



LIỆU PHÁP NỘI TIẾT ĐIỀU TRỊ CHO PHỤ NỮ MÃN KINH

PGS.TS. Vương Thị Ngọc Lan

Bộ môn Phụ Sản - Đại học Y Dược TPHCM

Tuổi mãn kinh



- Trung bình là 48,8 tuổi
- Thay đổi tùy theo: trình độ học vấn, tình trạng kinh tế xã hội, hút thuốc hay tình trạng nhiễm HIV
- Có thể xảy ra sớm hơn ở một số đáng kể các phụ nữ

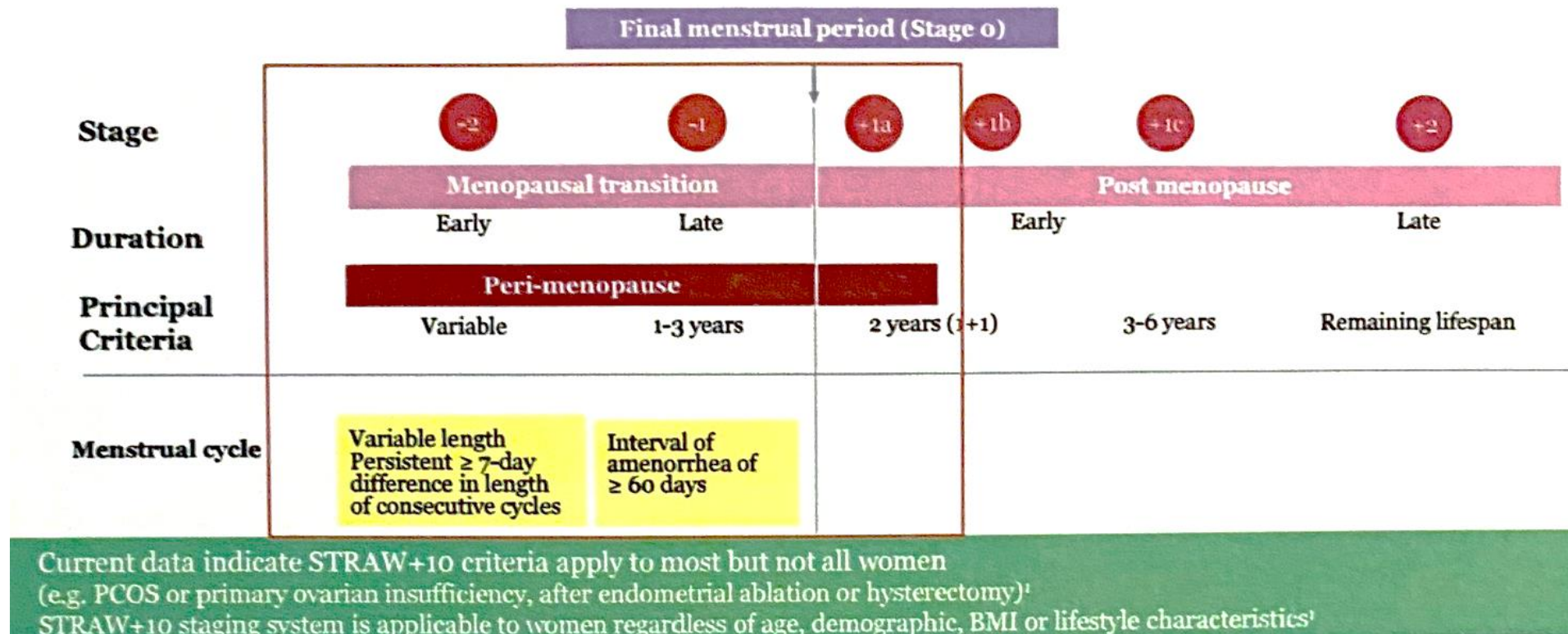
Phụ nữ sống thọ hơn nam giới trung bình từ 1-7 năm. Nhưng họ có khoẻ hơn không?

- *Bệnh mạn tính*
- *Chăm sóc người khác và cần được chăm sóc*
- *Nguồn lực kinh tế*
- *Sống lâu hơn bạn đời, người thân, bạn bè thân thiết nhất*

Giai đoạn tuổi sinh sản theo STRAW+10



Reproductive aging may be categorized using the STRAW+10 staging system

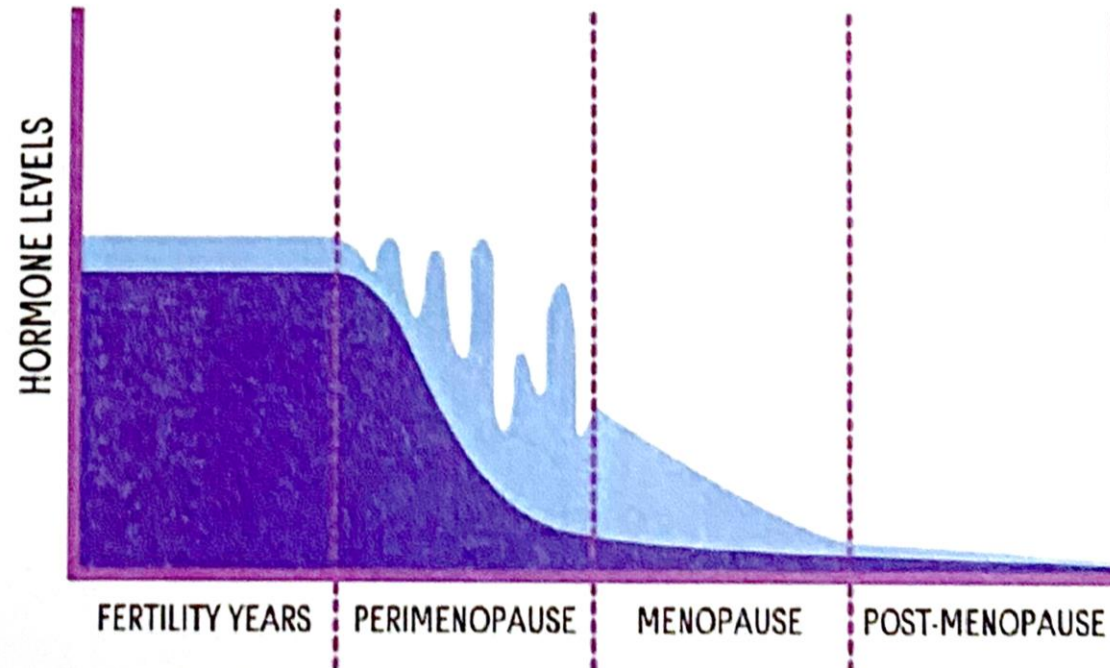


Sự thay đổi nồng độ hormone trong thời kỳ mãn kinh



The Fluctuating
Hormones
at Menopause

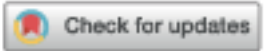
What's Happening to Your
Hormones During Menopause?



CLIMACTERIC
2024, VOL. 27, NO. 5, 441–457
<https://doi.org/10.1080/13697137.2024.2394950>



REVIEW ARTICLE

 OPEN ACCESS 

Menopause and MHT in 2024: addressing the key controversies – an International Menopause Society White Paper

Cung cấp một cái nhìn cân bằng, toàn diện về mãn kinh và điều trị nội tiết mãn kinh (Menopause Hormone Therapy - MHT), tập trung vào một số vấn đề chính còn chưa được thống nhất.

