

Menopoz ve cinsel yaşam: Sistemik derleme

Menopause and sexual life: Systematic review

Fatma Aslan Demirtaş¹, Burcu Fırat², Nevin Sahin¹

ÖZ

AMAÇ: Bu makale, menopozun kadın cinsel fonksiyonları üzerine etkisini içeren çalışmaların sonuçlarını değerlendirmeyi amaçlamaktadır.

GEREÇ ve YÖNTEMLER: Literatür taraması “menopoz”, “cinsellik”, “cinsel fonksiyon bozukluğu” anahtar kelimeleri kullanılarak Google Akademik, Ulusal Tez Merkezi, Ulakbim arama motorlarında 12 Kasım 2021–12 Aralık 2021 tarihleri arasında yapıldı. Menopoz ve cinsel yaşama yönelik 3101 çalışmaya ulaşıldı ve dâhil edilme kriterlerine uyan 16 araştırma çalışma kapsamında değerlendirildi.

BULGULAR: Menopozla ilgili olarak kadınlarda cinsel isteksizlik, vajinal lubrikasyonda azalma, anorgazmi, vajinismus, disporoni ve cinsel ilişki sayısında azalma gibi cinsel sorunların görüldüğü belirlenmiştir. Yaşın ilerlemesi ve cerrahi menopozla girmen bu cinsel disfonksiyonların şiddetini artırmıştır.

SONUÇ: Kadınların menopozla girmesiyle birlikte somatik, ürogenital ve psikolojik değişikliklere bağlı olarak cinsel disfonksiyon görülmektedir. Cinsel disfonksiyona bağlı olarak kadınların cinsel yaşam kalitesi olumsuz etkilenmektedir.

Anahtar Kelimeler: menopoz, cinsellik, cinsel fonksiyon bozukluğu, cinsel yaşam kalitesi

ABSTRACT

OBJECTIVE: This article aims to evaluate the results of studies on the effect of menopause on women's sexual functions.

MATERIALS and METHODS: The literature search was conducted using the keywords “menopause”, “sexuality”, “sexual dysfunction” in Google Scholar, National Thesis Center, Ulakbim search engines between 12 November 2021 and 12 December 2021. 3101 studies on menopause and sexual life were accessed and 16 studies meeting the inclusion criteria were evaluated within the scope of the study.

RESULTS: It has been determined that sexual dysfunctions such as hypoactive sexual desire disorder, decreased vaginal lubrication, anorgasmia, vaginismus, dysparonia and decreased number of sexual intercourse are seen in women due to menopause. Aging and surgical menopause have increased the severity of these sexual dysfunctions.

Keywords: menopause, sexuality, sexual dysfunction, sexual quality of life

GİRİŞ

Kadınların önemli yaşam olaylarından biri olan menopoz, overlerin fonksiyon kaybına bağlı menstruasyonun kalıcı olarak kesilmesidir.^[1] Dünya genelinde kadınlar ortalama 40–58 yaşları arasında menopozla girmektedir.^[2] Kadın yaşam süresinin yaklaşık üçte birini kapsayan menopoz sonrası dönemde fizyolojik, endokrinolojik ve psikolojik değişiklikler yaşanmaktadır.^[1,3]

Menopoz sonrası dönemde meydana gelen endokrinolojik değişikliklere ve vulvovajinal atrofiye bağlı olarak cinsel fonksiyon bozuklukları ortaya çıkmaktadır.^[4] Cinsel

uyarılma ve vajinal lubrikasyonda azalma, orgazm bozukluğu ve disporoni menopoz sonrası dönemde görülen cinsel fonksiyon bozuklukları arasında yer almaktadır.^[4,5] Menopoz sonrası görülen depresyon, anksiyete, uyku sorunları, sıcak basması ve gece terlemeleri kadınlarda enerji kaybına ve dolayısıyla libido azalmasına neden olmaktadır.^[2] Kadınlarda yaşın ilerlemesiyle androjen seviyesinde düşüş gözlenmektedir. Postmenopozal dönemde hem östrojenin azalması hem de androjen seviyesinin düşmesi ile birlikte cinsel sorunların ortaya çıkma oranlarında artış görülmektedir.^[6] Menopoz sonrası dönemde görülen bu somatik, ürogenital ve psikolojik değişiklikler kadının cinsel yaşam kalitesini olumsuz etkilemektedir. Kadınlarda görülen menopozal semptomlar aile üyelerinin yaşamını da olumsuz yönde etkilemekte, evlilik doyumunu ve evlilik uyumunu azaltmaktadır.^[7]

Menopozla girmen şekli kadınların cinsel yaşamını etkileyen önemli bir etkidir.^[8] Cerrahi menopozda östrojen, progesteron ve androjenlerin eksikliğiyle geçiş dönemi olmadan akut olarak menopoz ve belirtileri doğal menopozla göre daha şiddetli ortaya çıkmaktadır.^[9] Buna bağlı olarak

¹İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye
²Üsküdar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, İstanbul, Türkiye

Yazışma Adresi/ Correspondence:

Arş. Gör. Msc. Fatma Aslan Demirtaş
İzzetpaşa Mah. Abide-i Hürriyet Cad. İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa,
Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, Şişli/İstanbul, Türkiye
Tel: +90 212 224 26 18
E-mail: fatma.aslan10@hotmail.com

Geliş/ Received: 08.02.2022

Kabul/ Accepted: 04.04.2022

cerrahi menopoza giren kadınlarda cinsel istek, uyarılma, cinsel ilişki sıklığı, cinsel doyum ve orgazmın azalmasına neden olabilmektedir.^[10] Ayrıca ameliyat ile birlikte kadınlarda beden imgesi değişikliği, yaşlanma, doğum yapamama ve kadınsılığın azalması düşünceleri oluşabilmektedir. Bu düşüncelere anksiyete, depresyon gibi psikolojik belirtilere neden olabilmekte ve cinsel yaşam üzerinde daha fazla yan etkiye yol açabilmektedir.^[11]

Yapılan araştırmalar sonucunda menopoz sonrası dönemdeki kadınların cinsel yaşamı fizyolojik, psikolojik ve sosyokültürel etkenlere bağlı olarak olumsuz yönde etkilenmektedir. Bu makale menopoz sonrası dönemin kadınların cinsel fonksiyonları üzerine etkisini içeren çalışmaların sonuçlarını gözden geçirmek amacıyla hazırlanmış bir sistematik derleme çalışmasıdır.

