

一日，門診進入一位年莫五十來歲的病人，眉頭緊皺，有點不好意思開口地說：「醫生，最近我不知怎麼的，心情都很鬱卒，睡也睡不太好。」當我接著說：「是不是臉也一陣熱一陣熱，脾氣及莫名火很快上來，有時擔心一些有的沒的，較會受到驚嚇，有時候發完脾氣，自己也會不好意思？」這位病人一聽，睜大了雙眼，臉紅的說：「醫生，妳怎會算命？這麼厲害，我還沒說，妳就都知道了。」

其實不是醫生厲害，而是病人所說的和困擾的，正是停經症候群的典型症狀，隨著時代的進步，醫學已進入了預防醫學、保健醫學，一般人也較願意接受停經症候群的治療。其實，女性一旦邁入五十歲後，大部分人都面臨了卵巢萎縮，體內缺乏女性荷爾蒙的情形，有些病人則是因為手術卵巢、子宮的摘除，而比一般人更早面臨此一問題。

概略來說，停經症候群的症狀有如下幾種情形：

- 一、眼睛：視網膜黃斑退化，眼睛乾澀。
- 二、腦部：記憶力減退，老年痴呆症的產生。
- 三、皮膚：乾燥老化，皺紋增加。
- 四、血管舒縮症狀：熱潮紅、盜汗、失眠、心悸。
- 五、心臟：易得缺血性心臟病。
- 六、牙齒：牙齒脫落。
- 七、生殖道：陰道萎縮、乾澀、性交疼痛、感染增加。
- 八、泌尿道：尿道萎縮、頻尿、尿失禁、尿路感染增加。
- 九、骨骼：骨質流失、骨質疏鬆、骨折危險性增加。

這些症狀因人而異，有些人躁熱得厲害，所有症狀都沾上邊，有些人則沒有任何不適，只是抱怨腰酸得厲害，但為了預防骨質疏鬆症的產生，及停經後生活的和諧快樂，適度的荷爾蒙補充，實在是有其必要性。

或許有些病人又會問：「我聽某鄰居說，不要補充，補充太多會得乳癌、子宮癌，這甘有影？」其實這是無謂的煩惱，因目前荷爾蒙的補充製劑都是低劑量，且經過多年的使用，無安全上的顧慮，只要病人於就診時，先做好抹片、骨盆腔檢查，確定無任何婦科的腫瘤疾病，再將其本身的病史（如有無糖尿病、高血脂、乳房腫瘤等），及家族史（母親、姑母、姐妹是否有乳癌患者）告訴醫師，而且個人的服藥習慣（是否定時服用、或常會忘記服用），及主要不適的症狀，都是很重要的用藥參考，醫師自然會依個人不同的情形，給予最適當的製劑及服用方法，且服用後如有任何的不適、疑問、或出血等情形，也請再回診與醫師作更進一步的溝通討論。

所以停經症候群並不可怕，是我們女人生命中所必經的一段路程，經由妥善的治療，可使我們婦女朋友的生活，更健康有自信，生活品質也將更為提高。

郭怡利醫師簡歷

學歷：臺北醫學院醫學系畢業

經歷：臺北醫學院婦產科總醫師

經歷：臺北醫學院婦產科總醫師醫師

本會醫療網醫師