- Mãn kinh là một giai đoạn tự nhiên của cuộc sống hay là một bệnh của đời sống hiện đại?
- Có nên điều trị mãn kinh và như thế nào?
- Điều trị mãn kinh hiệu quả và an toàn như thế nào?
- Các yếu tố đưa đến quan ngại và hiểu nhầm của nhân viên y tế đối với MHT?
- Chúng ta cần làm gì để đạt được sự cân bằng cho MHT?

Điều trị nội tiết mãn kinh

- **WHO:** MHT cho ai?
- **WHAT:** Loại và liều MHT?
- **WHEN:** Khi nào MHT bắt đầu và kết thúc?
- **WHY:** Tại sao MHT quan trọng?
- **WHERE:** MHT có thể tiếp cận ở đâu?

WHO: MHT cho ai?



- Phụ nữ **mãn kinh** có triệu chứng vận mạch (VMS) và teo âm hộ-âm đạo / triệu chứng của hội chứng niệu dục (VVA/GSM)
- Phụ nữ bị **suy buồng trứng sớm** (POI) hay **mãn kinh sớm** ngay cả không có triệu chứng
- **Phòng ngừa loãng xương** (first-line ở một số quốc gia, second-line ở một số quốc gia khác)
- Ở phụ nữ “nguy cơ cao”, tư vấn cẩn thận, chú ý cân bằng về lợi ích và nguy cơ

Các triệu chứng của mãn kinh cần xem xét chỉ định MHT



- **Vận mạch**
 - Bốc hoả
 - Đổ mồ hôi / đổ mồ hôi đêm
- **Triệu chứng niệu dục**
 - Ngứa rát âm đạo, khô âm đạo, giao hợp đau
 - Tiểuắt nhất, nhiều lần, nhiễm trùng tiểu tái phát
- **Triệu chứng có thể có liên quan mãn kinh**
 - Tâm lý: buồn bã nhưng không phải trầm cảm, lo lắng, kích thích
 - Rối loạn giấc ngủ, thức giấc thường xuyên
 - Giảm ham muốn

Các hậu quả về sức khỏe khác của thay đổi nội tiết ở phụ nữ mãn kinh



▪ Chuyển hoá

- Tăng tích tụ mỡ ở bụng (ngay cả ở người gầy)
- Đề kháng insulin và tăng nguy cơ ĐTĐ type 2

▪ Tim mạch

- Giảm chức năng nội mô mạch máu
- Đảo ngược lipid profile

▪ Xương

- Tăng mất xương bắt đầu trước khi giai đoạn mãn kinh
- Gián tiếp / Trực tiếp đóng góp vào việc gây ra loãng xương, suy giảm khối cơ
- Tăng nguy cơ gãy xương

▪ Thần kinh

- Suy giảm trí nhớ ngôn ngữ trong giai đoạn TMK có thể cải thiện sau mãn kinh

KHÔNG cần MHT cho ai?

- Phụ nữ không triệu chứng
- MHT không có chỉ định để dự phòng tiên phát cho bệnh lý tim mạch, sa sút trí tuệ ở phụ nữ ở độ tuổi mãn kinh
- Ung thư vú, ung thư nội mạc tử cung có HR+

WHAT: Loại và liều MHT



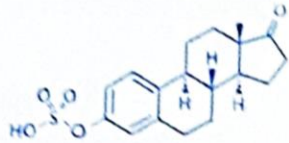
Estrogen

- Regulated systemic MHT: Conjugated equine estrogen (CEE), estradiol, and estradiol valerate.
- Không có nguy cơ VTE với estrogen qua da
- Đường dùng có liên quan đến hội chứng chuyển hoá

Không phải các loại Estrogens đều giống nhau

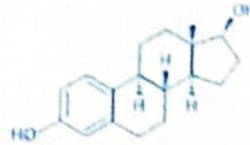
The most effective treatment for VMS

All types are effective for relieving hot flashes (dose and route of administration dependent)



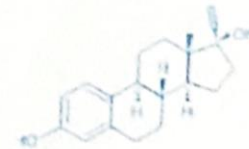
CEE

- Natural estrogen
- Have components that are not found in women
- Complex compound



E2

- Natural estrogen
- May be defined as a simple estrogen



EE

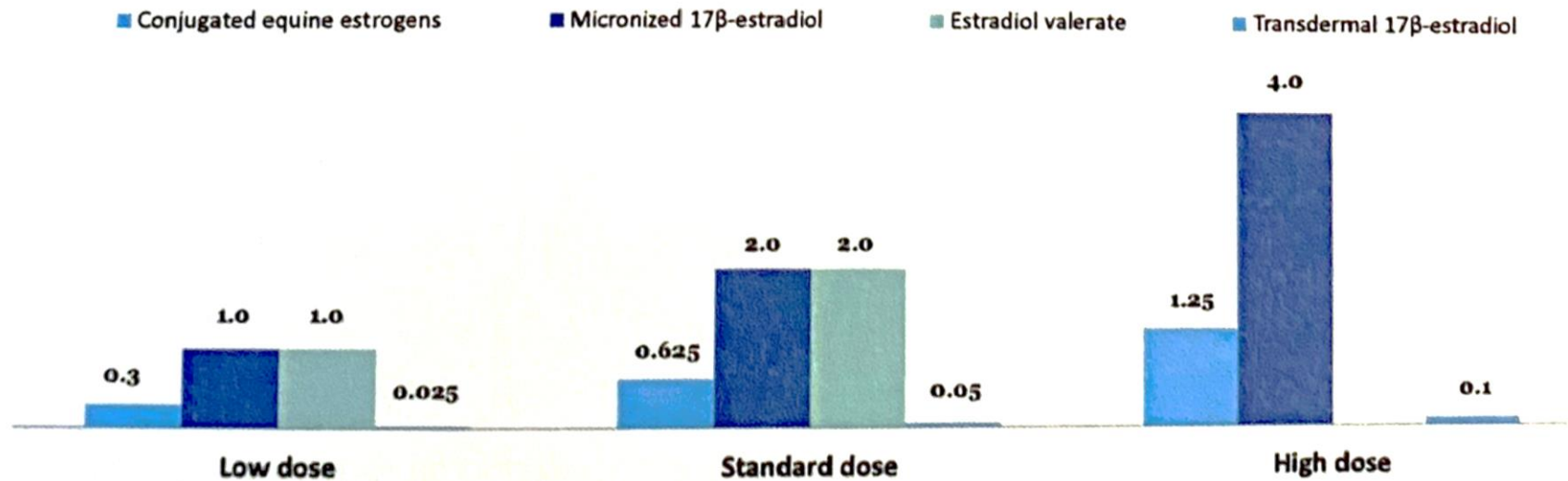
- Synthetic estrogen
- Has components that are not found in women

Có nhiều loại và liều estrogen được sử dụng trong MHT



Equivalent dose for bone density endpoint¹

Equivalent dose for bone density endpoint (mg)



