11.1	8	6.7
Cevapsız	3	4.1	5	11.1	8	6.7
Toplam	74	100	45	100	119	100

$$X^2=7.1 \quad SD=6 \quad p>0.05$$

rı ile cinsel istek, ilişki kalitesi ve orgazm olma durumu arasında fark bulunamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 1’de kadınlardaki cinsel istek durumu, premenopoz ve postmenopoz döneme göre incelenmiştir. Yapılan istatistiksel analizde anlamlı bir fark olmamasına rağmen cinsel isteklerinin olmadığını belirten premenopoz dönemdeki kadın oranı %8.1 iken postmenopozal dönemde bu oran % 22.2 olarak belirlenmiştir.

Haftada bir- iki kez cinsel ilişkilerinin olduğunu belirten premenopozal kadın oranı % 73.0 iken, postmenopozal kadınlarda oran %42.2 düşmüştür. Aynı şekilde ilişki aralığının artma durumunun postmenopozal dö-

nemde daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Cinsel ilişki sıklığı premenopoz döneminde postmenopoz dönemine göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p<0.01$).

Tablo 3’de kadınlardaki cinsel ilişki kalitesinde, menopozal dönemlere göre anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4’de kadınlarda orgazm olma durumu menopozal dönemlere göre incelenmiş ve anlamlı bir fark bulunamamıştır ($p>0.05$).

TARTIŞMA

Beklenen yaşam süresinin uzamasıyla birlikte menopoz sonrası yaşam ve bu süreçteki yaşam kalitesine ilişkin faktörler önem kazanmıştır. Kendini iyi hissetme hissi ve ge-

TABLO 4: Kadınların orgazm olma durumunun Premenopozal ve postmenopozal dönemlere göre incelenmesi

Orgazm	Menopozal Dönem					
	Premenopoz		Postmenopoz		Toplam	
	S	%	S	%	S	%
Artmış	2	2.7	1	2.2	3	2.5
Aynı	23	31.1	10	22.2	33	27.7
Azalmış	36	48.6	20	44.4	56	47.1
Yok	13	17.6	14	31.1	27	22.7
Toplam	74	100	45	100	119	100

$\chi^2=3.18$ SD=3 p>0.05

nel sağlık üzerinde çok önemli role sahip olan cinsellik fizik, biyolojik, psikolojik, sosyal ve duygusal etkileşimlere son derece açıktır.

Erken postmenopozal ve premenopozal dönemi kapsayan çalışmamızda, postmenopozal dönemde olan hastaların % 77.7'sinde az veya çok cinsel istek dürtüsünün varlığı gösterilmiştir. Amerika'da 50 yaş üstünde cinsel yönden aktif ve seksüel ilgili olanların oranı % 50-60 olarak bildirilmiştir (10). Menopozal dönemde cinselliği araştıran bir çok çalışmada postmenopozal dönemde giderek artan libido kaybı bildirilmiştir(11-13). Premenopozal dönemde % 34 olan libido kaybının, perimenopozda % 55, postmenopozda ise % 60 civarına yükseldiği bildirilmiştir (15). Çalışma grubumuzda libido kaybı veya yokluğunun menopoz öncesi döneme göre postmenopozal dönemde arttığı belirlenmiştir (Sırasıyla % 45.9 ve %62.2 p>0.05). Benzer şekilde çalışma grubumuzla aynı yaş ortalamasının olduğu (52 yaş) 252 postmenopozal kadının değerlendirildiği bir çalışmada cinsel istek de azalma % 61.5 oranında bildirilmiştir(16). Çalışmamızda cinsel istek yokluğu postmenopozal dönemde %22.2 oranında bulunmuştur. Aynı yaş grubunda ülkemizde karadeniz bölgesinde yapılan başka

bir çalışmada da benzer oranlar tesbit edilmiştir (% 19-26) (16).

Çalışmamızın dikkat çekici yönlerinden biri ise yüz yüze görüşme sonucunda menopozal durum dikkate alınmaksızın hastaların yaklaşık yarısında (%52) cinsel istek yokluğu veya azlığı tesbit edilmesine rağmen, hastaların hiçbirinin polikliniğe başvuru şikayetine libidodaki negatif etkilenme olmamasıdır. Başka bir deyişle hastalar libido kaybını hekime sorun olarak aktarmamış ancak anket esnasında sorulunca açıklamışlardır. Bunun nedeni kişisel utanma duygusu, geleneksel aile yapısı, sosyokültürel yapı gibi nedenler olabilir. Cinsellikle ilgili çalışmalarda hastaların cinsel fonksiyonları ile ilgili bilgi almanın zorluğu ve alınan bilginin güvenilirliğinin değişkenliği dikkate alınmalıdır. Cinsellikle ilgili konularda konuşmak hasta kadar sağlık profesyonellerinde de anksiyete ve rahatsızlık hissine neden olabilmektedir.