GEREÇ ve YÖNTEMLER

Amaç: Menopozun, kadında cinsel fonksiyonlar üzerine etkisini inceleyen çalışmaların sonuçlarını gözden geçirmek amacıyla hazırlanmış bir sistematik derleme çalışmasıdır.

Araştırma Soruları

1. Menopozal dönemde kadınların yaşadıkları cinsel fonksiyon bozuklukları nelerdir?
2. Menopozal dönem, kadınların cinsel yaşamını nasıl etkiliyor?
3. Menopoza girme süresi kadınların cinsel şikâyetlerini artırıyor mu?
4. Menopoza girme şekli kadınların cinsel fonksiyonunu nasıl etkiliyor?

Dahil Edilme Kriterleri

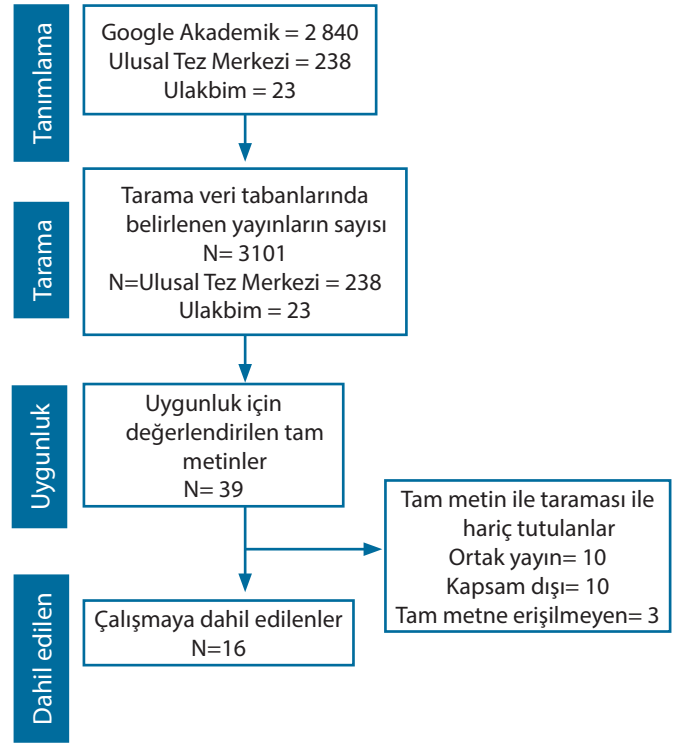
Sistematik derlemeye 2015–2021 yılları içinde Türkiye’de yayınlanan, menopozal dönemdeki kadınların cinsel fonksiyonlarını değerlendiren ve tam metnine ulaşılabilen çalışmalar dâhil edilmiştir.

Dışlama Kriterleri

“Google Akademik, Ulusal Tez Merkezi, Ulakbim” veri tabanları dışında yayınlanmış olan, yayın yılı 2015’ten eski olan, Türkiye dışında yayımlanan, çalışmaların başlıklarında “menopoz”, “cinsellik” kelimelerini içermeyen ve tam metnine ulaşılamayan yayınlar dışlama kriterlerini oluşturmaktadır.

Literatür Tarama

Çalışma kapsamına alınacak makaleler Google Akademik, Ulusal Tez Merkezi, Ulakbim elektronik veri tabanlarında



Şekil 1. “Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)” akış şeması.

“menopoz”, “cinsellik”, “cinsel fonksiyon bozukluğu” anahtar kelimeleri kullanılarak 12 Kasım 2021–12 Aralık 2021 tarihleri arasında taranmıştır. Sistematik derlemeye son altı yıl içinde yapılan, tam metnine ulaşılabilen, nitel ve nicel çalışmalar dâhil edilmiştir. Bu sistematik derlemeye Google Akademik: 2840, Ulusal Tez Merkezi: 238, Ulakbim: 23 olmak üzere toplam 3101 makale alınmıştır. Dışlama kriterleri dikkate alınınca 3087 kaynak elenmiş ve derlemeye Türkiye’de 2015–2021 yıllarında arasında yapılmış 16 çalışma dâhil edilmiştir. (Şekil 1. Sistematik Derlemeler ve Meta-Analizler İçin Tercih Edilen Maddeleri (PRISMA) akış şeması).

Veri Analiz Formu

Veri analizi için araştırmanın yazarları, yılı, yapıldığı şehir, araştırmanın başlığı, araştırma tipi, örnekleme, veri toplama araçları ve temel bulguları yer aldığı veri analiz formu kullanılmıştır.

BULGULAR

Çalışmaların Özellikleri

Çalışmaya toplam on dört araştırma dâhil edilmiştir. Bu çalışmaların ikisi nitel, 14’si nicel çalışma tipinde planlanmıştır. Çalışma örneklemini bir çalışmada cerrahi menopoza giren kadınlar, üç çalışmada hem cerrahi hem de doğal menopoza giren kadınlar ve 12 çalışmada ise doğal menopoza giren kadınlar oluşturmaktadır. Nitel çalışmalar

fenomenolojik tipte yürütülmüştür. Nicel çalışmalarda menopozal kadınların cinsel sağlığını değerlendirmede “Kadın Cinsel İşlev İndeksi (FSFI)”, “Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği (SLQQ)”, “Arizona Cinsel Yaşantılar Ölçeği (ASEX)” ve “Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRISS)” ölçekleri kullanılmıştır. Tablo 1’de değerlendirilen 16 çalışmanın yazarı/yazarları, yılı, yapıldığı şehir, araştırmanın başlığı, araştırma tipi, örnekleme, veri toplama araçları ve temel bulguları yer almaktadır.