0.5 mg oral estradiol² and 0.014 mg transdermal estradiol³ are considered ultra-low dose regimens

WHAT: Loại và liều MHT

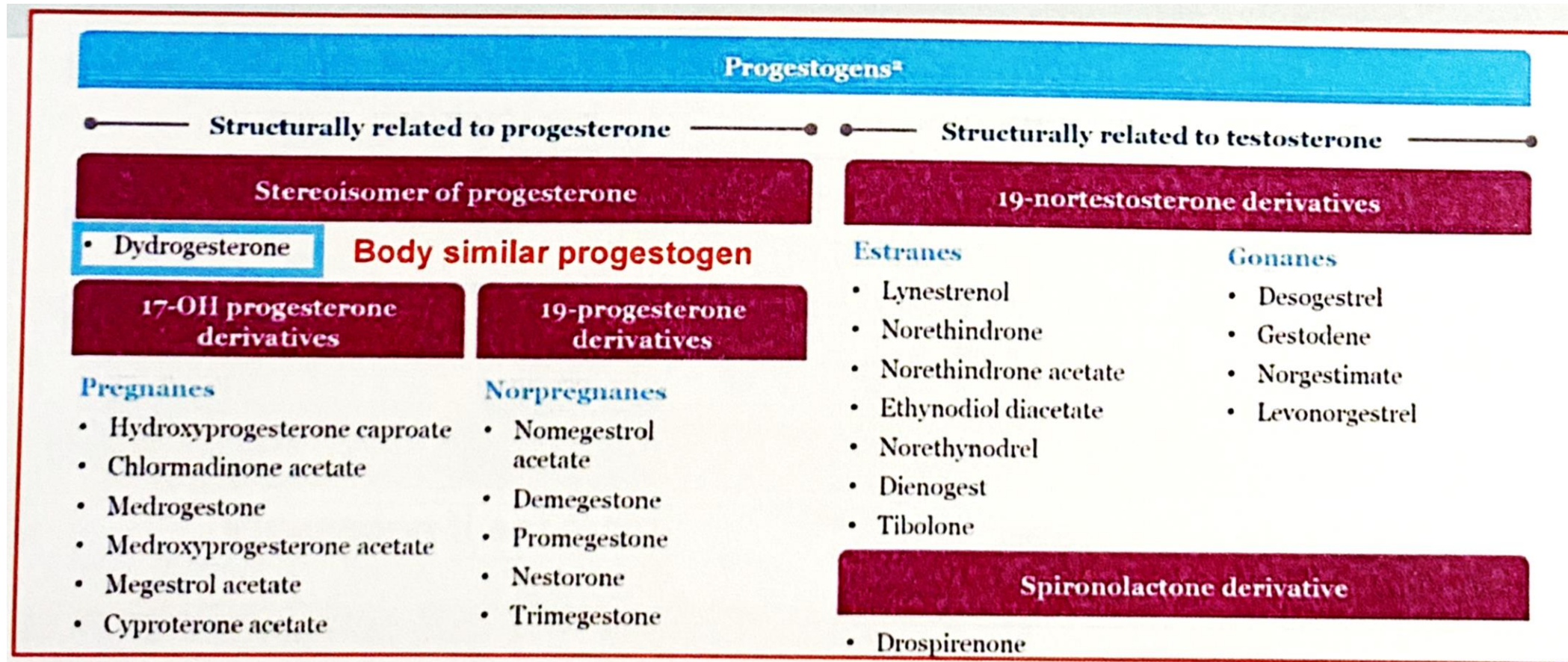


Progestogen

- Chỉ định chính là phòng ngừa **tăng sinh và ung thư nội mạc tử cung**
- Micronized progesterone và dydrogesterone có nguy cơ ung thư vú và nguy cơ tim mạch thấp hơn các loại progestogen có tính androgenic
- Các chọn lựa khác: Levonorgestrel intrauterine system

Không phải tất cả progestogens đều giống nhau

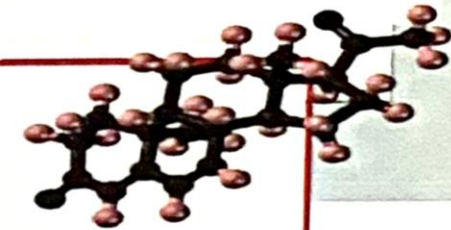
(Khác nhau về cấu trúc sinh học)



Dydrogesterone

What Makes Dydrogesterone a Unique Molecule

A Biosimilar Hormone



All progestogens induce a characteristic change in the estrogen-primed endometrium¹

Progestogens are selected for use in clinical practice based on their other biological effects¹

Dydrogesterone is highly selective for progesterone receptors, thereby decreasing the risk of adverse effects

Biological effect	Dydrogesterone
Progestogenic	+
Antigonadotropic	-
Antiestrogenic	+
Estrogenic	-
Androgenic	-
Antiandrogenic	±
Glucocorticoid	-
Antimineralocorticoid	±

