



Sind das die Wechseljahre?

Urintests sollen Auskunft geben

„Gesundheit einfach selbst testen!“ Unter diesem Motto vermarkten diverse Anbieter Selbsttests. Bezahlen muss man sie aus dem eigenen Portemonnaie. Doch welchen praktischen Nutzen hat das Ergebnis? Brauchen Frauen beispielsweise einen Nachweis dafür, dass die Wechseljahre angefangen haben?

Follikel

Eibläschen,
Eizelle samt
Hüllgewebe im
Eierstock

Unregelmäßige Monatsblutungen und Hitzewallungen – mit solchen Anzeichen beginnen bei vielen Frauen um die Fünfzig die Wechseljahre. Bemerkbar machen sie sich meist einige Zeit vor der letzten Regelblutung (Menopause), also am Ende der Fortpflanzungsphase. Die Symptome entstehen, wenn die Produktion von weiblichen Geschlechtshormonen (Östrogenen, Gestagenen) in den Eierstöcken nachlässt und in der Folge mehr follikelstimulierendes Hormon (FSH) gebildet wird.

Plausibel, aber nicht belegt

Da FSH über die Nieren ausgeschieden wird, ist FSH im

Urin messbar. Apotheken und diverse Internetanbieter verkaufen auf dieser Grundlage „Menopausentests“ (etwa Stada Menopause Selbsttest, MenoQUICK oder OneStep Menopause). Laut Werbung¹ sollen solche Selbsttests einen Hinweis darauf geben, ob sich eine Frau ab 45 Jahren mit unregelmäßigen Blutungen oder Hitzewallungen möglicherweise in den Wechseljahren befindet. Vorgeschlagen werden zwei Tests im Abstand von fünf bis sieben Tagen, um vorübergehende Schwankungen der FSH-Produktion oder FSH-Ausscheidung zu berücksichtigen. Der Grenzwert, ab dem der Urintest in diesem Sinne positiv ausfällt, erlaubt

übrigens keine sichere Aussage: Ein Expertengremium erachtet diesen Wert zwar als charakteristisch für eine späte Phase der Wechseljahre, allerdings wurde er lediglich nachträglich aus Untersuchungen abgeleitet. Ob er die Menopause sicher vorhersagen kann, ist bisher nicht belegt.²

Was heißt „genau“?

Das verschweigt die Werbung. Stattdessen werden Frauen mit dem Versprechen einer „hohen Genauigkeit“ (beim Test von Stada 92,8%, bei anderen Tests noch höhere Angaben) zum Kauf gelockt. Doch ein hoher Prozentwert bedeutet nicht, dass der Test tatsächlich verlässliche

Aussagen zu den Wechseljahren oder der Menopause macht – sondern lediglich, dass die im Urin gemessenen Werte gut mit denen im Blut derselben Person übereinstimmen.

Jede Anwenderin sollte wissen, dass der Test falsche Ergebnisse liefert, wenn sie hormonelle Verhütungsmittel anwendet, etwa die Pille.

Und die Folgen ...

Was bedeutet ein positives Testergebnis? Die Anleitung zum Menopausentest von Stada schlägt vor, dass sich die Anwenderin bei zwei positiven Tests von ihrer Gynäkologin bestätigen lässt, dass sie sich tatsächlich in den Wechseljahren befindet. Fällt der zweite Test negativ aus, soll die Anwenderin laut Packungsbeilage nach 40 bis 60 Tagen den Test wiederholen oder aber gleich mit ihrer Frauenärztin sprechen.

Doch warum? Frauen um die Fünfzig merken, wenn sich ihr Körper verändert, und spüren den Beginn der Wechseljahre. Brauchen sie es schwarz auf weiß? Lohnt es, pro Test rund 15 € auf den Tisch zu legen?

Weder die Wechseljahre noch die Menopause sind eine Krankheit, sondern – wie die Pubertät – Ausdruck einer Lebensphase mit einer Umstellung des Körpers, die früher oder später einsetzt, länger oder kürzer dauert, mit mehr oder weniger Beschwerden verbunden ist.

