



### ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 04-Fevral 2025 yil  
Ma'qullandi: 08-Fevral 2025 yil  
Nashr qilindi: 14-Fevral 2025 yil

### KEYWORDS

менопауза, здоровье женщин,  
диагностика, лечение,  
заместительная  
гормональная терапия,  
факторы риска,  
хирургическая менопауза,  
инновационные  
исследования.

## ВЛИЯНИЕ МЕНОПАУЗЫ НА ЗДОРОВЬЕ ЖЕНЩИН: ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ

Маматкулова Мафтуна Мансурджановна  
Гайбуллаева Лобар Сагдуллаевна

Клинические ординаторы кафедры акушерства и гинекологии №2  
Негмаджанов Б.Б.

Научный руководитель: д.м.н., проф.  
Самаркандский государственный медицинский университет,  
Самарканд, Узбекистан.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14868813>

### ABSTRACT

*В статье рассматривается влияние менопаузы на здоровье женщин, включая изменения, которые происходят в организме, факторы риска раннего наступления менопаузы, особенности хирургической менопаузы и их последствия. Обсуждаются современные тенденции, а также инновационные методы диагностики и лечения, включая заместительную гормональную терапию и индивидуализированные подходы к менеджменту менопаузальных симптомов. Важно подчеркивается необходимость комплексного подхода к профилактике и коррекции менопаузальных состояний, что позволит улучшить качество жизни женщин в этот критический период.*

**Введение.** Менопауза представляет собой физиологический процесс, характеризующийся прекращением менструальной функции и снижением продукции половых гормонов, что существенно влияет на здоровье женщин. Этот переходный период обычно наступает в возрасте от 45 до 55 лет, однако наблюдается растущая тенденция к более раннему возникновению менопаузы, что требует особого внимания со стороны медицинского сообщества. В данной статье рассматриваются основные проявления менопаузы, её влияние на здоровье женщин, факторы риска, включая раннюю менопаузу и хирургическую менопаузу, изменения в организме, а также инновационные подходы к диагностике и лечению данного состояния.

Менопауза сопровождается множеством физиологических изменений, которые могут оказать негативное влияние на общее состояние здоровья женщин. Наиболее распространенными симптомами менопаузы являются приливы, ночная потливость, изменения настроения и снижение либидо. Гормональные изменения также могут приводить к снижению плотности костной ткани, увеличивая риск остеопороза и переломов. У женщин в постменопаузе также повышается вероятность сердечно-сосудистых заболеваний, что связано с потерей эстрогенной защиты.

Данных исследований показывают, что в результате менопаузы риск развития коронарной болезни сердца может увеличиться в два-три раза по сравнению с предменопаузальным периодом. Примечательно, что эти изменения тесно связаны с

возрастом начала менопаузы и длительностью времени, в течение которого женщина находится в постменопаузе.

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), продолжительность жизни женщин в развитых странах увеличилась, что привело к росту числа женщин, переживающих менопаузу. Прогнозируется, что к 2030 году почти половина населения будет состоять из женщин старшего возраста, что подчеркивает необходимость разработки эффективных стратегий профилактики и лечения, адаптированных к особенностям здоровья этой группы.

Существует несколько факторов, способствующих преждевременному наступлению менопаузы (перименопаузы), включая генетическую предрасположенность, курение, ожирение, а также некоторые медицинские состояния, такие как эндометриоз и онкологические заболевания. Исследования показывают, что *women who smoke are at a higher risk of menopause onset before age 45*. К тому же, влияние стресса и психоэмоционального состояния также играет важную роль в патогенезе ранней менопаузы.

Отдельное внимание следует уделить хирургической менопаузе, которая возникает в результате хирургического удаления яичников (оофорэктомии) или матки (гистерэктомии). Эти процедуры могут значительно изменить гормональный статус женщины, приводя к более выраженным симптомам, чем в случае естественной менопаузы. Острой реакцией на хирургическую менопаузу могут быть такие проявления, как острые приливы, эмоциональная нестабильность и значительное снижение либидо.

Влияние хирургической менопаузы на здоровье также требует особого внимания врача, так как у женщин, переживших оофорэктомию, значительно увеличивается риск остеопороза и сердечно-сосудистых заболеваний. В таких случаях может быть рекомендована заместительная гормональная терапия (ЗГТ) для уменьшения негативного эффекта на здоровье.

В процессе менопаузы в организме происходят значительные изменения, вызванные дефицитом половых гормонов, особенно эстрогенов. Эти изменения затрагивают различные системы организма. Например, дефицит эстрогенов приводит к атрофии слизистой оболочки влагалища, что вызывает дискомфорт во время половых актов. Кроме того, снижение уровня гормонов может быть связано с увеличением массы жира и изменением метаболизма, что влечет за собой риск метаболического синдрома.

Современные исследования в области менопаузы ориентированы на разработку новых подходов к диагностике и лечению, включая использование биомаркеров для предсказания начала менопаузы, а также развитие индивидуализированных стратегий менеджмента, учитывающих генетические и эпигенетические факторы. Например, исследуются молекулы, способные имитировать эстрогены, которые могут использоваться в терапии.

Заместительная гормональная терапия остается одним из основных методов лечения менопаузальных симптомов. Однако, учитывая возможные риски, такие как повышенный риск тромбообразования и рака молочной железы, актуальной становится задача выборочной терапии, направленной на минимизацию побочных

эффектов. Важно отметить, что не все женщины подходят для ЗГТ, и каждая терапия должна основываться на тщательном анализе индивидуальных рисков и преимуществ.