Does not block ovulation at therapeutic dosage¹

No estrogenic effects¹

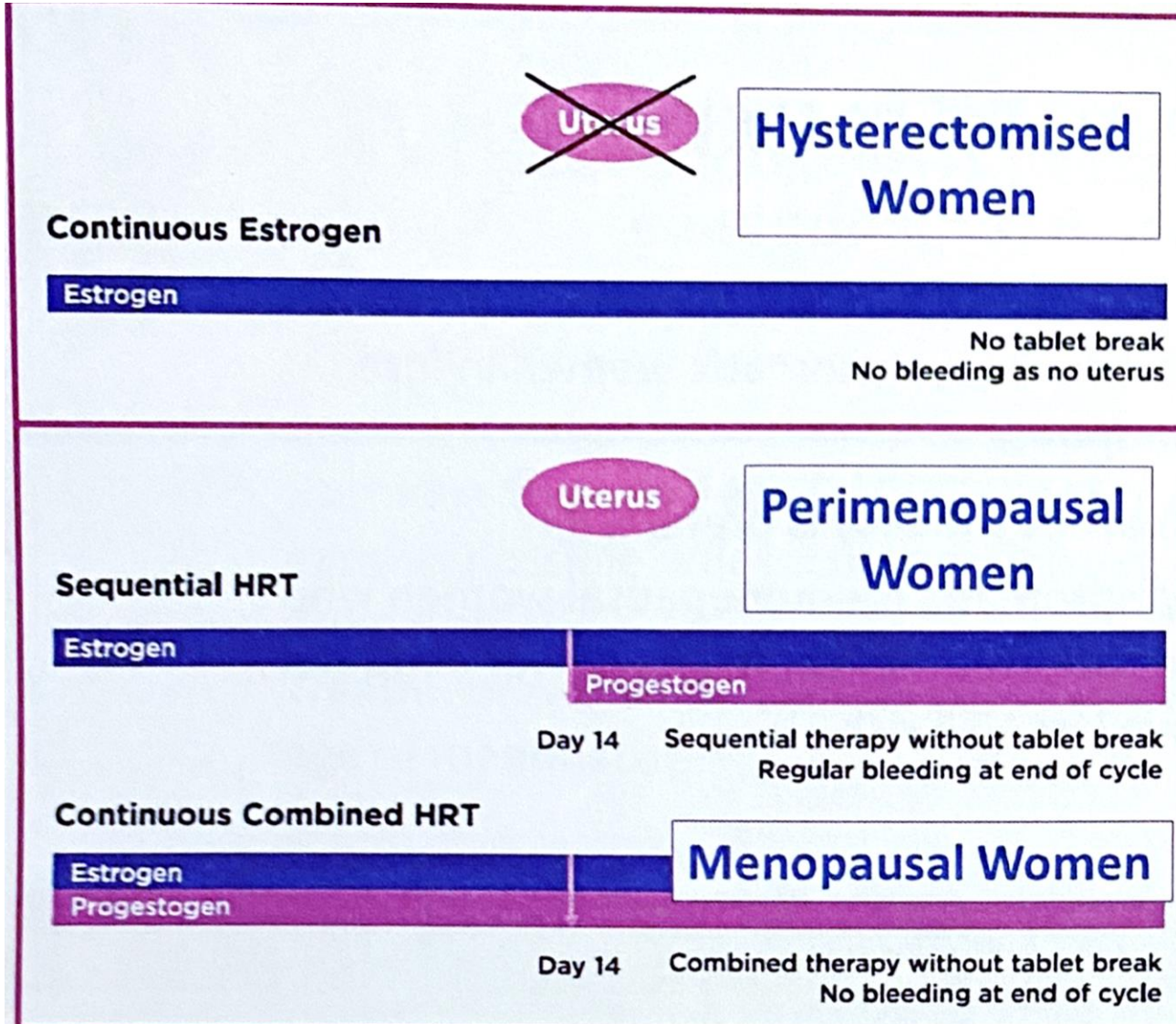
No androgenic effects¹

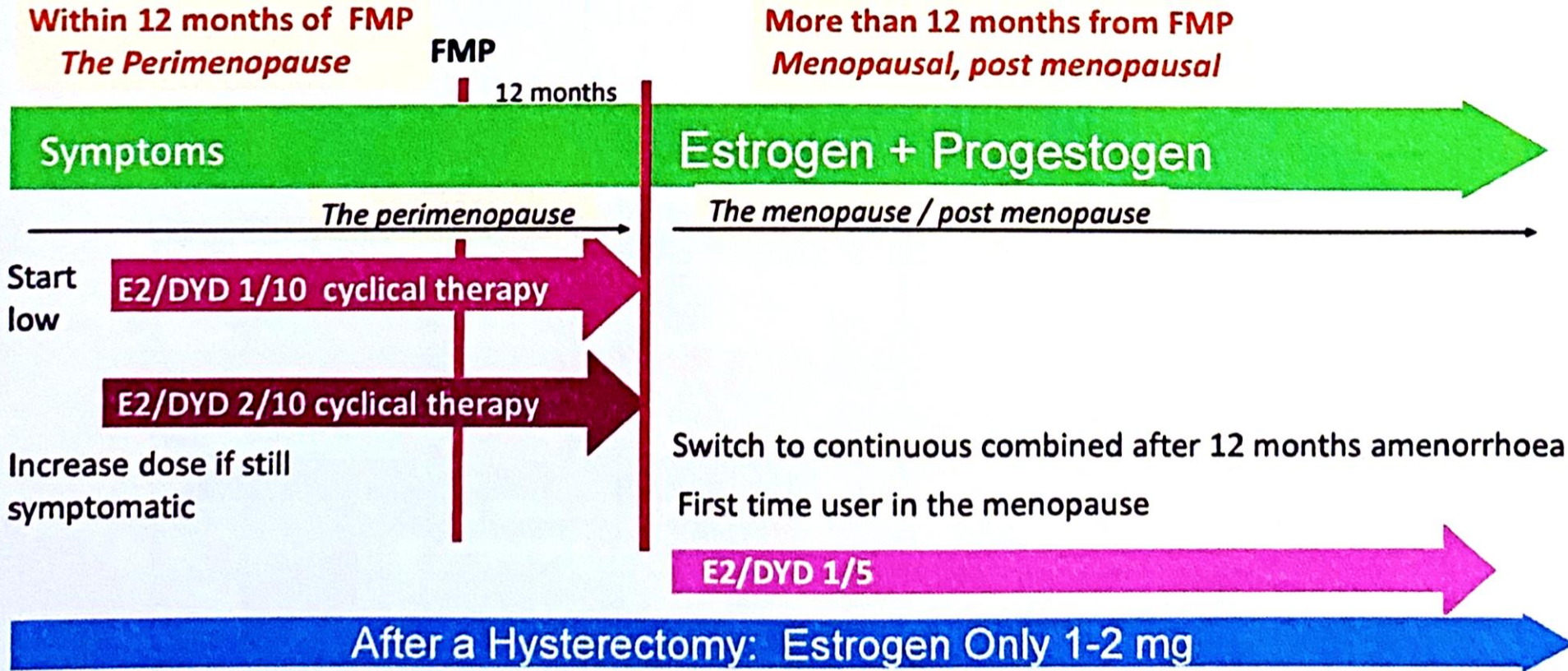
No glucocorticoid activity¹⁻³

Các phác đồ MHT khác nhau

Tử cung	Loại hormone	
Có	Estrogen hàng ngày	
Không	Quanh mãn kinh	Mãn kinh
	MHT tạo xuất huyết có chu kỳ	MHT không xuất huyết
	12-14 ngày progestogens	Estrogen và Progestogen mỗi ngày

Bắt đầu với liều thấp - Tăng liều nếu cần thiết





WHEN: Khi nào MHT bắt đầu?

Tiền mãn kinh / Quanh mãn kinh

- MHT hiện tại được chỉ định cho phụ nữ có triệu chứng ở giai đoạn muộn của tiền mãn kinh / mãn kinh
- Dùng kiểu Điều trị liên tiếp (tạo chu kỳ)
- COC có thể được dùng ở phụ nữ tiền mãn kinh có triệu chứng nhưng không có chống chỉ định khác hơn là tuổi; loại estradiol mới, estetrol có thể có nguy cơ VTE thấp hơn

WHEN: Khi nào MHT bắt đầu?

