



Může nám testosteron opravdu pomoci?

Testosteron může pomoci zmírnit některé zdravotní problémy menopauzy.

Testosteron je hormon, společný mužům i ženám, ačkoliv mužský organismus jej produkuje v mnohem větším množství. I u žen je testosteron základním hormonem. Ztráta sexuální touhy a uspokojení jsou časté příznaky žen po menopauze. Testosteronu v dávce vhodné pro ženy může být velmi účinný pro zlepšení sexuální touhy a uspokojení.

Pro další informace navštivte www.imsociety.org

Testosteron a ženy

Androgeny jsou hormony produkované vaječníky a nadledvinami. Hlavním androgenem je testosteron. Testosteron uvolňují do krevního oběhu přímo vaječníky, ale může vznikat i metabolismem dalších hormonů, které jsou tvořeny ve vaječnících a nadledvinkách, jako jsou DHEA a androstendion. U žen i mužů působí testosteron přímo v buňkách, ale může být také přeměněn na estrogen a tak má důležité biologické účinky i svým estrogením působením. [1]

Hladiny testosteronu u mužů jsou asi 10-20 krát vyšší než u žen, což je spojeno s mužskými rysy - hlubší hlas, více tělesného ochlupení, více svalů ...

Hladiny testosteronu u žen obsahují vrcholu kolem 20. roku. Následuje poklesem s věkem. V době, kdy žena dosáhne menopauzy, hladina testosteronu je asi čtvrtinová. [2] Nicméně po dosažení věku 65-70 let mají ženy hladinu testosteronu v krvi podobné těm u mladých žen. [3]

Náhlý pokles hladiny testosteronu v krvi nastane po odstranění vaječníků (chirurgická menopauza).

Mezi další příčiny nízké hladiny testosteronu u žen patří:

- hormonální antikoncepce – zablokuje produkci testosteronu vaječníky a zvýší produkci jaterního proteinu SHBG, který může snížit účinky testosteronu;
- perorální steroidy - suprese produkce testosteronu v nadledvinkách;
- anti-androgenní terapie akné, hirsutismu nebo ztráty vlasů - léky, které blokují efekt testosteronu v těle;
- úplná ztráta funkce hypofýzy (panhypopituitarism).

Pro vyloučení dalších možných příčin, doporučujeme mluvit s vaším lékařem.

Jaké jsou důsledky nízkou hladinu testosteronu u žen?

Účinky nízké hladiny testosteronu u žen byly diskutovány v průběhu mnoha let. Nejdůležitější zjištění je, že není jasná hranice hladiny testosteronu v krvi, která by již byla příliš nízká.

Některé studie naznačují, že může existovat souvislost mezi nízkou sexuální touhou a nízkou hladinou testosteronu, ale jiné to popírají. [4]



Je nějaká výhoda terapie testosteronem?

Kompletní přehled všech publikovaných studií do roku 2019 ukázal, že ženy po menopauze, které mají snížení sexuální touhy, které jim způsobuje osobní znepokojení nebo úzkost, mohou mít prospěch z terapie testosteronem. Tato recenze také ukázala, že není důkaz pro tento efekt u žen premenopauzálních. [5.]

Nízká sexuální touha (HSDD) může mít mnoho příčin. Ženy, které trpí HSDD by si měly promluvit se svým lékařem a zvážit celou řadu možných příčin. Teprve poté zvážit terapii testosteronem.

Některé ženy jsou léčeny testosteronem i z jiné indikace než je HSDD. Tým IMS provedl reanalýzu dostupných dat a publikoval své doporučení v globálním konsenzu (2019). Nenašel žádný jasný důkaz, že testosteron zlepšuje kvalitu života nebo náladu a neměl by tedy používán s tímto cílem. Neexistuje dostatek důkazů podporujících jinou indikace než je HSDD.

Jak je testosteron podáván?

Testosteron může být užíván jako tableta / kapsle, ale to se nedoporučuje ani u žen ani u mužů pro nežádoucí vliv na hladiny cholesterolu v krvi.

Aplikace testosteronu by měla být v jiné než orální formě, například kožní gely, krémy, náplasti nebo implantát pod kůží. Dávka testosteronu by měla dosáhnout hladiny v krvi, které jsou vidět u mladých žen. Vyšší hladiny pravděpodobně způsobí nežádoucí účinky, jako je nadměrné ochlupení, vypadávání vlasů a akné, a jsou považovány za nebezpečné.

Dostupnost testosteronu v dávkování pro ženy je omezená. Globální doporučení preferuje v takovém případě použití přípravku primárně určeného pro muže v nižším dávkování. Mezinárodní odborná porota varuje před použitím kombinovaných přípravků s testosteronem [6.]



Nejčastější dotazy

Pokud odpovíte ano na jednu nebo více z níže uvedených otázek, měli byste prodiskutovat užívání se svým lékařem:

1. Máte sucho, nepohodlí nebo bolest při vaginálním styku?
2. Už jste zažila ztrátu sexuální touhy a sexuálních myšlenek?
3. Pozorujete snížení sexuální touhy k vašemu partnerovi?
4. Jste méně citlivá na sexuální stimulaci?
5. Máte potíže s dosažením orgasmu?
6. Kladná odpověď na výše uvedené otázky vás znepokojuje?
7. Potřebujete pomoc v řešení více uvedených problémů?

Máte-li jakékoli obavy a chcete diskutované o otázkách z tohoto letáku, prosím, navštivte svého lékaře.

References

1. Simpson ER, Misso M, Hewitt KN, Hill RA, Boon WC, Jones ME, et al. Estrogen--the good, the bad, and the unexpected. *Endocr Rev.* 2005;26(3):322-30.
2. [Androgens during the reproductive years, what's normal for women?](#) Skiba MA, Bell RJ, Islam RM, Handelsman DJ, Desai R, Davis SR. *Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism.* 2019 Aug 7. [e-publication ahead of print].
3. [Testosterone and estrone increase from the age of 70 years; findings from the Sex Hormones in Older Women Study.](#) Davis SR, Bell RJ, Robinson PJ, Handelsman DJ, Gilbert T, Phung J, Desai R, Lockery JE, Woods RL, Wolfe RS, Reid CM, Nelson MR, Murray AM, McNeil JJ. *Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism.* 2019 Aug 13. [e-publication ahead of print]
4. Online reference: <https://www.menopause.org/for-women/sexual-health-menopause-online/sexual-problems-at-midlife/decreased-desire>
5. Islam RM, Bell RJ, Green S, Page MJ, Davis, SR. Safety and efficacy of testosterone for women: a systematic review and meta-analysis of randomised controlled trial data. *The Lancet Diabetes & Endocrinology.* 2019 July 25.
6. Davies SR, Baber R, Panay N, Bitzer J et al., Global consensus position statement on the user of testosterone therapy for women. *Climacteric* 2019. (in press).



Copyright International Menopauza Society 2019

Dementi

Informace uvedené v této brožuře nemusí být relevantní pro jednotlivce a měly by být vždy projednány s osobním lékařem jedince. Tato publikace poskytuje pouze informace. Mezinárodní Menopauza společnost nemůže přijmout žádnou odpovědnost za případné újmy způsobené v důsledku interpretace tohoto materiálu.