

The Jean Hailes *Foundation* for women's health

荷爾蒙療法

什麼是荷爾蒙療法？

荷爾蒙療法 Hormone Therapy (HT) 或荷爾蒙取代療法 Hormone Replacement Therapy (HRT) 是一種藥物療法，混合女性荷爾蒙雌激素和黃體酮，有時加入男性荷爾蒙睪丸激素。

此療法可以用於舒緩與更年期激素水平下降 - 尤其是雌激素 - 相關的症狀，例如潮紅、陰道乾燥、應力性尿失禁、失眠和情緒波動。在不適應其他療法的情況下，HT 同時可以用來幫助患有骨質疏鬆的女性預防更多骨折的發生。

單獨的雌激素是給曾接受子宮切除女性的處方藥。對於仍然有子宮的女性來說，單獨服用雌激素會過度刺激子宮細胞，增加罹患子宮內膜癌的風險。同時服用黃體酮和雌激素可以降低此風險。黃體酮又名孕激素或孕酮，藥物為片劑或貼劑。

雌激素可以是片劑、貼劑、凝膠、植入劑、注射劑、膏狀或陰道栓劑。藥物的劑量和使用方法因個人需求而異，在尋找到理想的方法和劑量之前，可能需要不斷嘗試及更改。請尋求醫生的建議和監督。

HT 可能有哪些副作用？

有些女性會出現：

- 眩暈
- 飽脹感
- 乳房增大及不適
- 非月經期流血
- 體重增加
- 血凝結風險的增加
- 患心臟病和中風可能性的小幅增加（處於更年期和更年期前後階段的女性）。

什麼是「短期」HT 和「長期」HT？

短期 HT 是指通常進行一至五年的 HT。長期 HT 是指要進行五年或以上的 HT。對於很多女性來說，症狀都會在更年期的五年之內消失，因此通常都只需要進行短期 HT。

The Jean Hailes Foundation for Women's Health

Education Unit
PO Box 1108, Clayton South,
Victoria, Australia 3169
173 Carinish Road, Clayton,
Victoria, Australia 3168

ACN 092 915 618

tel (03) 9562 6771
toll-free 1800 151 441
fax (03) 9548 9120
email education@jeanhailes.org.au
web www.jeanhailes.org.au

荷爾蒙療法

我會不會由於使用HT而更有可能患上乳癌？

有些研究專門針對長期服用 HT 是否增加患上乳癌的可能性。其中一些研究顯示有小幅度的增加，而其他研究則沒有發現任何危險。任何關於服用HT的決定都是獨立的，並且應該讓每名女性先向醫生諮詢，瞭解她自身的風險、裨益、需要和疑慮，然後再作出決定。

請定期檢查你的乳房，並每兩年請醫生做一次宮頸塗片Pap Test。如果你超過50歲，那麼同時應該確保自己每兩年進行一次乳房X光檢查Mammogram（一項由「X光乳房普查服務」BreastScreen提供的免費服務 - 電話 132 050）。

在什麼情況下不應使用HT？

通常如果女性有：

- 乳癌史
- 子宮內膜癌
- 不明原因的陰道出血
- 血凝固障礙
- 曾經患有血管內血液凝結
- 曾經患有，或極有可能患有，心臟病或中風，包括糖尿病患者

但是，即便有以上其中一項，如果能夠很好地了解風險和裨益，HT仍然可能對一些女性有益。患有肝病、偏頭痛、癲癇症、糖尿病、膽囊疾病、纖維瘤、子宮內膜異位以及高血壓的女性，都應該在使用HT之前給予特別考慮。

我應該向醫生提出哪些問題？

在進行HT之前，同你的醫生探討你的選擇以及風險和裨益。一旦你開始使用HT，就需要在兩個月之後進行覆診，同時每年一次的身體檢查也是十分重要的。

哪些人可能從睪丸激素療法中受益？

睪丸激素療法可能對性慾降低且有疲乏感的女性有益，前提是這些症狀應與社會心理和/或感情因素無關。同時，對於更年期過早開始的年輕女性，以及卵巢摘除手術後的年輕女性，可能可以考慮將睪丸激素與HT同時使用。

睪丸激素通常是植入劑、注射劑或膏狀，並且通常是短期使用。睪丸激素可以單獨使用，或與雌激素和孕激素同時使用。但是目前還沒有任何針對女性的睪丸激素療法得到「治療產品管理局」Therapeutic Goods Administration (TGA) 的批准。

我要如何獲得更多諮詢？

www.jeanhailes.org.au
www.healthinsite.gov.au – HealthInsite
(02) 6289 8488