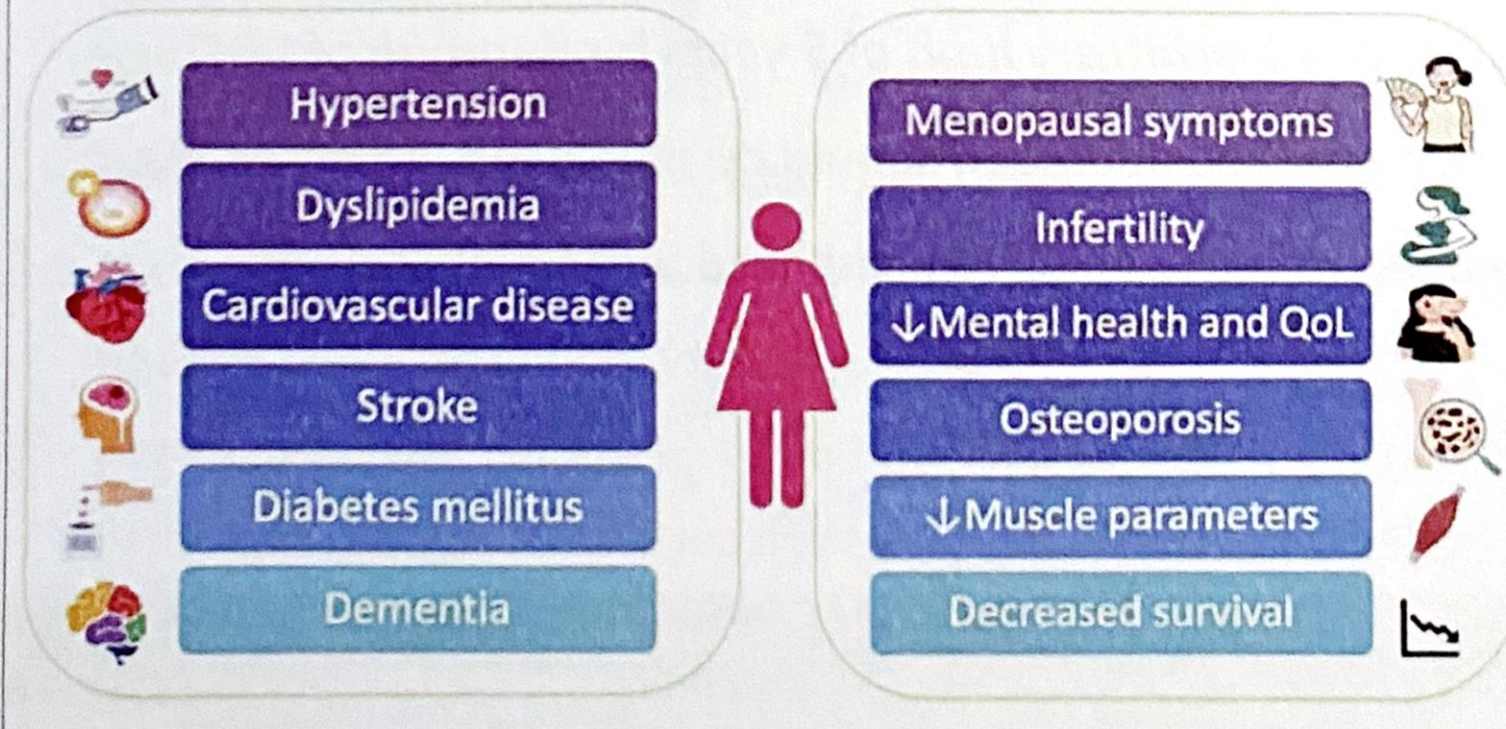
Suy buồng trứng sớm / Mãn kinh sớm

- Điều trị nội tiết / MHT / COC nên bắt đầu sớm nếu có thể trừ khi có CCĐ, ngay cả không có triệu chứng
- Điều trị nên được tiếp tục ít nhất là đến tuổi mãn kinh thông thường

Premature Ovarian Insufficiency (POI)

Guideline of European Society of Human Reproduction and Embryology
2024
The ESHRE, ASRM, CREWHIRL and IMS Guideline Group on POI

Main consequences of (untreated) POI



WHEN: Khi nào dừng MHT?



- Không nhất định giới hạn việc dùng MHT trong 5 năm
- Chiến lược cá thể hoá nên được xem xét

Menopause: The Journal of The North American Menopause Society Vol. 29, No. 7, pp. 763-794
© 2022 by The North American Menopause Society DOI: 10.1093/men/0000000000000000

NAMS Position Statement **The 2022 hormone therapy position statement of The** **North American Menopause Society**

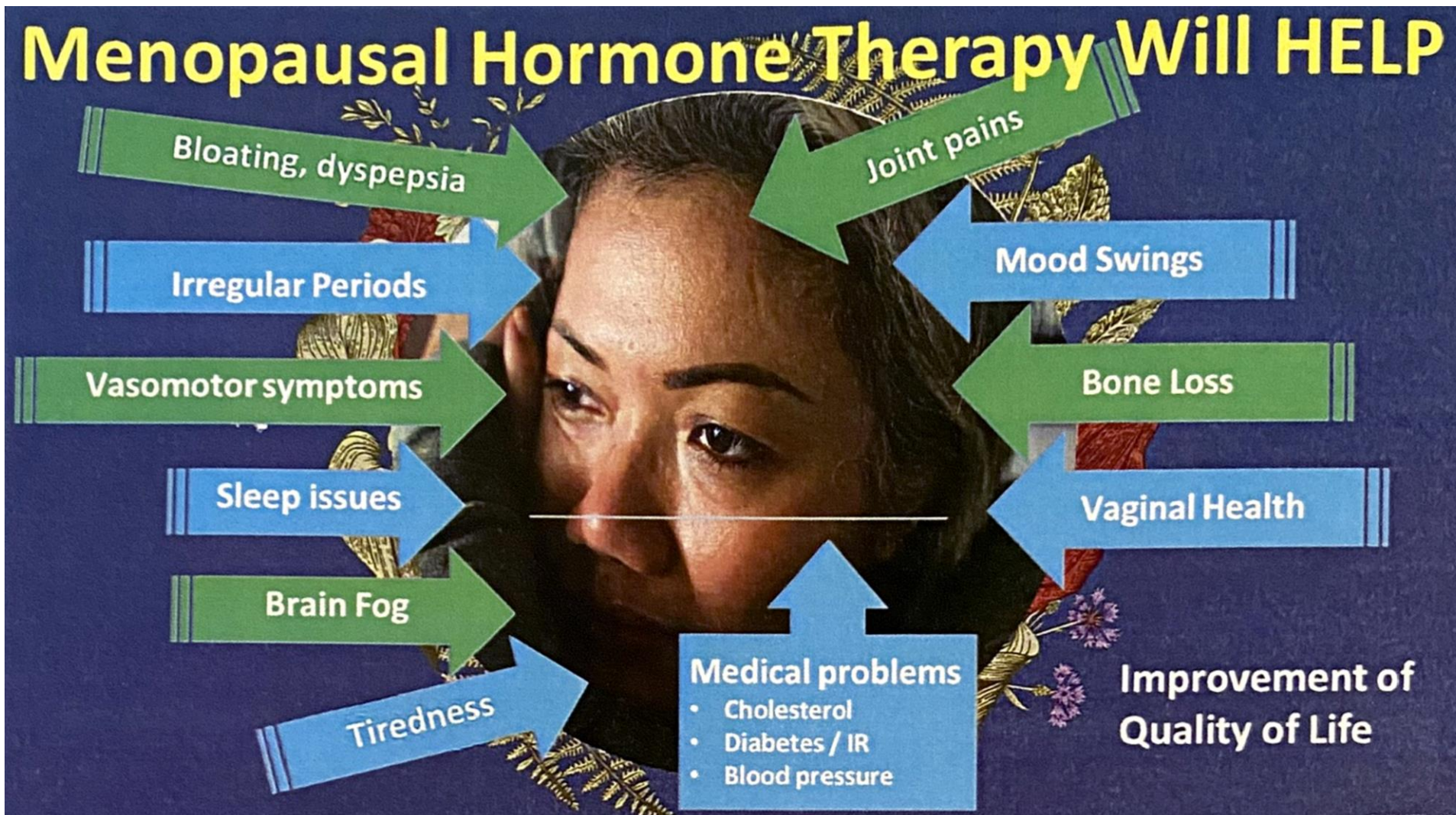


“Healthy women with persistent vasomotor symptoms, continuing hormone therapy beyond age 65 years is a reasonable option with appropriate counseling, regular assessment of risks and benefits, and shared decision-making.

