

# Kawal tekanan darah

Ramai juga wanita yang berhadapan dengan gejala psikologi, seperti insomnia, kekurangan tenaga atau daya, kehilangan nafsu seks, kebimbangan dan keresahan.

**K**ONGRES Malaysia ke-6 mengenai *Menopause - The Return of Hormone Therapy* yang dianjurkan oleh Persatuan Menopaus Malaysia baru-baru ini telah membincangkan isu-isu yang melibatkan wanita menopause, termasuk tekanan darah tinggi.

Antaranya ialah mengenai terapi penggantian hormon (HRT) secara oral dan berterusan yang memberikan kelegaan cepat dan berkesan daripada gejala menopause. Isu tersebut juga menjadi sebahagian daripada intipati utama yang dibincangkan dalam sidang media. Kaedah HRT dikatakan melindungi wanita daripada osteoporosis dan turut dibincangkan oleh pakar GP yang menghadiri kongres ini.

Kandungan hormon progestin drospirenone dalam HRT dikatakan memberi manfaat tambahan yang penting, khususnya untuk mencegah kenaikan berat badan yang dikaitkan dengan estrogen sekali gus menurunkan tekanan darah di kalangan wanita menopause yang mengalami hipertensi.

Dalam sidang media yang sama, statistik mengenai peratusan wanita menopause yang mengalami gejala seperti selaran panas, berpeluh malam dan palpitasi (gejala vasomotor) yang berbeza dari segi tahap kelemahannya juga didedahkan. Ia adalah sekitar 80 peratus.

Selain itu, ramai juga wanita yang berhadapan dengan gejala psikologi, seperti insomnia, kekurangan tenaga atau daya, kehilangan nafsu seks, kebimbangan dan keresahan. Malah, keadaan lebih serius seperti tekanan darah tinggi, sakit sendi, sakit belakang, gejala urogenital, mudah naik angin dan osteoporosis. Situasi ini dipandang sebagai satu keadaan yang amat membimbangkan oleh pakar-pakar ginekologi yang merawat wanita menopause.

Sebagai alternatif dan rawatan yang terbaik, HRT dengan drospirenone dos rendah yang pertama di dunia telah diperkenalkan di pasaran Malaysia dan diluluskan sekali gus membolehkan peningkatan kualiti hidup wanita-wanita menopause.

Secara saintifiknya, kehilangan estrogen dalam fasa hidup wanita menopause adalah punca gejala vasomotor dan psikologi yang membimbangkan dan sukar ditanggung. Bahkan, ia juga boleh mengganggu aktiviti harian biasa dan seterusnya memberi kesan negatif ke atas kualiti hidup dan harga diri.

Contoh lain ialah masalah kehilangan semakin banyak jisim tulang (osteoporosis) yang juga boleh menyebabkan keretakan pergelangan tangan, pinggul dan tulang belakang akibat daripada gejala menopause. Beberapa kajian juga menunjukkan bahawa wanita menopause menghadapi risiko penyakit kardiovaskular yang jauh lebih tinggi daripada wanita belum menopause.

"Adalah penting bagi wanita menyedari risiko kesihatan yang lain seperti tekanan darah tinggi apabila menimbangangkan pengurusan menopause. Wanita dan pengamal perubatan perlu menimbangangkan perspektif gaya hidup dan kesihatan am dalam pengurusan menopause. Ini memandangkan lebih ramai wanita menopause di Asia Pasifik diserang penyakit jantung dan osteoporosis," kata Profesor Dr. Marco Gambacciani dari Klinik Penyelidikan Menopaus, Jabatan Obstetrik dan Ginekologi, Hospital Universiti Santa Chiara, Pisa, Itali merangkap Ahli Jawatan



DARI kiri, Dr. Marco Gambacciani, Ashraf Al-Quf dan Dr. Nik Nasri Ismail.



BELENGGU masalah menopause di kalangan wanita dipentaskan pada majlis pelancaran Angeliq.

tankuasa Eksekutif Persatuan Menopaus Antarabangsa yang turut berucap di kongres tersebut.