Ob eine Behandlung solcher Beschwerden sinnvoll und nützlich ist, ergibt sich aus der aktuellen Situation³ und sollte mit der Frauenärztin überlegt werden. Gewonnen ist mit diesem Test also nichts – es lässt sich nicht einmal ein Arztbesuch einsparen.

Ungewollt schwanger

Ein positiver Menopausentest kann sogar ungeahnte und ungewollte Folgen haben: Nämlich dann, wenn eine Frau durch das Testergebnis zu dem Fehlschluss kommt, sie könne nicht mehr schwanger werden und auf Verhütungsmittel verzichtet. In den Wechseljahren ist die Wahrscheinlichkeit einer Schwangerschaft zwar sehr gering, aber dennoch vorhanden. Deshalb warnt etwa die US-amerikanische Arzneimittelbehörde FDA explizit davor, bei einem positiven Me-

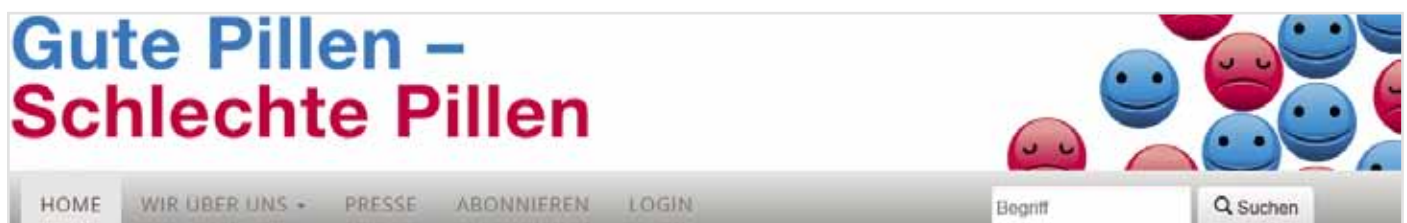
Hormonelle Umstellung

Werden in den Eierstöcken weniger Hormone gebildet, schüttet im Gegenzug die Hirnanhangdrüse mehr follikelstimulierendes Hormon (FSH) aus. Normalerweise sorgt es dafür, dass aus den unreifen Eizellen des Eierstocks befruchtungsfähige Eizellen werden, und regt die Produktion von Östrogen an. In den Wechseljahren versucht die Hirnanhangdrüse, die erlahmenden Eierstöcke anzutreiben – ein klassisches Beispiel für einen Regelkreis: Sinkt die Konzentration eines Stoffes (hier: Östrogene), versucht der Regler (hier: FSH) die Produktion dieses Stoffes anzuregen.

nopausentest Verhütungsmittel abzusetzen.⁴

Das heißt: Der Selbsttest liefert keine Informationen, die der Anwenderin tatsächlich nützen. Das Geld können Sie sich also sparen. Und wenn Sie unerklärliche Beschwerden haben, sollten Sie lieber gleich in eine frauenärztliche Praxis gehen.

- www.stada-diagnostik.de/selbst-tests/produkte/menopause-selbst-test.html Zugriff 16.12.2015
- Harlow SD u.a. (2012) Climacteric; 15, S. 105
- GPSP 5/2007, S. 8
- FDA (2014) In Vitro Diagnostics > Menopause. Mai 2014. www.fda.gov/MedicalDevices/ProductsandMedicalProcedures/InVitroDiagnostics/ucm125824.htm Zugriff 16.12.2015



Top Six: Die meistbesuchten GPSP-Online-Artikel Dezember 2015/Januar 2016

- | | | |
|---|--|--|
| 1. Gefährliche Venenthrombose:
Oft nehmen Frauen nicht die sicherste Pille | 3. Gicht:
Kein Grund zur Verzweiflung | 5. Empfängnisverhütung:
möglichst verträgliche Pille wählen |
| 2. Wick Medinait®:
Per Schrotschuss in den Schlaf | 4. Alles Klärchen?
Neue „Pille“ Qlaira® | 6. Akute Bronchitis:
Antibiotika meist nutzlos |