Elde Edilen Bulgular

Menopozal Dönemde Yaşanılan Cinsel Fonksiyon Bozuklukları

Sistematik derlemeye dâhil edilen çalışmalar incelendiğinde kadınların menopoz dönemi, yaş, menopoza girme süre, menopoz semptomları, menopoz şekli ile cinsel fonksiyonları arasında ilişki olduğu saptanmıştır. Polat’ın

Tablo 1. Çalışmada değerlendirilen araştırmaların özellikleri

Yazar	Şehir	Başlık	Araştırma Tipi	Örneklem	Veri Toplama Araçları	Bulgular
1. Garibova, (2015)	İstanbul	Türk Popülasyonunda Postmenopozal Kadınlarda Kadın Cinsel Disfonksiyon Prevalansının Belirlenmesi ve Kadın Cinsel Disfonksiyonu ile Depresyon İlişkisinin Araştırılması	Prospektif Çalışma	30–49 yaş arası 178 premenopozal, 50–70 yaş arası 178 postmenopozal dönemde olan toplam 356 kadın	-Kadın Cinsel İşlev İndeksi (Female Sexual Function Index – FSFI)	- Premenopozal dönemdeki kadınların FSFI puanı ortalama 25,2±7,5’iken, postmenopozal gruptaki kadınların ortalama 16,9±8,7’dir. - Kadınların %53,4’ünde, premenopozal dönemdeki kadınların %42,1’inde, postmenopozal dönemdeki kadınların ise %64,6’sında cinsel disfonksiyon saptanmıştır.
2. Görmüş, (2017)	Samsun	Menopoz Semptomlarının Cinsel Yaşam ve Evlilik Uyumu Üzerine Etkisi	Tanımlayıcı İlişki Arayıcı	Menopoz semptomları olan 206 kadın	-Cinsel Yaşam Kalitesi Ölçeği (SLQQ)	- Kadınların SLQQ’den aldıkları puan ortalaması 56,10±22,5’tir. - Kadınların %34’ü menopoz semptomlarının cinsel yaşamlarını olumsuz etkilediğini ifade etmişlerdir. - Kadınların menopoz semptomlarının puanları arttıkça cinsel yaşam kalitesi puanları ve evlilik uyum puanlarının azaldığı belirlenmiştir.
3. Erbaş ve Demirel, (2017)	Sivas	Klimakterik Dönemdeki Kadınların Menopoz İlişkin Yakınlıklarının ve Menopozal Tutumlarının Cinsel Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi	Tanımlayıcı	Klimakterik dönemde olan 359 kadın	-SLQQ	- SLQQ puan ortalaması 68,5±11,5’tir. - Menopozla özgü yakınmaları olan kadınların, cinsel yaşam kalitesi ölçeği puan ortalamalarının düşük olduğu saptanmıştır.
4. Süt ve Küçükçaya, (2018)	Edirne	Premenopoz, Perimenopoz ve Postmenopoz Dönem Kadınlarda Cinsel Yaşam Kalitesi	Kesitsel	45–60 yaş arası 225 kadın	-SLQQ	- SLQQ toplam puanları incelendiğinde premenopozal dönemdeki kadınların 64,1±24,1, perimenopozal dönemdeki kadınların 61,6±19,3 ve postmenopozal dönemdeki kadınların 57,2±21,3’tür. - Perimenopozal dönemdeki kadınların vajinal kuruluk, postmenopozal dönemdeki kadınların ise disporoni şikayetini yoğun olarak yaşadıkları saptanmıştır.
5. Batır, (2018)	İstanbul	Menopozal Dönemdeki Kadınlarda Cinsel Fonksiyonun Değerlendirilmesi	Tanımlayıcı ve Kesitsel	Menopoz döneminde olan 106 kadın	-FSFI	- Çalışmaya katılan kadınların FSFI puanı ortalama 20,52±6,67’dir. - Katılımcıların %81,1’inin menopoz döneminde cinsel fonksiyonlarının olumsuz etkilendiği saptanmıştır.
6. Kaydırak ve Oskay (2018)	İstanbul	Cerrahi Menopozun Cinsel Yaşam Üzerine Etkileri	Fenomenolojik	Cerrahi menopoz giren 20 kadın	-Açık Uçlu Sorulardan Oluşan Görüşme Formu	- Kadınların %60’ı cerrahi öncesi yoğun kanama nedeniyle cinsel ilişkide bulunmakta güçlük çektiğini ve cinsel ilişkiden memnun olmadıklarını ifade etmişlerdir. - Cerrahi sonrası menopozla bağlı olarak katılımcıların neredeyse tamamı (%95) vajinal kuruluk, atrofi, disporoni ve cinsel isteksizlik yaşadığını ifade etmiştir.
7. Dinçer ve Oskay (2018)	Zonguldak	Menopoz Döneminde Kadınların Cinsellik ile İlgili Sorunlarının Güncellenmesi: Kalitatif Bir Çalışma	Fenomenolojik	Menopoz döneminde olan 19 kadın	-Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu	- Katılımcıların, menopoz döneminde en yoğun yaşadıkları şikâyetlerin başında cinsel ilişkiden soğuma, cinsel istekte, cinsel ilişki sıklığında ve cinsellikten duyulan mutlulukta azalma gelmektedir. - Katılımcıların bazıları vajen elastikiyetinin ve kayganlığının azalması nedeniyle disporoni sorunu yaşadıklarını ifade etmiştir.