Araştırmamızda cinsel ilişki sıklığının postmenopozal dönemde anlamlı şekilde azaldığı belirlenmiştir (p<0.01). Menopoz öncesi dönemde kadınların %73'ü haftada bir veya iki kez cinsel ilişkiye girerken, menopoz sonrası bu oran %42'ye düşmektedir. Menopozda cinsel istekte ve ilişkiye girme sıklığında azalma olması birçok yazar tara-

findan da kabul edilmektedir (17-19). Bunların sebebi olarak menopozda meydana gelen estrogen ve androjen eksiklikleri sorumlu tutulmaktadır. Duygu ve davranışları kontrol eden limbik sistem dolaşımındaki seks steroidlerinden etkilenmektedir (20). Postmenopozal dönemde östrojen eksikliğine bağlı olarak giderek belirginleşen vajinal atrofi ve dispareni cinsel yaşamı olumsuz etkilemektedir. Ayrıca testosteron yetmezliği libido azalması, cinsel isteksizlik, cinsel ilişki sıklığında azalma, orgazm kapasitesinde azalma ve cinsel uyarılara cevapta azalmaya yol açmaktadır (21,22). Menopozda ortaya çıkan cinsel fonksiyonlardaki değişiklikleri sadece hormonal değişimlere bağlamak doğru değildir. Burada kadınların sosyokültürel durumları, ekonomik problemleri, psikolojik yapıları ve eşleri ile olan ilişkileri de gözönünde bulundurulmalıdır(23).

Çalışmamızda cinsel ilişki kalitesi, dispareni ve orgazm olma durumu açısından pre ve postmenopozal dönem arasında bir fark bulunmadı. Postmenopozal dönemde orgazm yokluğu çalışmamızda % 31 oranında bulunurken, Samsun'da yapılan çalışmada % 17-24 oranı bildirilmiştir. Aynı çalışmada orgazm sıklığında azalma %48-52 bildirilirken, bizim bulgularımızda benzer şekilde %44.4 olarak bulunmuştur. Menopoz sonrası orgazm yoğunluğu ve sıklığında sırasıyla %35 ve %29 azalma bildirilmiştir(14). Postmenopozal hormon eksikliğin ve yaşlanmanın etkisiyle artan yaşla orgazmik kapasite korunmakta ancak vajinal kontraksiyonların sayısı ve yoğunluğu azalmaktadır (24). Menopoz süresi uzadıkça hormon replasmanı kullanmayan kişilerde orgazma ulaşmada güçlük ve dispareni insidansı artmaktadır. Tüm bu

etkilerde yaşlanmanın yanı sıra hormon eksikliğinin önemli rolü olduğu bilinmektedir.

Sonuç olarak yaşam kalitesinin önemli bir faktörü olan cinsel yaşama menopoz sonrası dönemde de yoğun ilgi vardır. Yaşlanmanın getirdiği etkilerin yanı sıra menopoza bağlı hormon eksiklikleri libido kaybı ve cinsellikte kalite düşmesine yol açabilmektedir. Postmenopozal dönemde cinsellikle ilgili ciddi oranda problemlerin yaşanmasına rağmen hekim sormadığı sürece hastaların bu yöndeki şikayetleri ortaya çıkamamaktadır. Menopoz sonrası yaşamda cinsellik önemini korumaktadır. Menopoz hastaları yaşamında hekime başvurdıkları önemli bir kilometre taşıdır. Bu nedenle biz kadın doğum hekimlerine düşen en önemli görevlerden biri menopoz nedeniyle başvuran hastalarda mamografi, gaitada gizli kan, açlık kan şekeri gibi genel sağlık taramasına yönelik testler isterken hastanın cinsel yaşama yönelik olası problemlerinde sorgulamamız gerekir. Bu amaçla yapılacak daha geniş serilere ihtiyaç bulunmaktadır.

