

Ny oversigtsartikel samler vores viden om fibromyalgi i menopausen

Fibromyalgi (FM) er en kronisk, ofte belastende smertesygdom, der skyldes forstyrrelser i den måde, hjernen og nervesystemet bearbejder smerter på (1). Vi kender ikke årsagen. Tilstanden er præget af kroniske, udbredte og vekslende smerter i muskler og led, sammen med symptomer som træthed og søvnforstyrrelser. Diagnosen er baseret på bestemte kriterier, herunder tilstedeværelsen af ømme punkter og udbredte smerter. FM diagnosticeres ofte hos kvinder i alderen 40-60 år, hvor mange samtidig oplever klimakterielle symptomer som hedeture, søvnproblemer og humørsvingninger på grund af de hormonelle forandringer. Ca. 70% af kvinderne oplever problemer forbundet med østrogenmangel under overgangsalderen, hvilket kan forværre FM-symptomerne.

En ny oversigtsartikel i det menopause-specialiserede tidsskrift Climacteric samler den noget begrænsede viden på området (2). Undersøgelser viser, at kvinder med FM ofte oplever en forværring af symptomerne efter overgangsalderen. Det er vigtigt at skelne mellem FM og klimakteriesymptomer under diagnosticeringen, da begge tilstande kan medføre problemer som muskelsmerter, træthed og kognitive problemer. Denne viden har betydning for kvinder med FM og for deres læger.

Behandlingen af FM baserer sig på både ikke-farmakologiske metoder, såsom motion og kognitiv adfærdsterapi, samt medicinsk behandling der stabiliserer eller hæmmer smertesyndromets måde at fungere på. Det er en god ide at gå ind på Fibromyalgi- og Smerteforeningens hjemmeside ved behov for opdateret viden herom (1).

Hormonbehandling er nærliggende at forsøge, når kvinder med FM oplever forværring under menopausen, og justering af behandlingen ikke hjælper. Der er desværre kun få studier om, hvorvidt hormonbehandling kan lindre FM-symptomer. I menopausen kan det imidlertid være på sin plads og vi behandler hver enkelt tilfælde individuelt efter grundig undersøgelse. Hovedformålet er forbedret livskvalitet, hvor vi tager vi hensyn til den enkeltes situation og allerede igangsat behandling, gerne i samarbejde med kvindens faste læge.

1. Hvad er fibromyalgi? fibromyalgi.dk [cited 2025].

2. Vidal-Neira LF, Neyro JL, Maldonado G, Messina OD, Moreno-Alvarez M, Ríos C. Climacteric and fibromyalgia: a review. Climacteric. 2024;27(5):458-65.