Tablo 1 devamı. Çalışmada değerlendirilen araştırmaların özellikleri

Yazar	Şehir	Başlık	Araştırma Tipi	Örneklem	Veri Toplama Araçları	Bulgular
8. Tezce, (2019)	Kocaeli	Menopozdaki Kadınların Menopozu Bakış Açısı ve Cinsel Yaşam Kalitesi	Tanımlayıcı ve Kesitsel	Menopoz döneminde olan 146 kadın	-SLQQ	- Menopoz dönemindeki kadınların SLQQ puan ortalaması 55,64±13,07'dir. - Kadınların %54,5'i cinsel ilişki sayısının azaldığını, %15,5'i cinsel ilişkide hiç tatmin olmadığını, %51,8'i ise cinsel istekte azalma yaşadığını ve %40,9'u eşinin/cinsel partnerinin cinsel isteğinin azaldığını ifade etmiştir.
9. Cömert, (2019)	İstanbul	Cerrahi Menopozu Giren Hastalarla Doğal Menopozu Giren Hastalar Arasında Cinsel Fonksiyonların ve Yaşam Kalitesinin Karşılaştırılması	Kesitsel Kontrol	92 cerrahi menopoz 90 doğal menopoz döneminde olan toplam 182 kadın	-Arizona Cinsel Yaşantılar Ölçeği (ASEX)	- Kadınlardan doğal menopozu girenlerin ortalama ASEX değeri 17,011±3,92, cerrahi menopozu girenlerin ise ortalama ASEX değeri ise 18,80±4,68'dir. - Doğal menopozu giren kadınların ASEX puanlarının cerrahi menopoz grubundaki kadınlara göre anlamlı olarak daha düşük olduğu saptanmıştır.
10. Tozlu, (2019)	Sakarya	Doğal Menopoz, Cerrahi Menopoz ve Erken Menopozun Yaşam Kalitesi, Cinsel Fonksiyonlar ve Depresyon Üzerine Etkisi	Tanımlayıcı	23-65 yaş arasında menopoz döneminde olan 315 kadın	-FSFI	- Kadınların %52,1'i doğal %31,7'si cerrahi, %16,2'si erken menopoz grubunda yer almaktadır. -FSFI toplam puanı 1,2 ile 34,8 arasında değişmekte olup, ortalama 16,97±8,38 puandır. - Erken menopoz grubundaki kadınların FSFI puanları, doğal ve cerrahi menopoz grubundaki kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur.
11. Polat, (2019)	Erzurum	Menopozda Olan ve Olmayan Evli Kadınların Menopozu İlişkin Tutumlarının Cinsel Yaşam ve Yaşam Kalitesi ile İlişkisi	Tanımlayıcı	Menopoz döneminde olan 161, menopoz döneminde olmayan 161 olmak üzere toplam 322 kadın	-ASEX	- Menopozda olan evli kadınların ASEX puan ortalamaları 20,06±5,24, menopozda olmayan evli kadınların ASEX puan ortalamaları 18,24±4,27'dir. - Menopozda olan kadınların cinsel yanıtın güçlü, kolay ve tatmin edici olmadığı ve cinsel fonksiyon bozukluğunun olduğu saptanmıştır.
12. Yıldırım, (2019)		Menopozun Eşlerin Evlilik ve Cinsel Uyumlarına Etkisi	Tanımlayıcı	Menopoz döneminde olan 127 kadın ve eşleri	-FSFI	- Çalışmaya katılan kadınların FSFI toplam puan ortalamasının 11,02±9,80 olduğu saptanmıştır. - Katılımcıların %67,7'si menopoz döneminde cinsel fonksiyonlarının olumsuz etkilendiğini bildirmiştir. - Katılımcıların %55,8'i cinsel isteksizlik, %40,7'si dispareni, %56,7'sinin lubrikasyon sorunu yaşadığını ifade etmiştir. - Menopozun, eşlerin evlilik ve cinsel uyumlarının olumsuz yönde etkilendiği tespit edilmiştir.
13. Akman ve ark., (2019)	Antalya	Postmenopozal dönemdeki kadınlarda psikolojik belirtiler ve cinsel yaşamın incelenmesi: Kesitsel çalışma	Kesitsel Tanımlayıcı	50 postmenopozal ve 50 menopozu henüz girmemiş toplam 100 kadın	-ASEX-Golombok-Rust Cinsel Doyum Ölçeği (GRISS)	- Menopozu girmiş olan kadınlar ile menopozu henüz girmemiş kadınlar arasında cinsel doyum açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. - GRISS alt ölçekleri olan vajinismus ve anorgazmi incelendiğinde, menopozu giren kadınların, henüz menopozu girmemiş kadınlara göre anlamlı olarak daha fazla puan aldıkları tespit edilmiştir.
14. Duran ve Sinan, (2020)	Ankara	Doğal ve Cerrahi Menopozu Giren Kadınlarda Cinsel Fonksiyon Bozukluklarının ve Depresyon Durumlarının Belirlenmesi	Kesitsel Tanımlayıcı	71'i doğal ve 71'i cerrahi menopozda olan toplam 142 kadın	-FSFI	- Doğal ve cerrahi menopozu giren kadınların menopoz öncesi dönemde cinsel fonksiyon bozukluğunun olmadığı, menopoz sonrası cinsel sorunların arttığı saptanmıştır. - Doğal yolla menopozu giren kadınların, FSFI puan ortalamalarının 19,95±6,35, cerrahi menopozda olan kadınların ise puan ortalamalarının 17,48±7,28'dir. - Kadınların FSFI'nın cinsel istek, lubrikasyon, doyum ve ağrı alt boyutları ile depresyon durumları arasında anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır.
15. Ünal, (2021)	İstanbul	Menopozu Girmiş Kadınlarda Benlik Saygısı ve Beden İmajının Cinsel Doyuma Etkisinin İncelenmesi	Tanımlayıcı	100 menopozu girmiş ve 100 menopozu girmemiş 200 kadın	-GRISS	- Katılımcıların %71'inin menopoz girme ile birlikte cinsel ilişki sıklığının öncesine göre azaldığı, %2'sinin öncesine göre arttığı ve %27'sinin ise cinsel ilişki sıklığının etkilenmediği bulunmuştur. - Menopozu girmiş ve girmemiş kadınlarda benlik saygısı ile cinsel doyum arasında doğrusal yönlü düşük derecede ilişki olduğu ve beden algısı ile cinsel doyum arasında doğrusal yönlü orta derecede ilişki olduğu saptanmıştır.
16. Derya Aksoy ve ark., 2021	Akdeniz Bölgesinde bulunan bir Devlet Hastanesi	Toplumsal Cinsiyet Rollerini ve Cinsel Yaşam Kalitesinin Menopozal Yakınlara Etkisi	Kesitsel Tanımlayıcı	Menopozal dönemde olan 306 kadın	-SLQQ	- Kadınların SLQQ'den aldıkları toplam puan ortalaması 49,12±11,87'dir. - SLQQ puan ortalaması arttıkça Menopoz Semptomları Değerlendirme Ölçeği Ürogenital Şikâyetler alt boyutundan alınan puan ortalamasının anlamlı düzeyde azaldığı belirlenmiştir.

