

女性賀爾蒙

請三思慎用

近二、三年來，媒體上常見到對醫師的專訪或專文，對女性賀爾蒙有過多鼓吹的情形，認為可以預防骨質疏鬆、心臟血管疾病、更年期不適等，似乎將女性賀爾蒙比擬做仙丹，甚至經常會以「爲了婦女的生活品質」而需要一輩子服用。但對各種用藥後導致的身心影響卻討論極少。

其實這種藥物在國外也仍在評估中，在我國也尚未建立自己周全的本土詳細資料，而目前醫界卻只提出國外部份對女性賀爾蒙使用有利的報告，卻無視這些研究只是臨床短期少數婦女病人的結果，也未注意部份研究背後推動者有強大藥物利潤的誘因，更未留意在採行藥物治療之前是否有嘗試過其他生活行爲或環境因素的改善，更嚴重的是不少醫師居然未爲婦女作任何檢查，只以她的年齡到了，即貿然使用，人云亦云，是非常危險的事。因此特在此向所有的婦女朋友們提出：我們的身體要自己愛惜（除非不得已不任意使用化學物如藥品）；我們的健康自己要維護（明瞭各種醫療保健資訊從而比較討論之）；我們要政府建立監督管道防範霸權醫師的封鎖資訊，避免部份不肖醫生以賺錢爲主造成對婦女健康的傷害（婦女有知的權利）；我們需要婦女健康運動。

婦女的健康是否被重視，代

表國家政策是否存在有性別歧視。很遺憾的是：我們的政府根本沒有「婦女健康」這項業務，只是曖昧的以「婦幼衛生」涵蓋之。即使所謂保健預防工作，也只在早期發現早期治療的次級預防上打轉，例如用藥來預防疾病的觀念而非提出生活行爲改善或養身保健觀念的推動，是不夠的！尤其不當使用藥物可能傷害性更大！因此針對目前被鼓吹過度的女性賀爾蒙的使用方面，提出國際上一些真正關心婦女的學者與婦女健康團體對女性賀爾蒙所提出的觀點供大家參考。

同時考量危險性與獲益性

1993年美國公共衛生學刊即刊出學者Rosenberg的一篇提醒的文章：指出對賀爾蒙的使用，應由其危險傷害性與治療獲益性兩方面考量評估，任何報導若只由單方面強調則皆缺客觀性。特別呼籲要三思，重新考量的必要。1996年學者Rostosky和Tarvis也在回顧1984至1994共10年在美國的學術期刊有關更年期的研究，結果發現九成以上是生物科學與醫學方面報導，其中在方法上在觀念上有不少誤導與推論；過多生物科學取向而忽視社會心理政治與婦女更年期的社會建構，是值得提醒檢討的地方。

目前以醫療模式處理更年期，則往往只著重在藥物介入的

功效，完全忽視其他可能因素，例如生活型態、戒煙、飲食、運動等；此外，樣本選擇上的偏差，有時會誇大了賀爾蒙治療方法的好處，因爲全選擇臨床樣本。西方醫學研究目前在藥效評估上，多半是採3-6個月治療效果改善情形，並無法查知長期副作用影響，或可能因此引發的其他類型疾病，即使美國藥物食品檢驗局(FDA)做了不少事前評估，但其也承認女性賀爾蒙藥物使用上仍有很大疏失。因此其健康研究中心(NIH)由1995年開始，補助進行一個爲時13年的長期追蹤研究，目的即在回答前述疑惑，究竟使用女性賀爾蒙對女性健康長期影響爲何？而常常被婦女提出的疑惑也不外三種：安全性、作用功能爲何、有無其他療法？

