

# 更年期?

## 和荷爾蒙補充治療





# 更年期和荷爾蒙補充治療

更年期是指女性停經前後的一段日子，是一個自然的階段。女性一般到了四十五至五十五歲，卵巢功能便開始衰退，最後卵巢便會停止製造雌激素。一般而言，停經超過一年，才可說是絕經。有些婦女會感到身體不適，包括潮熱、晚間冒汗、失眠和煩躁等。

荷爾蒙補充治療可減低以上情況，但亦有一定的副作用。在開始接受荷爾蒙補充治療前，婦女應先諮詢醫生，了解荷爾蒙補充治療的利與弊。

## 有以下情況者不宜使用荷爾蒙補充治療

\* 對荷爾蒙補充治療有過敏反應

\* 未經診斷的異常陰道出血

\* 患靜脈血栓塞

\* 患急性肝病

\* 患有乳癌或子宮癌

\* 已被診斷患有心臟病

## 荷爾蒙補充治療的利與弊

- 有效地紓緩潮熱、夜汗等更年期徵狀。
- 減慢骨質疏鬆的速度。但一旦停止服用荷爾蒙補充治療，骨質亦隨之而流失。
- 改善思考及記憶能力，從而提升生活質素。
- 減低患上結腸癌的機會。

- ❁ 長期服用荷爾蒙補充治療，會增加患上乳癌的機會。
- ❁ 對仍保留著子宮的婦女，長期服用單一雌激素會增加患上子宮內膜癌的機會。
- ❁ 使用荷爾蒙補充治療，會提高靜脈血栓塞的風險。
- ❁ 患有心臟病的婦女不宜使用荷爾蒙補充治療。而暫時未有足夠數據證實對於絕經不久而開始接受荷爾蒙補充治療的婦女，會減低心臟病的機會。

## 荷爾蒙補充治療的種類

可分為單一雌激素、單一黃體激素和雌激素與黃體激素混合。備有藥丸、膠貼、陰道乳膏或凝膠等配方。請與醫生商討並選擇合適的配方。

## 荷爾蒙補充治療的副作用

- \* 周期性流血-對尚有子宮的婦女，服用後可能再有近似經期的流血現象
- \* 乳房脹痛
- \* 身體積水

## 使用荷爾蒙補充治療應定期進行檢查

如欲知道更多健康知識，請致電2833 0111 衛生署24小時健康教育熱線(廣東話、英語及普通話)或瀏覽衛生署家庭健康服務網頁 <http://www.fhs.gov.hk>

**FHS** 家庭健康服務

網頁: [www.fhs.gov.hk](http://www.fhs.gov.hk)

24小時資訊熱線: 2112 9900