çalışmasında menopozda olan evli kadınların ASEX puan ortalamaları $20,06 \pm 5,24$, menopozda olmayan evli kadınların ise puan ortalamaları $18,24 \pm 4,27$ 'dir. Menopozda olan kadınlarda cinsel yanıtın güçlü, kolay ve tatmin edici olmadığı ve cinsel fonksiyon bozukluğunun olduğu saptanmıştır.^[12] Yıldırım'ın çalışmasında menopoz dönemindeki kadınların FSFI toplam puan ortalaması $11,02 \pm 9,80$ olduğu ve cinsel fonksiyon bozukluğu olduğunu gösteren $26,55$ kesme puanının altında olduğu saptanmıştır. Katılımcıların %67,7'si menopozun cinselliği olumsuz yönde etkilediğini bildirmiştir. Alt alanlara bakıldığında, çalışmaya alınan kadınların %55,8'i cinsel istek azlığı, %56,7'si lubrikasyon sorunu ve %40,7'si ise dispareni sorunu yaşadığını ifade etmişlerdir.^[13] Tezce'nin çalışmasında kadınların %54,5'i cinsel ilişki sayısının azaldığını, %15,5'i cinsel ilişkide hiç tatmin olmadığını, %51,8'i ise cinsel istekte azalma yaşadığını ifade etmiştir.^[14] Akman ve ark. araştırmasında menopoza giren kadınların, henüz menopoza girmemiş kadınlara göre vajinismus ve anorgazmi görülme oranının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.^[15] Ünal araştırmasında kadınların menopoza girme ile birlikte %71'inin cinsel ilişki sıklığının öncesine göre azaldığı bulunmuştur. Ayrıca menopoza girmiş ve girmemiş kadınlarda benlik saygısı ile cinsel doyum arasında doğrusal yönlü düşük derecede ilişki olduğu ve beden algısı ile cinsel doyum arasında doğrusal yönlü orta derecede ilişki olduğu saptanmıştır.^[16]

Menopozal Dönemin Cinsel Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi

Kadınların menopoz döneminde yaşadıkları semptomlar cinsel yaşamı olumsuz etkilemektedir. Erbaş ve Demirel'in çalışmasında kadınların SLQQ puan ortalaması $68,5 \pm 11,5$ 'tir. Uyku sorunları, gerginlik, kas ağrısı, konstipasyon gibi menopoza özgü yakınmaları olan kadınların, SLQQ puan ortalamalarının daha düşük olduğu saptanmıştır.^[3] Derya Aksoy ve ark. araştırmasında SLQQ puan ortalaması $49,12 \pm 11,87$ 'dir. SLQQ puan ortalaması arttıkça kadınların ürogenital şikayetlerinin azaldığı bulunmuştur.^[17] Görmüş'ün araştırmasında kadınların SLQQ puan ortalaması $56,10 \pm 22,5$ 'tir. Ayrıca kadınların menopoz semptomlarının arttıkça cinsel yaşam kalitesi ve evlilik uyumunun azaldığı tespit edilmiştir.^[18] Yıldırım'ın çalışmasında menopozun, eşlerin evlilik ve cinsel uyumlarının olumsuz yönde etkilendiği tespit edilmiştir.^[13] Tozlu'nun çalışmasında menopoz yakınmaları ve depresyon düzeyi arttıkça kadın cinsel fonksiyon puanlarının düştüğü bulunmuştur.^[19]

Menopoza Girme Süresinin Cinsel Yaşam Üzerine Etkisi

Menopoz döneminde yaşın ilerlemesi ile cinsel sorunların ortaya çıkma oranları artış göstermektedir.^[5] Batır'ın

çalışmasında katılımcıların %81,1'inin menopoz döneminde cinsel fonksiyonlarının olumsuz etkilendiği saptanmıştır. Çalışmaya katılan kadınların FSFI puanı ortalama $20,52 \pm 6,67$ 'dir. Menopoz dönemindeki kadınların yaş grubuna göre cinsel fonksiyonları değerlendirildiğinde 45–49 yaş grubundaki kadınların %23,3'ünün, 50–54 yaş grubundaki kadınların %30,2'sinin, 55–59 yaş grubundaki kadınların ise %46,5'inin cinsel fonksiyonlarının menopoz döneminde olumsuz etkilendiği görülmüştür (FSFI puanları 26,55 ve altı).^[20] Tezce'nin çalışmasında, menopoz dönemindeki kadınların cinsel yaşam kalitesi ölçüğü puan ortalaması $55,64 \pm 13,07$ 'iken, 42–51 yaş arasındaki kadınların $60,37 \pm 12,56$, 52 yaş ve üzeri kadınların $51,56 \pm 12,18$ 'dir. Çalışmanın sonucunda yaş arttıkça cinsel yaşam kalitesi azaldığı görülmüştür.^[14]