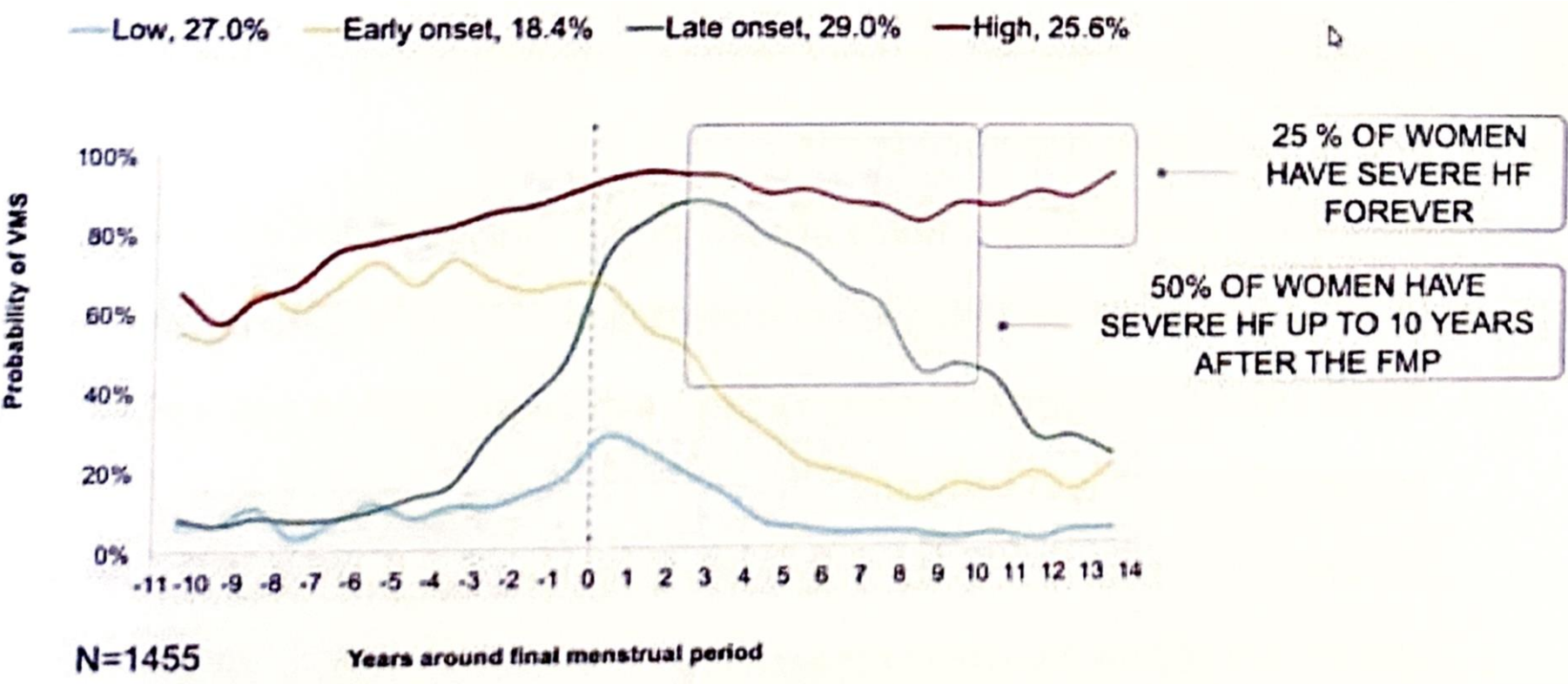
Hormone therapy also may be considered for prevention of fracture in healthy older women at elevated fracture risk.”

6195E1N15

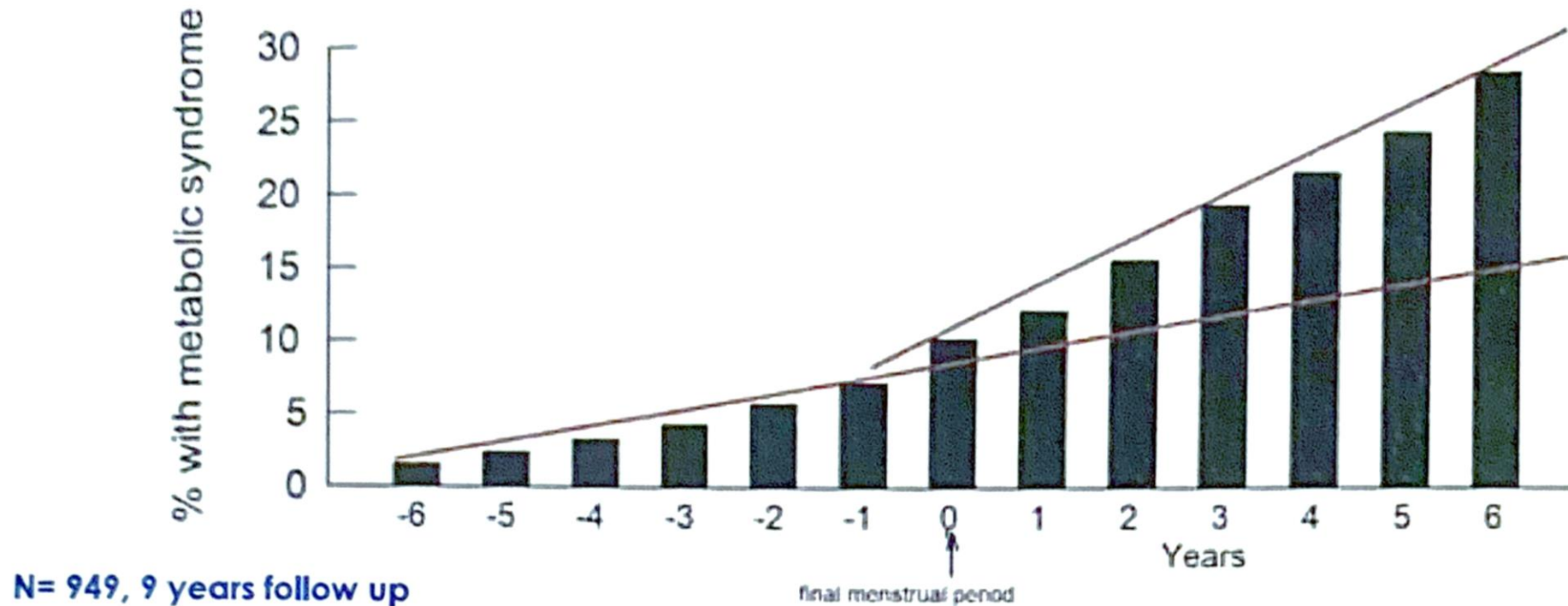
WHY: Tại sao MHT quan trọng?



