

長期服用 女性荷爾蒙補充劑 會不會有副作用？

本期主持回答者為陳智賢醫師

1Q 長期服用女性荷爾蒙補充劑會不會有副作用？內分泌失調是否會影響其他器官的功能？

A：婦女停經發生在 50 歲左右，停經雖然是自然現象，但由於卵巢機能消失，體內女性荷爾蒙降低，會影響全身許多器官功能的改變並產生許多問題，包括早期症狀如熱潮紅、盜汗、失眠、焦慮、注意力缺乏集中、尿失禁、陰部乾燥易發炎、性交疼痛等，以及晚其更嚴重的骨質疏鬆容易引起骨折和心臟血管疾病如冠狀動脈阻塞等等。這些問題絕大部分是女性荷爾蒙降低所致。既然如此，則更年期、停經後的問題應該可以用補充女性荷爾蒙來解決。

停經後骨質流失加快，超過骨折危險臨界線則容易引起骨折，最初發生在較鬆



的骨骼如脊椎骨，因此年老婦女身高變矮、彎腰駝背。長久則連結實的骨如大腿骨也會有骨折的危險，荷爾蒙補充療法已知可以預防骨質疏鬆及所引起的骨折。荷爾蒙補充療法也可以降低不良膽固醇(LDL-C)，增加良性膽固醇(HDL-C)，對心臟病的預防有良好效果。甚者，女性荷爾蒙對減少老年癡呆症也被認為有相當效果。

然而，因為子宮內膜受

雌激素影響而增殖，長期單獨使用雌激素則子宮內膜癌的發生率會增加，因此使用雌激素時必須配合使用適當量的黃體素以保護子宮內膜，避免發生子宮內膜癌。使用週期性治療的婦女需要服用 12 天至 14 天，持續性治療則每天服用較少量的黃體素。因為黃體素的服用是為了避免子宮內膜癌的發生。

有關荷爾蒙治療與乳房癌的關係，曾經有研究表示會少許增加，也有研究發表會略為減少或不增不減，都以統計學方法評估，目前婦科醫界一般認為荷爾蒙療法並不影響乳房癌，又假如乳房癌就是會少許增加，雌激素對預防骨質流失及心臟疾病等等的優點，遠超過這個缺點，對整個婦女的生涯應該是有正面良好的結果。

總之，荷爾蒙補充療法確實對更年期婦女有良好效益，能提升婦女生活品質，甚至一般能夠延長生命，但正確的使用方法及適當劑量的選擇乃是不可或缺的條件。因此，必須由具這方面專長的醫師開處方並在其指導之下使用。

2Q 請問醫師：如果說沒有懷過孕的女性用植避孕器來避孕對子宮不好，那麼除了吃避孕藥和戴保險套之外，還有哪些避孕的方法？

A：觀念開放的現代都會生活，如何避孕已是身為現代人所必備常識。醫學上，避孕方法的選擇有許多種，但事實上沒有一項是完美且適合每個人的，撇開絕育的方法(輸卵管結紮或輸精管結紮)不談，一般的非永久性避孕法可分為：

一、抑制排卵—口服避孕藥。

二、阻隔法—男用(或女用)保險套、子宮帽、子宮杯、避孕棉。

三、阻止受精卵著床—子宮內避孕器—銅T、銅七、母體樂等。

四、自然避孕法—安全期計算法、基礎體溫法、性交中斷法、體外射精法。

未生育過之婦女，醫師不建議使用子宮內避孕器來避孕，因為可能增加骨盆腔感染的機會，對以後的生育能力有影響之虞。使用自然避孕法，其結果常常是避孕失敗，不得以走上墮胎之途，相當不安全，因此採取你所提的口服避孕藥及保險套，或者再加上自然避孕法，才是上上之策。

3Q 我已經超過20歲了，沒有過性行為，可是我的外陰部皮膚常常發癢，而且奇癢無比，尤其是有陰毛的部位，我用肉眼看，也看不出有什麼問題，如果不好意思去看醫生，是不是有其他護理的方法？如果沒有，我該怎麼辦？

A：女陰搔癢症多由黴菌或陰道滴蟲感染的滲出物

心事誰人知？有話儘管問！

「健康E-mail」專欄是由行政院衛生署家庭計畫研究所為本刊讀者所闢的園地，歡迎踴躍來信，我們將竭盡所能給予滿意的答覆，來信請寄：

台中市郵政47-8號信箱「教育訓練組」收

E-mail: cbsb@nts.tpifp.gov.tw

h3628148@ms15.hinet.net

本欄特約顧問：

晏涵文(國立師範大學衛生教育學系系主任)

陳炯鳴(台北醫院精神科主任)

陳智賢(開業婦產科醫生·生殖內分泌專家)

浸軟皮膚所引起之搔癢，像是黴菌引起乳酪狀的白色稠狀分泌物增加，只需潮濕的環境，或身體抵抗力較差的時候，例如月經前後、排卵期、懷孕、服用抗生素、肥胖或有糖尿病的婦女，感染的機會較多。而來自肛門的大腸桿菌或腸球菌，也很容易在上廁所、性交、更換衛生棉時，帶向陰道去，造成感染。至於陰道滴蟲，則是一種單細胞原蟲，多半經由性行為傳染；大量增殖的時候，會造成量多且具惡臭的陰道分泌物，呈黃綠或灰色。

其它造成女陰搔癢症可能的原因有接觸性皮膚炎、脂漏性濕疹、扁平苔癬、股癬、以及陰蝨等。平時的護理應局部保持乾燥，用清水沖洗外陰，忌用肥皂、消毒液或灌洗液，最好還是由醫師檢查，確定病原菌是那一種，再處方陰道塞劑及外用藥膏，對症下藥一定可以減輕這些不適的。

富貴手·香港腳

有一種古老的偏方，以天然植物及紫蘇為主的萃取液，我們稱它為**外用紫蘇液**。

歷經十年，贈送超過一萬人(次)的試用，結果令人滿意，一瓶30cc、300元的花費，讓您**遠離富貴手、香港腳**的痛苦。

彩雲植物研究中心

垂詢專線/ TEL: (049)420648/916308

FAX: (049)420647

劃撥帳號/ 020-28723

戶名/ 王昭光