Yapılan çalışmalar incelendiğinde menopozda geçirilen süre ile cinsel fonksiyonlar arasında ilişki olduğu saptanmıştır. Bu nedenle derlemeye dâhil edilen çalışmalar incelendiğinde premenopozal, menopozal ve postmenopozal dönemde olan kadınların cinsel fonksiyonları farklı düzeylerde etkilenmektedir. Garibova'nın çalışmasında kadınların %53,4'ünde, premenopozal dönemdeki kadınların %42,1'inde, postmenopozal dönemdeki kadınların ise %64,6'sında cinsel disfonksiyon saptanmıştır. Premenopozal dönemdeki kadınların FSFI puanı ortalama $25,2 \pm 7,5$ 'iken, postmenopozal gruptaki kadınların ortalama puanı $16,9 \pm 8,7$ 'dir. Postmenopozal grupta cinsel disfonksiyon oranı premenopozal gruptan anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.^[21] Süt ve Küçükçaya'nın çalışmasında cinsel yaşam kalitesi ölçüğü toplam puanları incelendiğinde premenopozal dönemdeki kadınların $64,1 \pm 24,1$, perimenopozal dönemdeki kadınların $61,6 \pm 19,3$ ve postmenopozal dönemdeki kadınların $57,2 \pm 21,3$ 'tür. Çalışmanın sonucunda menopozda geçirilen süre arttıkça cinsel yaşam kalitesi azalmaktadır. Perimenopozal dönemdeki kadınların vajinal kuruluk, postmenopozal dönemdeki kadınların ise dispareni şikâyetini yoğun olarak yaşadıkları saptanmıştır.^[22]

Menopoz Şeklinin Cinsel Yaşam Üzerine Etkisi

Menopoza girme şeklinin cinsel fonksiyonları etkilediği saptanmıştır. Cömert'in çalışmasında doğal nedenlerle menopoza giren kadınların ASEX puan ortalaması $17,011 \pm 3,92$, cerrahi menopoza girenlerin ise ortalama ASEX değeri ise $18,80 \pm 4,68$ 'dir. Cerrahi menopoza giren kadınların daha fazla cinsel fonksiyon bozukluğu yaşadığı saptanmıştır.^[10] Tozlu'nun çalışmasında kadınların %52,1'i doğal %31,7'si cerrahi, %16,2'si erken menopoz grubunda yer almaktadır. Katılımcıların FSFI toplam puanı 1,2 ile 34,8 arasında değişmekte olup, ortalama

16,97±8,38 puandır. Erken menopoza grubundaki kadınların FSFI puanlarının, doğal ve cerrahi menopoza grubundaki kadınlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.^[17] Duran ve Sinan'ın çalışmasında doğal ve cerrahi menopoza giren kadınların menopoza öncesi dönemde cinsel fonksiyon bozukluğunun olmadığı, menopoza sonrası cinsel sorunların arttığı saptanmıştır. Doğal yolla menopoza giren kadınların, FSFI puan ortalamalarının 19,95±6,35, cerrahi menopoza giren kadınların ise puan ortalamalarının 17,48±7,28 olduğu görülmüştür.^[23]

Sistemik derlemeye dâhil edilen nitel çalışmalar ele alındığında da benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır. Kaydırak ve Oskay'ın çalışmasında kadınların %60'ı cerrahi öncesi yoğun kanama nedeniyle cinsel ilişkide bulunmakta güçlük çektiğini ve cinsel ilişkiden memnun olmadıklarını ifade etmişlerdir.^[24] Cerrahi sonrası menopoza bağlı olarak katılımcıların neredeyse tamamı (%95) vajinal kuruluk, atrofi, dispareni ve cinsel isteksizlik yaşadığını ifade etmiştir. Dinçer ve Oskay'ın çalışmasında ise katılımcıların menopoza döneminde en yoğun yaşadıkları şikâyetlerin başında cinsel ilişkiden soğuma, cinsel istekte, cinsel ilişki sıklığında ve cinsellikten duyulan mutlulukta azalma gelmektedir. Katılımcıların bazıları vajen elastikiyetinin ve kayganlığının azalması nedeniyle dispareni sorunu yaşadıklarını ifade etmiştir.^[25]

TARTIŞMA

Bu sistemik derlemede, menopozal dönemdeki kadınların cinsel fonksiyonları üzerine etkisini içeren Türkiye'de yayınlanan çalışmaların sonuçları gözden geçirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre menopozla birlikte kadınlarda vajinal lubrikasyon azalma, vajinismus ve anorgazmi, dispareni, cinsel isteksizlik ve cinsel ilişki sayısında azalma gibi cinsel disfonksiyonlar görülmüştür.^[12-16,22,24,25] Menopozla birlikte östrojen hormonu azalmakta ve vulvovajinal atrofiye neden olmaktadır.^[4] Östrojen hormonunun azalmasına bağlı olarak menopozal dönemdeki kadınlarda cinsel disfonksiyon görüleceği düşünülmektedir.

Erbaş ve Demirel'in çalışmasında, kadınların menopoza döneminde yaşadıkları semptomlar (Uyku sorunları, gerginlik, kas ağrısı, konstipasyon gibi) cinsel yaşam kalitesini düşürdüğü bulunmuştur.^[3] Derya Aksoy ve ark. çalışmasında cinsel yaşam kalitesini arttıkça kadınların ürogenital şikâyetlerinin azaldığı bulunmuştur.^[17] Yıldırım'ın çalışmasında ise menopozun, eşlerin evlilik ve cinsel uyumlarını olumsuz yönde etkilediği tespit edilmiştir.^[13] Kadınlarda görülen menopozal semptomlar, anorgazmi ve libido azalması gibi cinsel fonksiyon bozukluklarına neden olabileceğini düşündürmektedir.

