



## Menstruasjonssmerter

**Spørsmål:** Er det normalt at man får sterkere menstruasjonssmerter jo eldre man blir? Jeg er en dame i midten av 40-årene som har tiltagende smerter. Jeg fikk menstruasjon da jeg var 13 år. Den gang hadde jeg knapt noe vondt, men nå er det skikkelig smertefullt i opptil en uke.

**Svar:** De fleste kvinner er mest plaget av menstruasjonssmerter i slutten av tenårene og 20-årene. Deretter vanligvis avtar plagene. Enkelte kvinner opplever derimot sterkere menstruasjonssmerter i slutten av 30-årene og 40-årene. Symptomene varierer med den underliggende årsak, men generelt er smertene ofte ikke like begrenset til tiden rundt menstruasjonen som ved menstruasjonssmerter i yngre år.

Det er ulike årsaker til at smertene kan øke med alderen. Hos noen kvinner er forklaringen endometriose. Endometriose innebærer at man har livmorlimhinne utenfor livmoren. De vanligste stedene er eggstokker, eggledere, bukhinnen, tarmene eller urinblæren. Slimhinnen blir påvirket av kjønns hormoner og blør derfor i forbindelse med menstruasjonen. Mange merker lite til sykdommen. Andre har underlivssmerter som tiltar i løpet av noen år og som varierer i takt med menstruasjonssyklus. Smerter ved dype støt under samleie er også typisk. Livmorlimhinne på urinblæren kan gi hyppig eller smertefull vannlating. Endometriose på tarmen kan forårsake smerter ved avføring. Den feilplasserte slimhinnen utvikler seg vanligvis i 20-årene, gir plager i 30-årene og forsvinner etter overgangsalderen. I undersøkelser har man funnet varierende grader av endometriose hos 1 av 5 kvinner når de nærmer seg klimakteriet.

Andre alminnelige årsaker til økende menstruasjonssmerter er bekkenbetennelse, svulster i livmoren ("muskelnuter"), forsnevring i livmorhalsen og cyster på eggstokkene. Bruk av spiral

kan også forsterke menstruasjonssmerter, selv om de vanligvis medfører bekkenmerter kun rundt tidspunktet for innsettingen av spiralen.

Tiltagende menstruasjonssmerter i 30-40 års alder bør utredes av lege. Mitt råd er derfor at du hører med fastlegen din hvorfor dine menstruasjoner blir stadig med smertefulle.