



## Liệu pháp nội tiết mãn kinh (MHT)

---

Hội Mãn kinh thế giới chân thành cảm ơn Hội Mãn kinh Úc châu đã cho phép sử dụng các thông tin trong tờ rơi này. Cần lưu ý rằng các thông tin y học được cung cấp trong tờ rơi này có thể không phản ánh chính xác tình hình sức khỏe của bạn, do đó, bạn vẫn cần tham khảo thêm ý kiến bác sỹ điều trị của mình.

[www.menopause.org.au](http://www.menopause.org.au)

# Liệu pháp nội tiết mãn kinh (MHT)

[www.menopauseinfo.org](http://www.menopauseinfo.org)

## Liệu pháp nội tiết mãn kinh (MHT) là gì và có an toàn không?

Khi mãn kinh, suy giảm nồng độ estrogen trong cơ thể có thể dẫn đến một số triệu chứng như:

- Khô âm đạo
- Bốc hỏa
- Thay đổi khí sắc
- Rối loạn giấc ngủ



Liệu pháp nội tiết mãn kinh (còn được biết đến dưới tên gọi “Liệu pháp nội tiết thay thế - HRT”) là phương pháp điều trị hiệu quả nhất để cải thiện các triệu chứng mãn kinh.

Các nguy cơ cộng thêm ở người sử dụng MHT trên các bệnh lý huyết khối, đột quỵ hay ung thư vú là rất nhỏ, với tỷ lệ tương tự trên những người có các yếu tố nguy cơ khác ví dụ như béo phì. MHT là phương pháp điều trị hiệu quả nhất để kiểm soát các triệu chứng mãn kinh và cũng có thể đem lại các ích lợi khác cho sức khỏe người phụ nữ.

MHT an toàn và có thể được sử dụng cho hầu hết phụ nữ nếu bắt đầu từ những năm 50 tuổi hay trong 10 năm đầu sau mãn kinh. Nếu mãn kinh sớm (trước 45 tuổi), bạn nên sử dụng MHT ít nhất cho đến tuổi mãn kinh tự nhiên trung bình (khoảng 51 tuổi).

Mỗi loại MHT có liên quan đến những nguy cơ khác nhau. Bác sĩ sẽ cùng thảo luận với bạn để có thể chọn ra những hướng tiếp cận phù hợp nhằm làm giảm tối đa các nguy cơ trong quá trình điều trị.

menopause  
Info

## Loại MHT

MHT có thể được sử dụng dưới các dạng:

- Viên nén hay viên nang
- Miếng dán da
- Thoa da
- Đặt âm đạo



## Estrogen kết hợp progestogen

Nếu còn tử cung (chưa phẫu thuật cắt tử cung), bạn cần sử dụng estrogen kết hợp cùng progestogen.

### THÔNG TIN VỀ TÍNH AN TOÀN

#### Huyết khối

Sử dụng miếng dán da và gel đều không gây nguy cơ đáng kể hay thậm chí không có nguy cơ. Khi sử dụng viên uống, nguy cơ huyết khối có thể tăng gấp đôi, nhưng nguy cơ cơ tuyệt đối vẫn rất thấp (cứ mỗi 1000 phụ nữ sử dụng thì có thêm 1 trường hợp huyết khối).

#### Bệnh lý tim

Nguy cơ bệnh tim mạch không tăng nếu sử dụng MHT trong vòng 10 năm sau khi mãn kinh hay bắt đầu trước tuổi 60.

#### Ung thư vú

Nhìn chung, cứ 8 người thì có 1 người mắc ung thư vú trong suốt cuộc đời người phụ nữ. Nguy cơ ung thư vú cộng thêm khi sử dụng MHT là rất nhỏ. Nguy cơ này tăng lên theo thời gian sử dụng MHT và sẽ giảm khi ngưng thuốc. Tuy nhiên, sử dụng loại progestogen phù hợp có thể làm giảm nguy cơ này.

#### Đột quy

Sử dụng MHT không làm tăng nguy cơ đột quy trên những phụ nữ không có yếu tố nguy cơ và bắt đầu điều trị vào ngưỡng năm 50 tuổi hay trong 10 năm đầu sau mãn kinh. Những phụ nữ có yếu tố nguy cơ đột quy vẫn có thể điều trị MHT an toàn bằng cách sử dụng thuốc qua đường da (miếng dán hay gel thoa da).

## Estrogen đơn thuần



Estrogen đơn thuần phù hợp cho những phụ nữ đã được cắt bỏ tử cung. Estrogen đơn thuần đường âm đạo có thể có ích cho những phụ nữ có triệu chứng tại chỗ, ví dụ như khô âm đạo.

### THÔNG TIN VỀ TÍNH AN TOÀN

#### Huyết khối

Sử dụng miếng dán da và gel thoa da đều không gây nguy cơ đáng kể hay thậm chí không có nguy cơ. Khi sử dụng viên uống, nguy cơ huyết khối có thể tăng gấp đôi, nhưng nguy cơ cơ tuyệt đối vẫn rất thấp (cứ mỗi 1000 phụ nữ sử dụng thì có thêm 1 trường hợp huyết khối).

#### Bệnh tim

Nguy cơ bệnh tim có thể giảm nếu sử dụng MHT trong vòng 10 năm sau khi mãn kinh hay bắt đầu trước tuổi 60.

#### Ung thư vú

Nhìn chung, cứ 8 người thì có 1 người mắc ung thư vú trong suốt cuộc đời người phụ nữ. Các nghiên cứu cho thấy nguy cơ ung thư vú chỉ tăng không đáng kể hay thậm chí là không tăng khi sử dụng estrogen đơn thuần. Nguy cơ ung thư vú khi sử dụng estrogen đơn thuần thấp hơn so với sử dụng estrogen kết hợp progestogen.

#### Đột quy

Sử dụng MHT không làm tăng nguy cơ đột quy trên những phụ nữ không có yếu tố nguy cơ và bắt đầu điều trị vào ngưỡng năm 50 tuổi hay trong 10 năm đầu sau mãn kinh. Những phụ nữ có yếu tố nguy cơ đột quy vẫn có thể điều trị MHT an toàn bằng cách sử dụng thuốc qua đường da (miếng dán hay gel thoa da).

## Estrogen đường âm đạo

Estrogen đường âm đạo có thể giúp ích cho những phụ nữ có triệu chứng tại chỗ như khô âm đạo.

### THÔNG TIN VỀ TÍNH AN TOÀN

Khi sử dụng bổ sung theo đường tại chỗ, estrogen âm đạo có thể an toàn để sử dụng trong thời gian dài, ngoại trừ một số trường hợp ung thư vú.