Bu derlemede, yapılan çalışmalar incelediğinde yaşın ilerlemesi ve menopoza sonrası sürenin artması ile cinsel fonksiyon arasında ilişki olduğu saptanmıştır. Simon ve ark. çalışmasında, 18-44 yaş grubundaki kadınların cinsel fonksiyon bozukluğu görülme oranı %27,2, 45-64 yaş grubu %44,6, 65 yaş ve üstünde %80,1 olarak bulunmuştur.^[5] Avustralya'da 438 kadın ile yapılan bir çalışmada premenopozal dönemde vajinal kuruluk sorunu yaşayan kadınların oranı %4'iken, menopozdan bir yıl sonra %25 ve üç yıl sonra %47 olarak belirlenmiştir.^[26] Çalışmanın sonuçları ile literatür benzerlik göstermektedir. Menopoz süresinin uzaması ile kadınların üreme organlarında uzun süre östrojen yetersizliği bağlı atrofi ortaya çıkmaktadır.^[27] Ayrıca yaşın ilerlemesi ile kadınlarda androjen seviyesindeki düşmeye bağlı cinsel isteksizlik görülmektedir.^[6] Postmenopozal dönemdeki kadınlarda görülen cinsel fonksiyon bozukluklarının perimenopoz ve premenopoz dönemindeki kadınlara göre daha şiddetli olduğu görülmektedir.

Araştırmanın sonuçlarına göre cerrahi menopoza giren kadınlarda vajinal kuruluk, atrofi, dispareni, cinsel isteksizlik, cinsel ilişkiden memnun olmama ve cinsel ilişki sayısında azalma gibi cinsel fonksiyon bozuklukları görüldüğü belirlenmiştir.^[24,25] Kökçü ve ark.'nın çalışmasında cerrahi menopoza giren kadınların, doğal menopoza giren kadınlara göre daha fazla lubrikasyon zorluğu yaşadığı bulunmuştur. Ayrıca cerrahi menopoza giren kadınların serum estradiol ve total testosteron seviyeleri doğal menopoza giren kadınlara göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir.^[8] Menopoz şeklinin kadınların cinsel yaşamı üzerine etkisini inceleyen başka bir çalışmada, cerrahi menopoza giren kadınların cinsel isteğinin doğal menopoza girenlere göre daha düşük olduğu belirlenmiştir.^[28] Çalışmanın sonuçları ile literatür benzerlik göstermektedir. Cerrahi menopoza giren kadınlarda görülen östrojenin ani düşüşü, cinsel yaşamda meydana gelen olumsuzlukların daha fazla olduğunu düşündürmektedir.

SONUÇ

Sonuç olarak kadınların menopoza girmesiyle birlikte somatik, ürogenital ve psikolojik değişikliklere bağlı olarak cinsel disfonksiyon görülmektedir. Cinsel isteksizlik, vajinal lubrikasyonda azalma, vajinismus ve anorgazmi, dispareni ve cinsel ilişki sayısında azalma gibi cinsel disfonksiyonlar menopozal dönemde görülen cinsel fonksiyon bozuklukları arasında yer almaktadır. Yaşın ilerlemesi ve cerrahi menopoza giren kadınların cinsel disfonksiyon bozukluğunu artırmaktadır. Cinsel disfonksiyona bağlı olarak kadınların cinsel yaşam kalitesi olumsuz etkilenmektedir.

Sağlık çalışanı olarak hemşireler, cinsellik ve cinsel fonksiyon konusunda bilgi sahibi olmalı ve bakım verdikleri bireylerin cinsel sağlık tanınmasını yapabilmelidir. Yargılayıcı bir tutum içerisinde olmadan cinsellik konusunda kendisini ifade edebilmesi için kadınları cesaretlendirilmelidir. Ayrıca hemşireler menopozal dönemde görülen problemlerin önlenme, tanınma, tedavi sürecinde danışmanlık yapmalıdır.

Hakem Değerlendirmesi

Dış bağımsız.

Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar ilişkisi olmadığını beyan etmişlerdir.

Finansal Destek

Herhangi bir mali destek alınmamıştır.

Peer-review

Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest

No conflict of interest was declared by the authors.

Financial Disclosure

No financial support has been received.

KAYNAKLAR

1. Gozuyesil E, Avcıbay Vurğec B, Gokyıldız Surucu S, Onat Koroglu C. The relationship between the attitudes towards menopause and sexual functions among women in the climacteric period, Turkey. *J Midwifery Reprod Health*. 2021;9(3):1–10. [CrossRef]
2. Bülbül T, Mucuk S, Dolanbay M, Turhan İ. Do complaints related to menopause affect sexuality and marital adjustment? *Sex Relat Ther*. 2020;36(4):1–15. [CrossRef]
3. Erbaş N, Demirel G. Klimakterik dönemdeki kadınların menopozla ilişkin yakınmalarının ve menopozal tutumlarının cinsel yaşam kalitesi üzerine etkisinin değerlendirilmesi. *ACU Sağlık Bil Derg*. 2017;4(4):220–5. <http://journal.acibadem.edu.tr/en/download/article-file/1701654>
4. Cagnacc A, Xholli A, Venier M. Ospemifene in the management of vulvar and vaginal atrophy: focus on the assessment of patient acceptability and ease of use. *Patient Prefer Adherence*. 2020;14:55–62. [CrossRef]
5. Simon JA, Davis SR, Althof, SE, Chedraui P, Clayton AH, Kingsberg SA, et al. Sexual well-being after menopause: An International Menopause Society White Paper. *Climacteric*. 2018;21(5):415–27. [CrossRef]
6. Wählin-Jacobsen S, Pedersen AT, Kristensen E, Læssøe NC, Lundqvist M, Cohen, AS, et al. Is there a correlation between androgens and sexual desire in women?. *J Sex Med*. 2015;12(2):358–73. [CrossRef]
7. Yılmaz FA, Avcı D. The relationship between personality traits, menopausal symptoms and marital adjustment. *Health Care Women Int*. 2021;1–16. [CrossRef]
8. Kökçü A, Kurtoglu E, Bildircin D, Çelik H, Kaya A, Alper T. Does surgical menopause affect sexual performance differently from natural menopause? *J Sex Med*. 2015;12(6):1407–14. [CrossRef]
9. Aygün D, Pektemek M. Cerrahi menopoza giren genç kadınlarda cinsellik nasıl etkileniyor? *Androl Bül*. 2018;20(1):21–4. [CrossRef]