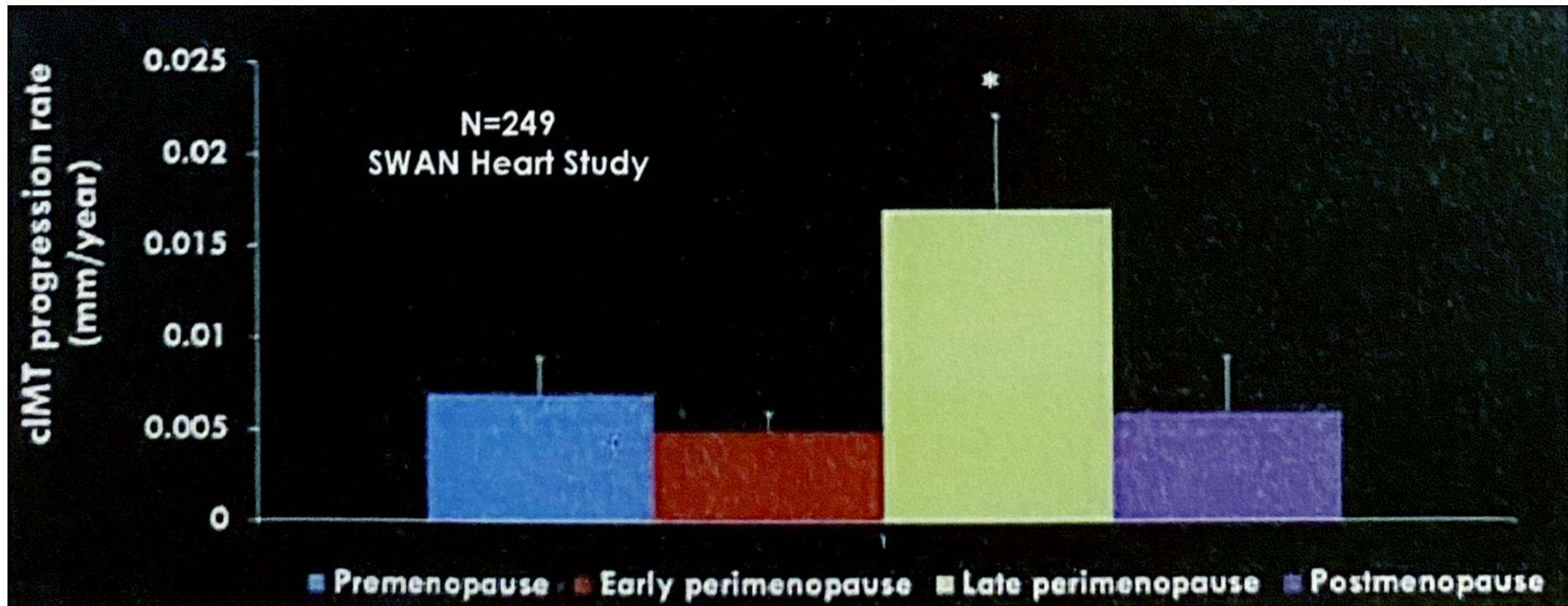
Bức hoạ kéo dài



Vấn đề chuyển hoá trong giai đoạn chuyển tiếp mãn kinh



Tăng dần Bề dày lớp nội trung mạc động mạch cảnh trong giai đoạn muộn của quanh mãn kinh

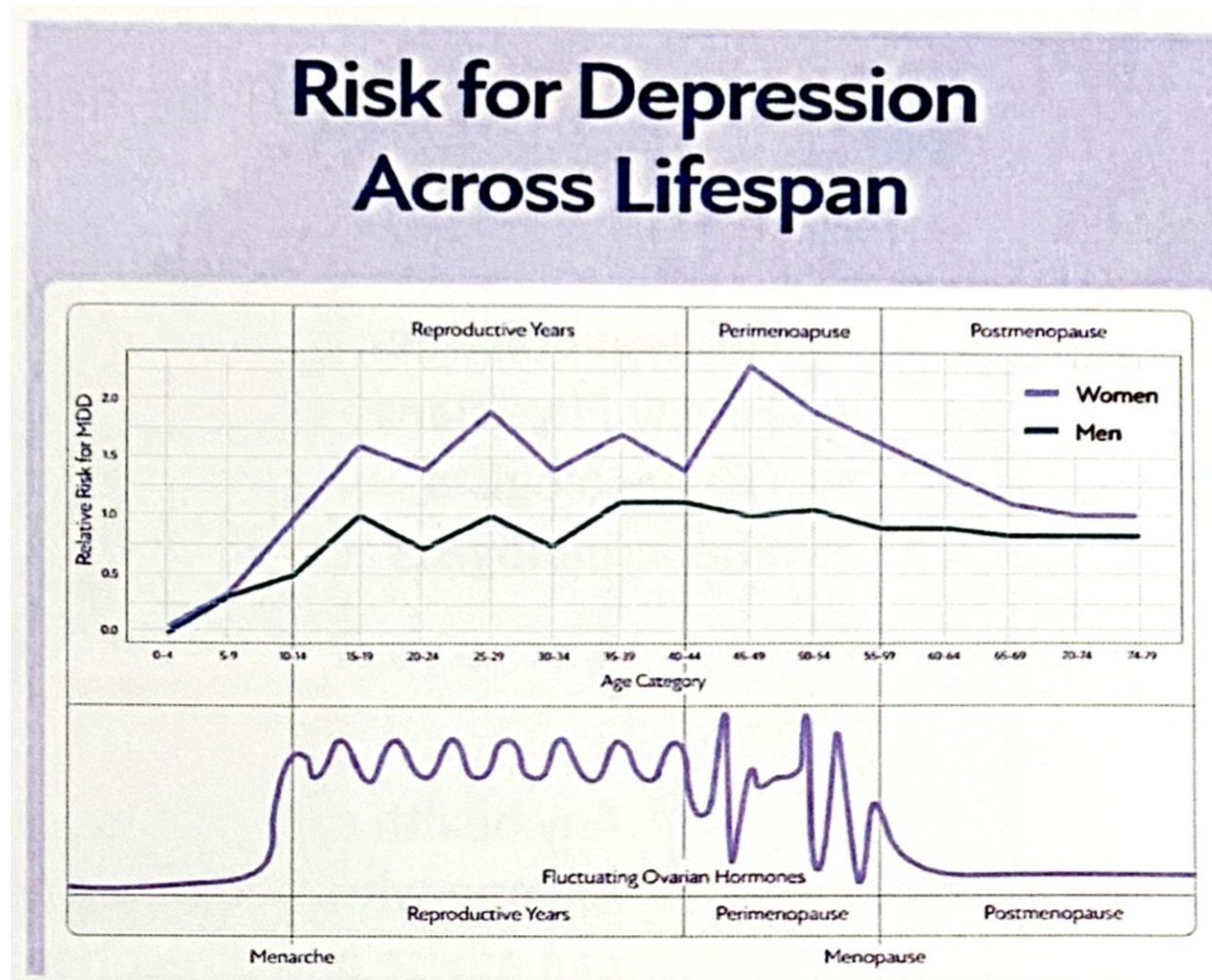


MHT ngừa loãng xương



- Phòng ngừa mất xương ở tất cả các xương
- Ngừa xương xốp do thiếu hụt estrogen
- MHT là phương pháp điều trị phù hợp để phòng ngừa loãng xương ở phụ nữ hậu mãn kinh trước 60 tuổi và trong vòng 10 năm sau mãn kinh

Triệu chứng trầm cảm ở giai đoạn muộn tiền mãn kinh



WHERE: MHT có thể tiếp cận ở đâu?

