



Vaginal Atrophy

What is vaginal atrophy?

Vaginal atrophy is a condition in which the lining of the vagina becomes thinner and drier. This condition can lead to vaginal and urinary tract problems. Many women are unaware that they can get treatment for these problems. Prompt treatment can keep problems from getting worse.

What are the symptoms of vaginal atrophy?

You may have no symptoms at all. Or you may have

- Vaginal dryness
- Burning feelings in your vagina
- Discomfort or pain during sexual intercourse
- Light bleeding after intercourse
- Burning sensation when you urinate (pass water)
- Frequent, strong urges to urinate
- Urinary incontinence (unintended release of urine)

Vaginal atrophy also can increase your risk of vaginal infections and urinary tract infections.

What causes vaginal atrophy?

Vaginal atrophy occurs when your body lacks estrogen. Estrogen is a female sex hormone that influences sex traits, growth, and reproduction. Levels of estrogen can decrease

- Before and during menopause
- During breast-feeding
- When you take medicines that lower your estrogen levels (such as medicines for breast cancer, endometriosis, or fibroids)

- After cancer treatments (radiation to your pelvic area or chemotherapy)
- After surgical removal of your ovaries

Your risk for vaginal atrophy also goes up if you smoke or if you've never given birth vaginally

How is vaginal atrophy diagnosed?

Your doctor will ask about your symptoms and do a pelvic exam to look at the appearance of your vagina. Your doctor also may analyze a urine sample and/or perform a Pap test.

What are the treatment options for vaginal atrophy?

Both non-prescription and prescription options are available. You and your doctor will talk about the best option for you.

Non-Prescription Treatments

Some women find that non-prescription treatments work well, especially for mild symptoms. Non-prescription treatments are hormone-free and have few side effects.

Women who have pain during intercourse because of overactive pelvic muscles can learn how to relax those muscles by using a device called a vaginal dilator or with physical therapy. Having regular sexual activity, with or without intercourse, also can help relieve symptoms, as does allowing enough time to become aroused.

Prescription Medicines

If you are having moderate or severe symptoms, you may need prescription forms of estrogen. Two types of estrogen are available: topical and systemic.

- Topical (vaginal) estrogen is applied to the surface of the vagina. Studies have shown that topical estrogen is the most effective treatment. Unlike non-prescription treatments, vaginal estrogen also helps reduce UTIs and overactive bladder. Topical treatment doesn't have the health risks of systemic estrogen because only small amounts of estrogen reach the bloodstream.
- Systemic estrogen, also called hormone therapy, is taken as a pill, patch, gel, or spray. Systemic estrogen affects the whole body and has some health risks, such as heart attack and blood clots.

If you've had breast cancer, talk with your doctor about what treatment is best for you. Limiting or avoiding estrogen can help prevent a return of breast cancer.

What should you do if you have symptoms of vaginal atrophy?

See your doctor. Your doctor can find the cause of your symptoms and suggest options to help you feel better.

Resources

Find-an-Endocrinologist: www.hormone.org or call 1-800-HORMONE (1-800-467-6663)

Hormone Foundation information about menopause and women's health: www.hormone.org/Resources/menopause-and-womens-health.cfm

Mayo Clinic information about vaginal atrophy: www.mayoclinic.com/health/vaginal-atrophy/DS00770

Types of Non-Prescription Vaginal Treatments

How to Use

| | |
|--|---|
| Moisturizers | Apply to the vagina two or three times a week. |
| Lubricants (water-based or silicone-based) | Apply to the vagina before intercourse. |
| Lubricants (oil-based), such as olive oil, vegetable oil, or other products | Use at the opening of the vagina but not inside; do not use with condoms or diaphragms. |

Types of Topical Estrogen Treatments

How to Use

| | |
|----------------|--|
| Creams | Insert an applicator filled with cream into the vagina at bedtime. Or, using a fingertip, apply a small amount of cream to the opening of the vagina. Ask your doctor how often to use it. |
| Tablets | Use a disposable applicator to insert an estrogen tablet into the vagina. |
| Rings | Insert an estrogen-releasing flexible ring into the vagina every 3 months. Or your doctor can insert it. |

EDITORS:

JoAnn V. Pinkerton, MD
Richard J. Santen, MD
November 2011

For more information on how to find an endocrinologist, download free publications, translate this fact sheet into other languages, or make a contribution to The Hormone Foundation, visit www.hormone.org or call 1-800-HORMONE (1-800-467-6663). The Hormone Foundation, the public education affiliate of The Endocrine Society (www.endo-society.org), serves as a resource for the public by promoting the prevention, treatment, and cure of hormone-related conditions. The development of this fact sheet was supported by an educational grant from Novo Nordisk Inc. This page may be reproduced non-commercially by health care professionals and health educators to share with patients and students.



Atrofia vaginal

¿Qué es la atrofia vaginal?

La atrofia vaginal es un trastorno en que las paredes vaginales se vuelven más delgadas y resacas. Este trastorno puede producir problemas de la vagina y el tracto urinario. Muchas mujeres no saben que pueden recibir tratamiento para estos problemas. El tratamiento oportuno puede evitar que estos problemas empeoren.

¿Cuáles son los síntomas de la atrofia vaginal?

Es posible que no se presente ningún síntoma. También puede tener

- Menor lubricación vaginal
- Ardor de la vagina
- Malestar o dolor durante el coito
- Sangrado ligero durante el coito
- Ardor al orinar
- Frecuente sensación de urgencia de orinar
- Incontinencia urinaria (liberación no intencional de orina)

La atrofia vaginal también puede disminuir el riesgo de infecciones vaginales y el tracto urinario.

