

Valtuustoaloite: Vaihdevuosineuvonnan ja hoidon parantaminen

Vaikka vaihdevuodet koskettavat tavalla tai toisella lähes jokaista suomalaista, on niiden hoito yhä lapsenkengissä. Oireisiin on vaikea saada apua eikä niitä tunnisteta.

Naisten vaihdevuosioireet alkavat usein 45:n ja 55:n ikävuoden välillä, mutta kuukautiset voivat muuttua epäsäännöllisiksi jo 40 vuotta täyttäneillä naisilla kehon valmistautuessa vaihdevuosiin. Länsimaissa vaihdevuodet alkavat keskimäärin 50 ikävuoden paikkeilla. Vaihdevuosien kesto on yksilöllistä. Kesto vaihtelee muutamasta vuodesta yli kymmeneen vuoteen.

Useilla naisilla yksi tai useampi vaihdevuosiin liittyvä oire huonontaa elämänlaatua. Lähes 75 prosenttia kaikista naisista kärsii menopaussin aiheuttamista haitoista. Näitä haittoja ovat mm. kuumat aallot, kuivat limakalvot, mielialanvaihtelut, unettomuus ja masentuneisuus. Arviolta 20-25 prosenttia kaikista naisista kärsii voimakkaista vaihdevuosioireista.

Vaihdevuosioireet vaikuttavat naisten hyvinvointiin ja työkykyyn, jopa työelämään osallistumiseen. Iso-Britanniassa toteutetussa tutkimuksessa 10 prosenttia tutkimukseen osaa ottaneista naisista kertoi lopettaneensa työnsä vaihdevuosioireiden vuoksi. 14 prosenttia alkoi tehdä osa-aikaista työtä ja kahdeksan prosenttia luopui etenemismahdollisuuksista urallaan. Aikaisempi ruotsalainen tutkimus taas osoitti, että menopaussin oireet ovat voimakkaimpia naisilla, joiden työ on stressaavaa.

Kyseessä onkin paitsi henkilökohtainen, myös yritys- ja kansantaloudellinen asia. Yli 45-vuotiaat naiset ovat merkittävä ryhmä työmarkkinoilla. Suomessa heitä on yli 1,3 miljoonaa. Hyvällä hoidolla on merkittäviä yhteiskunnallisia, naisten hyvinvointiin, osallisuuteen, taloudelliseen asemaan ja tasa-arvoon liittyviä vaikutuksia.

Ruotsissa osa terveyskeskuksista tarjoaa vaihdevuosineuvontaa, jota antavat koulutetut vaihdevuosineuvojat, kuten naistentauteihin erikoistuneet kätilöt tai gynekologit. Vastaanotolla saa apua ja neuvoja vaihdevuosioireisiin ja mietitään hoitovaihtoehtoja. Vastaanotolla voidaan myös suorittaa gynekologinen tutkimus.

Kaikilla naisilla on oikeus tulla ymmärretyiksi kehon tapahtumiin liittyen ja saada tehokkaampaa hoitoa vaihdevuosioireiden aiheuttamiin haittoihin.

Suomi on edelläkävijä monessa tasa-arvoon liittyvässä asiassa. Terveystieteiden tutkimuksessa on kuitenkin petrattavaa naistentautien ja erityisesti vaihdevuosi-ikäisten naisten hoidossa. Kun on olemassa keinoja lisätä naisten hyvinvointia ja elämänlaatua, on näiden keinojen oltava tasapuolisesti kaikkien naisten saatavilla hyvinvointialueiden kautta - ei vain yksityisten terveystieteiden kautta. Kyse on myös Pohjanmaan hyvinvointialueen strategian mukaisista ennaltaehkäisevien palveluiden vahvistamisesta. Vaihdevuosioireiden nopea tunnistaminen ja hyvä hoito vähentäisivät virheellisiä diagnooseja, turhia tutkimuksia ja erikoislääkärikonsultaatioita.

Vaadin, että Pohjanmaan hyvinvointialue selvittää kuinka vaihdevuosineuvontaa ja hoitoa voitaisiin parhaiten toteuttaa alueemme terveydenhuollossa.

Vaasassa 10.2.2025

Lotta Alhonnoro