- Bác sĩ đa khoa
- Bác sĩ gia đình
- Bác sĩ chuyên khoa phụ khoa
- Bác sĩ chuyên khoa nội tiết
- Bất kỳ nhân viên y tế nào (được đào tạo)

Kết luận



■ Chỉ định MHT

- Tiền mãn kinh – Mãn kinh: VMS, VVA/GMS
- Phòng ngừa loãng xương
- POI / Mãn kinh sớm
- Tư vấn kỹ với bệnh nhân “nguy cơ cao”

■ 5W MHT

50 million women menopause annually

2030

1.2 billion women

Equality + Work Shift

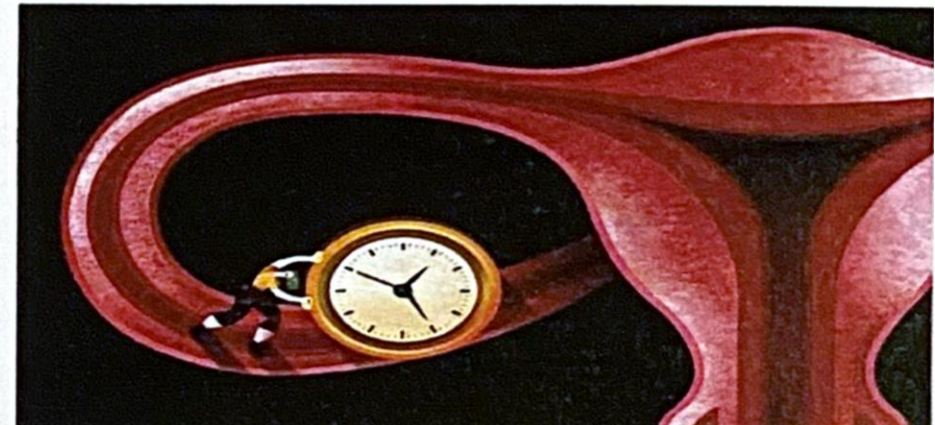
Women Always Had Hot Flashes at Work. Now They're Done Hiding Menopause

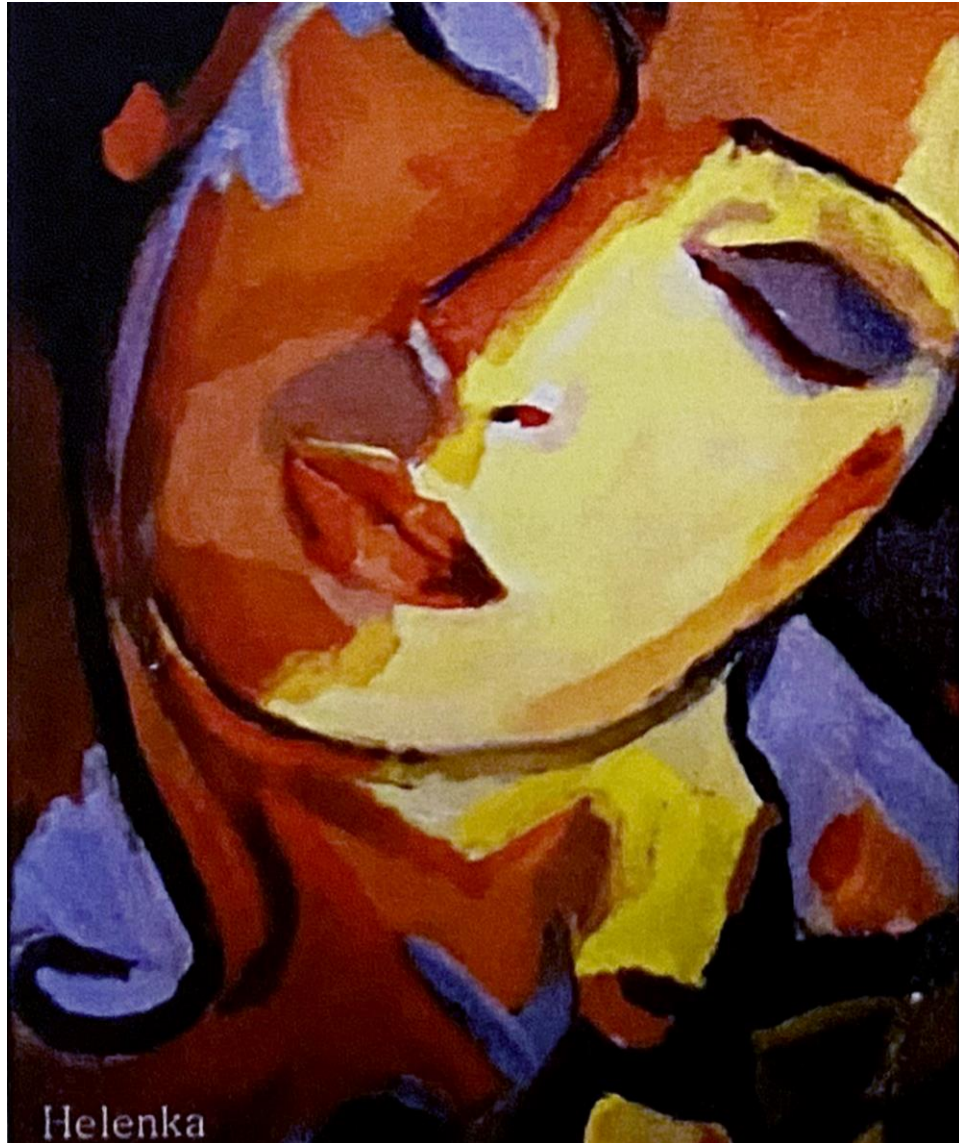
- Senior women want to raise awareness, destigmatize menopause
- Growing number of US employers are offering menopause benefits

NEWS FEATURE | 22 January 2025 | Correction [05 February 2025](#)

The new science of menopause: these emerging therapies could change women's health

Researchers are exploring how to prolong ovarian life and revisiting hormone replacement therapy – a once routine treatment that has fallen out of favour.





***A woman in menopause is like
autumn—glorious, bold,
shedding what no longer serves,
and yet,
she's still full of life's richest colors.***

Premitha Damodaran

CONSULTANT OBSTETRICIAN & GYNÆCOLOGIST

“Người phụ nữ bước vào thời kỳ mãn kinh giống như mùa thu – rực rỡ và kiêu hãnh, buông bỏ những điều không còn phù hợp, nhưng cô ta vẫn còn một cuộc sống với đầy đủ sắc màu”.

TRÂN TRỌNG CẢM ƠN