Terapi hormon dengan 1 mg Estradiol dan 2 mg Drospirenone (DRSP) menawarkan manfaat tambahan, selain kelegaan yang cepat daripada gejala menopause. Progestogen DRSP boleh membantu menurunkan tekanan darah di kalangan wanita menopause hipertensif dan mencegah kenaikan berat badan biasa yang sering disebabkan oleh rentasi air dan natrium aruhan estrogen.

"Ujian klinikal ke atas HRT yang mengandungi DRSP telah mengesahkan keselamatan dan keberkesanan serta kadar penerimaan yang tinggi.

Dr. Marco Gambacciani telah menjalan-

kan kajian terhadap kesan HRT selama beberapa tahun yang lalu. "Terapi ini sudah pun diterima dengan baik oleh wanita di Eropah dan dilancarkan di Amerika Syarikat pada tahun lalu," jelasnya.

"Kelulusan HRT pertama dunia dengan drospirenone dos rendah di Malaysia memberi pilihan rawatan baru kepada wanita menopause dan pakar penjagaan kesihatan profesional di negara ini. Progestin drospirenone juga terdapat dalam pil cegah kehamilan nombor satu di Amerika Syarikat dan seluruh dunia," katanya.

Beliau menambah: "Semakin ramai wanita berusia 50 tahun ke atas mengalami gejala menopause sedang mencari penawar untuk merawatnya. Kami gembira kerana

## Info

### Simptom menopause

- KULIT.** Kurang elastik, kegatalan, kedutan.
- RAMBUT.** Rambut pada muka dan kulit kepala menipis, keguguran rambut.
- MATA.** Perubahan visual, katarak.
- GIGI.** Kelonggaran dan kehilangan.
- PAYU DARA.** Lentur, mengecut dan mengendur.
- VAGINA.** Menipis, kering, lebih sempit, lebih pendek.
- PUNDI KENCING.** Mengecut, kesukaran mengawal, kebocoran waktu malam.
- TULANG.** Sakit belakang, sakit sendi, mudah retak.

dapat menyediakan kaedah HRT baru untuk disesuaikan dengan keperluan individu," kata Ashraf Al-Quf, Pengurus Bayer Schering Pharma Malaysia.

Untuk menambah kefahaman doktor terhadap pentingnya kenaikan tekanan semasa diagnosis dan rawatan pesakit yang mengalami gejala menopause, Profesor Dr. Nik Nasri Ismail, Dekan Fakulti Sains Perubatan dan Kesihatan, Kolej Universiti Islam Malaysia dan Presiden Persatuan Menopaus Malaysia akan membentangkan hasil kajian yang dibuat di Asia Pasifik.

Bayer Asia Tenggara telah menugaskan agensi penyelidikan bebas pihak ketiga supaya menjalankan tinjauan kaji selidik antara bulan Disember 2006 dan Januari 2007. Tinjauan ini melibatkan 300 ahli ginekologi dan 80 pengamal perubatan am di Australia, Korea Selatan, Taiwan dan Thailand.

Secara purata, doktor yang menyertai tinjauan kaji selidik tersebut mendapati bahawa lebih separuh daripada wanita menopause mempunyai tekanan pra-hipertensi (130-139mmHg). Dr. Nik Nasri berkata, "Ini menunjukkan bahawa risiko hipertensi atau kenaikan tekanan adalah amat tinggi apabila wanita mengalami menopause dan masalah ini perlu ditangani oleh pakar penjagaan kesihatan."

Kajian yang sama mendapati bahawa 91 peratus ahli ginekologi mempunyai pandangan positif terhadap produk HRT yang memberikan manfaat tambahan, khususnya dalam membantu pengurusan tekanan darah. Kita-kita tujuh dalam 10 ahli ginekologi menyifatkan HRT memberi kesan positif ke atas tekanan darah.

"Ia turut menunjukkan wujud kemajuan penting dalam rawatan sekali gus memberi beberapa kelebihan, berbanding HRT lain yang sedia ada," katanya.

HRT dengan progestin drospirenone yang inovatif telah diluluskan di lebih 65 negara di seluruh dunia termasuk Hong Kong, Indonesia, Filipina, Thailand dan Australia. Terapi ini diluluskan di Malaysia untuk rawatan gejala menopause pada bulan November 2006. - NIZHA PERIAEWAMY