

Klimakterierådgivningsverksamhet Till Helsingfors

Hälften av världens befolkning upplever eller kommer att uppleva klimakteriet, den tid i livet då hormonbalansen i kroppen förändras, äggstockarnas funktion minskar och menses upphör. Finland är en föregångare inom jämställdhet, men ändå beaktas inte klimakteriesymptomen i arbetslivet. Inom vården erbjuds inte heller systematiskt rådgivning till kvinnor som genomgår klimakteriet.

Klimakteriesymptomen kommer ofta mellan 45 och 55 år, men redan efter 40-års åldern kan menses bli oregelbunden då kroppen håller på att förbereda sig för klimakteriet. I västvärlden kommer kvinnorna i medeltal in i klimakteriet vid 50-års ålder. Det är individuellt hur länge klimakteriet pågår, det kan pågå från några år till över tio år.

För många kvinnor innebär klimakteriet en minskad livskvalitet på grund av att de drabbas negativt av ett eller flera menopausrelaterade symptom. Nästan 75 procent av alla kvinnor som går igenom klimakteriet upplever besvär. Det här innebär till exempel värmevallningar, torra slemhinnor, humörförändringar, sömnlöshet och nedstämdhet. Ungefär 20–25 procent av alla kvinnor upplever allvarliga menopausymptom. Klimakteriesymptomen kommer ofta i en kritisk ålder i kvinnors arbetskarriärer, då de mest sannolikt får högre ledande positioner.

Enligt det brittiska forskningsinstitutet Faculty of Occupational Medicine har 25 procent av kvinnorna som befinner sig i övergångsåldern övervägt att säga upp sig på grund av sina klimakteriesymptom. En tidigare svensk forskning visade att kvinnor i övergångsåldern med stressiga yrken var de som drabbades hårdast av klimakteriebesvär.

Klimakteriet handlar inte bara om de fysiska och psykiska besvär som drabbar kvinnor under ett visst skede i livet, utan det är också en större företags- och nationalekonomisk fråga. Kvinnor över 45 utgör en betydande del av arbetsmarknaden, i Finland är de över 1,3 miljoner. Enligt Statistikcentralens preliminära uppgifter över befolkningsstrukturen i Helsingfors 2021, bor det 66 004 kvinnor i åldern 40 – 55 i Helsingfors. Den här gruppen kvinnor måste beaktas i arbetslivet och på arbetsplatserna. Arbetsplatserna kan anpassa sig för att minimera de utmaningar som klimakteriet kan medföra i arbetslivet.

I England har man insett att klimakteriet är en del av en större diskussion om inkludering. Enligt en lag som trädde i kraft år 2010 är det olagligt att avskeda någon på grund av klimakteriesymptom. Allt fler företag i England har också en så kallad menopauscertifiering. Det här innebär till exempel att man på arbetsplatserna skapar en kultur där man kan tala öppet om klimakteriet. Företagens högsta ledning och männen är också involverade i diskussionen. Att göra en arbetsplats klimakterievänlig kan också handla om att se till att det finns fönster att öppna för frisk luft när man drabbas av värmevallningar och att se till att det finns avskilda rum där man kan få en lugn stund om man har vakat hela natten.

I Sverige erbjuder vissa vårdcentraler klimakterierådgivning som ges av utbildade klimakterierådgivare, som ofta är barnmorskor eller gynekologer som är specialiserade på kvinnohälsa. Under besöken får kvinnorna hjälp och råd med klimakteriesymptom och vid behov diskuteras olika behandlingsalternativ och livsstilsfrågor. En gynekologisk undersökning kan även göras.

Idag utgör kvinnor i övergångsåldern en grupp som är eftersatta inom vården i Finland. Vi anser att alla kvinnor har rätt att få förståelse om vad som händer i kroppen och erbjudas en mer effektiv vård för besvär relaterade till klimakteriet. På sikt kunde det även finnas lättillgänglig information om klimakte-

riet på en nationell hälsportal.

Kvinnor kallas regelbundet till papprov och mammografi, men i samband med de besöken finns sällan tid att fördjupa sig i frågor om klimakteriet. Därför behövs ett annat sammanhang där kvinnor träffar en barnmorska eller en gynekolog där de kan ställa de här frågorna och få sakkunnig rådgivning.

Finland är en föregångare i så mycket som handlar om jämställdhet, nu är det dags att ta klimakteriet på allvar inom vården och i arbetslivet.

Därför yrkar vi undertecknade fullmäktigeledamöter att staden utreder hur man på bästa sätt kunde förverkliga klimakterierådgivning inom hälsovården i Helsingfors

Helsingissä 02.03.2022

Biaudet Eva

Medlem

Svenska folkpartiets fullmäktige-
ruppen

(1 + 15 allekirjoitusta)

Borgarsdottir Sandelin Silja

Pennanen Petrus

Kauppila Elina

Korpinen Sini

Haglund Mia

Wallgren Thomas

Grotenfelt Nora

Pakarinen Pia

Arajärvi Pentti

Pajunen Jenni

Kolehmainen Laura

Månsson Björn

Rantala Marcus

Saxberg Mirita

Castrén Maaret