KAYNAKLAR

1. Lunenfeld B: Aging for men. In stud J.(ed): *The Management of the Menopause*, The Millennium Review. The Parthenon Publishing Group London, 2000, 3-10
2. Birkhaeuser MH, Dennerstein L, Sherman S, Santoro N: *The menopause and aging*. In Wenger NK, Lenfat CJM, Paoletti R, Pinn VW(eds): *International position paper on "women's health and menopause: a comprehensive approach*, NIH publication No. 02-3284, Atlanta, 2002, 23-42.
3. Birleşmiş Milletler Kalkınma Programı(UNDP)2003 *İnsani Gelişme Raporu:Türkiye'ye ilişkin göstergeler*, Türkiye Temsilciliği, 8 Temmuz 2003.
4. Gruis ML, Wagner NN. *Sexuality during the climacteric*. *Postgrad Med* 1979;65(5):197-207.

5. Basson R: *Postmenopausal Sexual Dysfunction: Fact or Fiction ? Psychologic and biologic factors.* *Women Health Primary Care* 2001; 4:479-489.
6. Palacios S, Tobar AC, Menendez C: *Sexuality in the climacteric years.* *Maturitas* 2002; 43 (suppl 1): 69-77
7. Leventhal JL. *Management of libido problems in menopause.* *Perment J* 2000; 4: 29-34.
8. Gelfand MM. *Sexuality among older women.* *J Womens Health Gend Based Med* 2000; 99: 15- S20.
9. Kingsberg SA, *Postmenopausal Sexual Functioning: A Case Study,* *Int J Fertil*, 1998, 43(2), 122-128.
10. Gordon JD, Speroff L, *Menopause and perimenopausal transition period,* In: *Handbook for clinical gynecologic endocrinology and infertility.* Lippincott Williams & Wilkins, 2002, 303.
11. Ballard K: *Biological changes during the menopause.* In *Understanding Menopause.* Wiley, Chichester, 2003, 7-20.
12. Ertüngenalp E, Oral E: *Yaşlanmanın biyolojisi ve endokrinolojik değişimler.* In Ertüngenalp E, Seyisoğlu H (eds): *Menopoz Osteoporoz. Ulusal Menopoz Osteoporoz Derneği Yayınları, İstanbul, 2000, 11-22.*
13. Silberstein SD, Merriam GR: *Physiology of the menstrual cycle.* *Cephalalgia* 2000; 20: 148-154.
14. Sarrel PM: *Sexuality and menopause.* *Obstet Gynecol.* 1990; 75(4 suppl): 26-30.
15. Sarrel PM, Giblin K, Block BA, *Sexual interest and functioning in postmenopausal women: A community-based national survey.* Presented at the North American Menopause Society, September 1998, Toronto, Canada.
16. Kökçü A, Çetinkaya MB, Yanık F, Alper T, Matlyloğlu E, *The comparison of effects of tibolone and conjugated estrogen- medroxyprogesterone acetate therapy on sexual performance in postmenopausal women,* *Maturitas* 2000;36, 75-80.
17. Muray W. *Decreased Libido in Postmenopausal Women.* *Nurse Pract Forum* 2000 Dec;11 (4): 219-224.
18. Avis NE, Stellato R, Crawford S, Johannes C, Longchoppe C. *Is There An Association Between Menopause Status And Sexual Functioning?* *Menopause.* 2000 Sep-Oct;7(5):286-8.
19. Rosen RC, Taylor JF, Leiblum SR, Bachmann GA, *prevalance of sexual dysfunction in women: Results of a survey study of 329 women in an outpatient gynecological clinic.* *J Sex Marital Ther* 1993;19:171.
20. McEwen BS, *Ovarian steroids have diverse effects on brain structure and function.* In: Berg G, Hammar M, Editors. *The modern management of the menopause.* New York: Parthenon, 1993:269-78.
21. Lobo RA. *Androgens in postmenopausal women: production , possible role, and replacement options.* *Obstet Gynecol Surv* 2001;56(6):361-76.
22. Bixo M, Backstrom T, Winbald B, Adersson A: *Estradiol and testosterone in specific regions of the human female brain in different endocrine states.* *J Steroid Biochem Mol Biol* 1995;55:297-303.
23. Holte A, Mikkelsen A: *Psychosocial determinants of climacteric complaints.* *Maturitas* 1991; 13: 205-215.
24. Masters WH, Johnson VE, *Human seksual response,* Boston, MA: Little, Brown, 1966.