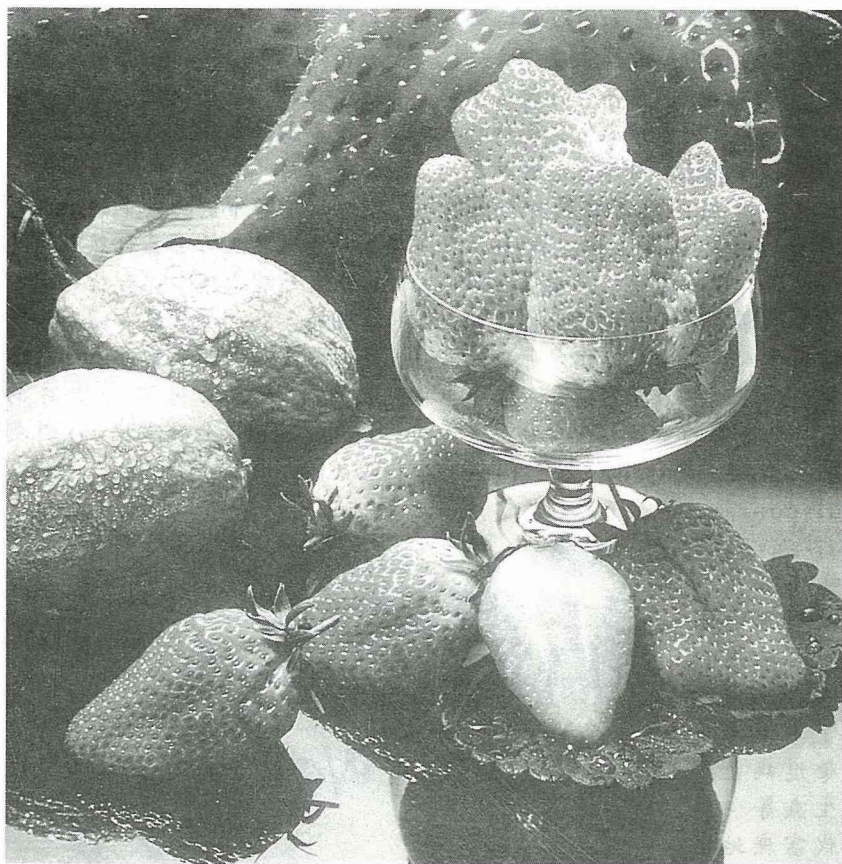
了解使用女性賀爾蒙的觀點

因此筆者在此特別介紹美國華盛頓的美國婦女健康網絡(National Women's Health Network)，於1993年提出對女性賀爾蒙使用的觀點，供婦女朋友參考，至少當接觸到醫師建議使用時，可以仔細與他討論各種優缺點，也可以由此去明瞭醫師究竟真正瞭解藥物可以助人亦可以傷人的醫學倫理，抑或只是人云亦云。

在一般所提功效上合併女性賀爾蒙和黃體激素的方式，(1)並未預防老化消除皺紋；(2)亦無法治療尿失禁；(3)也不能減少心理問題；(4)更無法增進性慾或性需求；(5)也質疑其預防心臟血管疾病的可能。

此外不得使用或必須停用女性賀爾蒙的理由有：(1)過去或現在有血栓病歷（例如：中風、心臟病突發等）；(2)乳癌、子宮內膜癌、或其他與女性賀爾蒙刺激形成的癌症；(3)嚴重肝病或慢性肝功能受損；(4)不明原因陰道出血；(5)懷孕或準備懷孕者（賀爾蒙治療能傷及胎兒）。其他重要病變也需考慮避免使用女性賀爾蒙的有：膽結石、子宮肌瘤、高血壓、長期偏頭痛、抽筋等痼疾疾病，與水腫有關的心臟或腎臟疾病。

婦女通常會經驗到使用女性賀爾蒙與黃體激素合用的副作用有：噁心、體重增加、乳房變大或變軟、停用時子宮出血、水腫、憂鬱、改變血中脂肪而造成心臟病變的機會高於單用女性賀爾蒙。



先做一個全面性的健康檢查

美國婦女健康網絡即特別強調，每一位婦女在接受賀爾蒙治療前需有一個完整全面性的健康檢查，即所謂的醫療計劃與瞭解，包括：(1)個人與家族醫療史，尤其有關避孕藥與賀爾蒙治療經驗；(2)測量血壓；(3)乳房檢查；(4)子宮頸抹片與骨盆腔檢查；(5)定期乳房超音波檢查，尤其是超過50歲者或家族中有停經前乳癌傾向者，或曾在懷孕時使用過DES藥物者。(6)徹底進行肝功能檢查；(7)記錄過去任何曾使用過女性賀爾蒙的經驗。

隨時記錄醫療使用狀況

預備使用女性賀爾蒙婦女需知：

(1)若不用賀爾蒙，妳可以為自己做些什麼？有另類療法嗎？

- (2)使用賀爾蒙之前有哪些醫療評估或檢查要做？
- (3)瞭解賀爾蒙使用對妳目前的身體健康有任何矛盾或衝突存在嗎？
- (4)瞭解為什麼醫師開這處方給妳？妳有骨質疏鬆的傾向嗎？妳有很嚴重的不適感嗎？妳曾試過其他自然養生之道來因應更年期嗎？
- (5)知道治療過程有多長？劑量為何？劑量是否盡可能最低？若妳是手術造成停經才使用賀爾蒙，這劑量是否會隨自然老化而逐漸減少？是否曾在手術之前做過體內賀爾蒙指數的檢查，以為日後補充賀爾蒙時的參考。
- (6)若使用賀爾蒙，需注意要增加哪些醫療檢查？多久需要回診

一次？而追蹤乳房病變的乳房超音波，是否會對乳房組織產生不良影響？

(7)未來醫療可能的花費？

呼籲女性朋友能自己隨時記錄下不適生理變化、症狀與求醫情形、醫師處方、醫療使用狀況，因為只有妳自己才是最瞭解自己身體變化情形的人。也唯有如此才可以充分與醫師或專業人員討論。否則一味的盲從，最後是不信任與失望。

也再次呼籲醫界在不斷強調「為婦女福音」的口號下，是否真正能由全方位考量，予婦女知的權利，醫師需提供正確資訊而非「開藥的工具」，真正能引起婦女的動機為她自己的健康努力。也能由此建立相互信任的醫療保健關係。 [圖]