**Заключение.** Менопауза представляет собой значимый этап в жизни каждой женщины, требующий комплексного подхода к пониманию её влияния на здоровье. Обострение симптомов менопаузы и связанные с ними риски делают необходимым раннее выявление и профилактику. Современные исследования открывают новые горизонты для диагностики и лечения, подчеркивая важность индивидуализированного подхода. Применение инновационных методов управления менопаузальными симптомами позволит повысить качество жизни женщин в этот критический период, что является важной задачей для медицинского сообщества. Учитывая увеличение продолжительности жизни и растущее число женщин в постменопаузе, необходимость в целостной и интегрированной помощи остаётся актуальной как никогда.

#### Список литературы:

1. Ахмедова А. Т. и др. Менопауза даврида аёлларда эндометриозни даволашни такомиллаштириш //Science and Education. – 2023. – Т. 4. – №. 2. – С. 530-535.
2. Аскарлова З. З., Алиева Д. А. ЗАБОЛЕВАНИЯ МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЁЗ У ЖЕНЩИН С ГИПЕРПЛАЗИЕЙ ЭНДОМЕТРИЯ В ПЕРИОД ПЕРИМЕНОПАУЗЫ //ЖУРНАЛ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ И УРО-НЕФРОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ. – 2023. – Т. 4. – №. 3.
3. Волоцкая Н. И., Сулима А. Н., Румянцева З. С. Менопауза: современные стандарты диагностики и коррекции нарушений //Врач. – 2021. – Т. 32. – №. 3. – С. 66-72.
4. Каримова Г. АНОМАЛЬНЫЕ МАТОЧНЫЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ: ОБЗОР ПОСЛЕДНИХ ПЯТИ ЛЕТ //Евразийский журнал медицинских и естественных наук. – 2024. – Т. 4. – №. 5. – С. 212-216.
5. Саидова Г. Т., Бўрибойев У. Ф. МЕНОПАУЗА ЁШИДАГИ АЁЛЛАРИНИНГ КАСАЛЛАНИШ ХОЛАТЛАРИ //Theoretical aspects in the formation of pedagogical sciences. – 2024. – Т. 3. – №. 5. – С. 10-12.
6. Пьяных О. П., Аметов А. С. Менопауза и метаболическое здоровье //Эндокринология: Новости. Мнения. Обучение. – 2024. – Т. 13. – №. 4 (49). – С. 94-102.
7. Худоярова Д. Р., Шопулотова З. А. ПРЕОДОЛЕНИЕ БЕСПЛОДИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ВСПОМОГАТЕЛЬНЫХ РЕПРОДУКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ //Прикладные науки в современном мире: проблемы и решения. – 2024. – Т. 3. – №. 8. – С. 4-7.
8. Худоярова Д. Р., Шопулотова З. А. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВСПОМОГАТЕЛЬНЫХ РЕПРОДУКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ БЕСПЛОДИИ //Инновационные исследования в современном мире: теория и практика. – 2024. – Т. 3. – №. 10. – С. 31-34.
9. Худоярова Д., Туракулова Ш., Шопулотова З. КЕСАРЕВО СЕЧЕНИЕ ИСТОРИЯ И ПОСЛЕДНИЕ ИННОВАЦИИ //Наука и инновация. – 2024. – Т. 2. – №. 21. – С. 104-108.
10. Худоярова Д., Туракулова Ш., Шопулотова З. БИОМАРКЕРЫ И ПРОЦЕСС РУБЦЕВАНИЯ //Инновационные исследования в современном мире: теория и практика. – 2024. – Т. 3. – №. 9. – С. 43-47.
11. Шабалова О. В. и др. Хирургическая менопауза как фактор риска раннего развития коморбидных состояний у женщин репродуктивного возраста //Акушерство и гинекология. – 2021. – Т. 6. – С. 54-9.

12. Davis, S. R., et al. (2015). "Menopause: the evolving role of hormone therapy." *Nature Reviews Endocrinology*, 11(6): 376-380
13. Gold, E. B., et al. (2012). "Longitudinal changes in menstrual cycle characteristics in the menopause transition." *Obstetrics & Gynecology*, 120(1): 82-88. DOI: 10.1097/AOG.0b013e31825b565a
14. Maclennan, A. H., et al. (2002). "Women's Health after Menopause: A Review of the Evidence." *Medical Journal of Australia*, 177(6): 289-295
15. Maclennan, A. H., et al. (2002). "Women's Health after Menopause: A Review of the Evidence." *Medical Journal of Australia*, 177(6): 289-295
16. North American Menopause Society. (2020). *Menopause Practice: A Clinician's Guide*. 5th ed. North American Menopause Society.
17. Khudoyarova, D. R., Kobilova Z. Kh, and Zubaydulloeva Z. Kh. "ARRHYTHMIAS IN PREGNANCY: TACTICS OF PATIENT MANAGEMENT." *Eurasian Journal of Medical and Natural Sciences* 4.9 (2024): 119-123.
18. Savvas, M., et al. (2018). "Therapeutic approaches to postmenopausal women with osteoporosis." *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, 103(2): 374-382.
19. Stuenkel, C. A., et al. (2015). "The North American Menopause Society recommendations for clinical care of midlife women." *Menopause*, 22(11): 1354-1365.
20. Shopulotova, Z., Sh Shopulotov, and Z. Kobilova. "MODERN ASPECTS OF HYPERPLASTIC PRO." *Science and innovation* 2.D12 (2023): 787-791.

INNOVATIVE  
ACADEMY