

# Behandling av PMS och PMDS

Giltig fr.o.m. 2020-03-19

## Bakgrund

Milda psykiska och fysiska symtom är vanligt förekommande före menstruation. Vid mer framträdande symtom i form av t.ex. nedstämdhet, irritabilitet, humörsvingningar och oro talar man om premenstruellt syndrom (PMS). Premenstruellt dysforiskt syndrom (PMDS) är en allvarligare form där symtomen ger upphov till märkbar påverkan på relationer, social funktion och arbetsliv. För att ställa diagnos och utvärdera eventuell behandling används skattningsskalor och symtomdagbok. Prevalensen för PMDS uppskattas till 3–5%. 10% av svenska kvinnor i fertil ålder önskar behandling för PMS/PMDS. Differentialdiagnoser är depression, paniksyndrom och annan psykisk sjukdom.

## Förstahandsläkemedel

### SSRI

SSRI-preparat har visat bättre effekt än placebo på besvär vid PMS och PMDS. Responsen i placebogrupperna har dock också varit betydande. Alla SSRI-preparat bedöms vara effektmässigt likvärdiga. Rekommenderad dos är lägsta godkända dos vid depressionsbehandling under 1–2 veckor före menstruation. Eventuellt kan en lägre startdos, t.ex. escitalopram 5–10 mg, prövas. Med hjälp av dagbok kan patienten sedan själv hitta rätt dos och rätt antal dagar för bäst nytta av behandlingen och minst biverkningar som t.ex. sömnsvårigheter, illamående och sexuella bieffekter.

Inget SSRI-preparat har PMS som godkänd indikation i Sverige, men Premalex (escitalopram) har indikationen PMDS, och då i dosering 10–20 mgx1. Observera att Premalex är mycket dyrare än övriga SSRI, inklusive generiskt escitalopram, och att Premalex INTE byts mot generiskt escitalopram på apotek.

Vid graviditet sätts antidepressiva preparat på dessa indikationer ut.

## Andrahandsläkemedel

### Kombinerade p-piller (*etinylestradiol+drosperinon 24+4*)

Etinylestradiol+drosperinon 24+4 har visat effekt på PMDS. Placebosvaret är stort även med denna behandling. Så kort tablettuppehåll som möjligt alternativt kontinuerlig behandling rekommenderas.

Om otillräcklig effekt av kombinerade p-piller, kan man lägga till antidepressiva SSRI-läkemedel enligt ovan.

## Referenser:

Lopez LM, et al. Oral contraceptives containing drospirenone for premenstrual syndrome. The Cochrane database of systematic reviews. 2012 Feb 15(2):CD006586.  
Marjoribanks J, et al. Selective serotonin reuptake inhibitors for premenstrual syndrome. The Cochrane database of systematic reviews. 2013 Jun 07(6):CD001396.