¿Qué causa la atrofia vaginal?

La atrofia vaginal se presenta cuando el cuerpo no tiene suficiente estrógeno. El estrógeno es una hormona sexual femenina que influye en las características sexuales, crecimiento y reproducción. El nivel de estrógeno puede disminuir

- Antes y durante la menopausia
- Durante la lactancia
- Cuando toma medicamentos que reducen su nivel de estrógeno (como medicamentos para el cáncer del seno, endometriosis o fibromas)
- Después de tratamientos para el cáncer

(radiación a la región pélvica o quimioterapia)

- Tras la extirpación de los ovarios

El riesgo de atrofia vaginal también aumenta si fuma o si nunca ha tenido un parto vaginal.

¿Cómo se diagnostica la atrofia vaginal?

Su médico le preguntará sobre sus síntomas y le hará un examen pélvico para ver la apariencia de la vagina. Es posible que su médico también analice una muestra de orina, realice una prueba de Papanicolaou o ambos.

¿Cuáles son las opciones de tratamiento para la atrofia vaginal?

Las opciones incluyen medicamentos que son de venta libre o requieren receta. Usted y su médico hablarán sobre la mejor opción en su caso.

Tratamientos de venta libre

Algunas mujeres notan que los tratamientos de venta sin receta son eficaces, especialmente para síntomas leves. Los tratamientos de venta libre carecen de hormonas y tienen pocos efectos secundarios.

Las mujeres que sienten dolor durante el coito debido a músculos pélvicos hiperactivos pueden aprender a relajar esos músculos con fisioterapia o usando un dispositivo llamado dilatador vaginal. Tener relaciones sexuales frecuentes, con o sin coito, también puede ayudar a aliviar los síntomas, como también dar suficiente tiempo para la estimulación sexual.

Medicamentos de venta con receta

Si está teniendo síntomas moderados o severos, es posible que necesite estrógeno de venta con receta. Hay dos tipos de estrógeno

disponible: tópico y sistémico.

- El estrógeno tópico (vaginal) se aplica en la superficie de la vagina. Los estudios han demostrado que el estrógeno tópico es el tratamiento más efectivo. A diferencia de los tratamientos de venta libre, el estrógeno vaginal también ayuda a reducir las infecciones del tracto urinario y la vejiga hiperactiva. El tratamiento tópico no conlleva los riesgos de salud del estrógeno sistémico, porque solo una pequeña cantidad de estrógeno entra a la corriente sanguínea.
- El estrógeno sistémico, también llamado terapia hormonal, se toma a manera de pastilla, parche, gel o aerosol. El estrógeno sistémico afecta todo el cuerpo y conlleva ciertos riesgos de salud, como infarto o coágulos de sangre.

Si ha tenido cáncer del seno, hable con su médico sobre el mejor tratamiento para usted. Limitar o evitar el estrógeno puede ayudar a evitar la reincidencia del cáncer del seno.

¿Qué debo hacer si tengo síntomas de atrofia vaginal?

Vaya al médico. Su médico puede encontrar la causa de sus síntomas y sugerir opciones para ayudarla a sentirse mejor.

Recursos

Encuentre a un endocrinólogo: www.hormone.org o llame al 1-800-HORMONE (1-800-467-6663)

Información sobre la menopausia y la salud de la mujer de la Hormone Foundation: www.hormone.org/Resources/menopause-and-womens-health.cfm

Información sobre la atrofia vaginal de la Mayo Clinic: www.mayoclinic.com/health/vaginal-atrophy/DS00770

Tipos de tratamientos vaginales de venta libre

Cómo usarlos

| | |
|--|---|
| Cremas hidratantes | Aplicarlas a la vagina dos o tres veces por semana. |
| Lubricantes (a base de agua o silicona) | Aplicarlos a la vagina antes del coito. |
| Lubricantes (a base de aceite), como el aceite de oliva o vegetal u otros productos | Usarlos en la apertura pero no dentro de la vagina; no usarlos con preservativos ni diafragmas. |

Tipos de tratamiento con estrógeno tópico

Cómo usarlos

| | |
|-----------------|---|
| Cremas | Insertar un aplicador lleno de crema en la vagina a la hora de acostarse. O usando la yema del dedo, aplicar una pequeña cantidad de crema en la apertura de la vagina. Pregúntele a su médico cómo usarla. |
| Tabletas | Use un aplicador descartable para insertar una tableta de estrógeno en la vagina. |
| Anillos | Insertar un aro flexible de liberación de estrógeno en la vagina cada 3 meses. Su médico también puede insertarlo. |

EDITORES:

JoAnn V. Pinkerton, MD
Richard J. Santen, MD
Noviembre del 2011

Para mayor información sobre cómo encontrar un endocrinólogo, obtener publicaciones gratis en Internet, traducir esta hoja de datos a otros idiomas, o para hacer una contribución a la Fundación de Hormonas, visite a www.hormone.org o llame al 1-800-HORMONE (1-800-467-6663). La Fundación de Hormonas, la filial de enseñanza pública de la Sociedad de Endocrinología (www.endo-society.org), sirve de recurso al público para promover la prevención, tratamiento y cura de trastornos hormonales. La creación de esta hoja informativa fue posible en parte gracias al apoyo de una subvención educativa de Novo Nordisk Inc. Se permite la reproducción de esta página para fines no comerciales por profesionales e instructores médicos que deseen compartirla con sus pacientes y estudiantes. © La Fundación de Hormonas 2011