10. Cömert NB. Cerrahi Menopoza giren hastalarla doğal menopoza giren hastalar arasında cinsel fonksiyonların ve yaşam kalitesinin karşılaştırılması (Tıpta Uzmanlık Tezi). İstanbul, Sağlık Bilimleri Üniversitesi Gaziosmanpaşa Taksim Eğitim ve Araştırma Hastanesi; 2019. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=LeJdSGQk5YSxKT1GYyDKg&no=JMgBqx-ATDIhaEkJlbw2cA>
11. Sözeri Varma G, Kalkan Oğuzhanoglu N, Karadağ F, Özdel O, Amuk T. Doğal ve cerrahi menopozda depresyon ve anksiyete düzeyleri ile cinsel doyum arasındaki ilişki. *Klinik Psikiyatri Derg*. 2005;8(3):109–15. https://jag.journalagent.com/kpd/pdfs/KPD_8_3_109_115.pdf
12. Polat Ş. Menopozda olan ve olmayan evli kadınların menopozla ilişkin tutumlarının cinsel yaşam ve yaşam kalitesi ile ilişkisi (Yüksek Lisans Tezi). Sivas, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi; 2019.
13. Yıldırım F. Menopozun eşlerin evlilik ve cinsel uyumlarına etkisi (Yüksek Lisans Tezi). Çorum, Hitit Üniversitesi; 2019. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezDetay.jsp?id=xozZadizSwVC9BMhs1aXeQ&no=Cm_fPUHJbSkoGYSNX-IGmA
14. Tezce MA. Menopozdaki kadınların menopozla bakış açısı ve cinsel yaşam kalitesi (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul, İstanbul Okan Üniversitesi; 2019.
15. Akman S, Çakıcı M, Keskindağ B, Karaaziz M. Postmenopozal dönemdeki kadınlarda psikolojik belirtiler ve cinsel yaşamın incelenmesi: Kesitsel çalışma. *Klinik Psikiyatri Derg*. 2019;22(1):27–35. [CrossRef]
16. Ünal E. Menopoza girmiş kadınlarda benlik saygısı ve beden imajının cinsel doyuma etkisinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul, İstanbul Gelişim Üniversitesi; 2021. <http://acikerisim.gelisim.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/11363/3300/693767.pdf?sequence=1>
17. Aksoy Derya Y, Altıparmak S, Öztaş HG. The effect of gender roles and sexual quality of life on menopausal complaints. İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Derg. 2021;9(2):446–58. [CrossRef]
18. Görmüş Y. Menopoz semptomlarının cinsel yaşam ve evlilik uyumu üzerine etkisi (Yüksek Lisans Tezi). Samsun, Ondokuz Mayıs Üniversitesi; 2017. https://acikbilim.yok.gov.tr/bitstream/handle/20.500.12812/677838/yokAcikBilim_10157914.pdf?sequence=1&isAllowed=y
19. Tozlu F. Doğal menopoz, cerrahi menopoz ve erken menopozun yaşam kalitesi, cinsel fonksiyonlar ve depresyon üzerine etkisi (Uzmanlık Tezi). Sakarya, Sakarya Üniversitesi; 2019. <https://acikbilim.yok.gov.tr/handle/20.500.12812/432236>
20. Batır S. Menopozal dönemdeki kadınlarda cinsel fonksiyonun değerlendirilmesi (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul, Biruni Üniversitesi; 2018. <http://openaccess.biruni.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12445/993/518916.pdf?sequence=1>
21. Garibova N. Türk popülasyonunda postmenopozal kadınlarda kadın cinsel disfonksiyon prevalansının belirlenmesi ve kadın cinsel disfonksiyonu ile depresyon ilişkisinin araştırılması. (Uzmanlık Tezi). İstanbul, Marmara Üniversitesi; 2015. [Erişim]
22. Süt HK, Küçükkaya B. Premenopoz, perimenopoz ve postmenopoz dönem kadınlarında cinsel yaşam kalitesi. *KASHED* 2018;4(1):51–68. <https://dergipark.org.tr/tr/download/issue-file/12551>
23. Durukan Duran A, Sinan Ö. Doğal ve cerrahi menopoza giren kadınlarda cinsel fonksiyon bozukluklarının ve depresyon durumlarının belirlenmesi. *KOU Sag Bil Derg*. 2020;6(2):150–6. [CrossRef]
24. Kaydırak MM, Yeşiltepe Oskay Ü. Cerrahi menopozun cinsel yaşam üzerine etkileri. *STED*. 2018;27(4):267–76. [Erişim]

25. Dinçer Y, Oskay Ü. Menopoz döneminde kadınların cinsellik ile ilgili sorunlarının incelenmesi: kalitatif bir çalışma. KASHED. 2018;4(2):16–28. <https://dergipark.org.tr/download/article-file/611769>
26. Portman DJ, Gass ML; Vulvovaginal Atrophy Terminology Consensus Conference Panel. Genitourinary syndrome of menopause: New terminology for vulvovaginal atrophy from the International society for the study of Women's Sexual Health and The North American Menopause Society. Maturitas. 2014;79(3):349–54. [CrossRef]
27. Hotun Şahin N. Klimakteryum ve ileri yaş döneminde cinsellik. Türkiye Klinikleri J Obstet Womens Health Dis Nurs-Special Topics. 2016;2(1):42–50. <https://www.turkiyeklinikleri.com/article/tr-klimakteryum-ve-ileri-yas-doneminde-cinsellik-75466.html>
28. Bildircin FD, Özdeş EK, Karlı P, Özdemir AZ, Kökçü A. Does type of menopause affect the sex lives of women? Medical Science Monitor: Int Med J Exp Clin Res. 2020;26:e921811. [CrossRef]