Описание на менопауза
Менопаузата е процес, който протича определен период от време. Продължителността му е различна за всяка жена, но менопаузата винаги трае повече от месец. Процесът се точи от една до десет години, за да завърши напълно. Симптомите на менопаузата понякога траят и десет години, но процесът на снижаване на естроген в организма е по-кратък.

Начало на менопауза
Менопаузата обикновено започва през четиридесетте години на жената. Средната и възраст, когато приключва, е 51,4 години.
Менопаузата обхваща периода, през който тялото на жената претърпява адаптивни промени към хормоналните изменения - признак за края на нейната плодовитост. Но за менопауза се говори и когато настъпва краят на менструалната функция.

Стадии на менопауза
От медицинска гледна точка се различават три стадия:
Не-менопауза - годините, преди които все още има менструация.
Пред-менопауза - годините, през които забелязваме промени, свързани с настъпването на менопаузата.
Постменопауза - годините след последния менструален цикъл.

Хормони и влиянието им върху женския организъм
Хормоните са сложни химически съединения, произвеждани от жлезите. Те регулират или контролират активността на другите органи в организма. Хормонът, произведен от определена жлеза, обикаля тялото посредством кръвоносната система, като се абсорбира от органа, към който е насочен и довежда до желаната верижна реакция. Хормоните, ангажирани с детеродния цикъл са естроген, прогестерон и андроген. Произвеждат се от яйчниците при жените, тестикулите при мъжете и от надбъбречната жлеза и при мъжете, и при жените.

Естроген
Естрогенът, и по-специално намаляването на нивото му в организма, е хормонът най-пряко и често свързван с менопаузата. Естрогенът помага да се регулира менструалният цикъл. Влияе на женския организъм и по други начини, включително като подпомага растежа на клетките и поддържа гениталиите здрави. Предпазва също костната система, спомага за абсорбирането на калций, контролира растежа на гърдите, намалява нивото на холестерола и предпазва от болести на сърцето.

Прогестерон
Прогестеронът е един от група хормони, наричани прогестогени. По време на овулация, когато яйцето напусне яйчната торбичка, тази торбичка се превръща в тъкан, където се произвежда прогестерона. Основната функция на прогестерона е да направи "дом" за оплодената яйце като удебели лигавицата на утробата посредством увеличен прилив на кръв.

Андроген
Андрогенът способства развитието на мъжките полови белези. Произвежда се предимно в тестикулите при мъжете. При жените се произвежда от надбъбречната жлеза. След менопаузата нивото на андроген у жените обикновено е по-високо, защото нивото на естроген значително се е понижило.