



經期疏

肥胖

毛髮旺盛

女士每月來經周期，偶有不準，時長時短，有些婦女長期月經推遲，她們不覺詫異，反而認為經期不來可減少不少困擾。

然而經期太疏落，對身體會有負面影響，而經期疏落的背後，可能潛藏疾病……

撰文：陳旭英
設計：張均賢



◀柴逸蘭醫生指出，卵巢多囊綜合症是一個內分泌失調疾病。

二

十八歲的潘小姐，經期一向不準，大約三十餘至四十日來一次經期，她都習以為常，亦沒有感到有甚麼不正常。

然而近半年以來，經期疏落問題愈見明顯，差不多六十日，即兩個月才來一次經。她意識到可能有問題，於是見家庭醫生諮詢一下。

「家庭醫生初步和我傾談了解情況後，沒有做特別檢查，但留意到我的表徵，估計我可能有卵

巢多囊綜合症，直接轉介我見婦產科醫生。婦產科醫生為我進行多項檢查，包括驗血和照超聲波，雖然我的卵巢卵泡數量正常，但催乳激素偏高，加上我的臨牀徵狀，確認我有卵巢多囊綜合症。」潘小姐說。

其實潘小姐除了經期疏落以外，她的外表上亦有一些徵狀，只是一向如是，所以她沒有特別為意。

「我自幼手脚毛髮比較密，但我見有些女性朋友都是如此，以

女性如患卵巢多囊綜合症，會影響排卵。

卵巢多囊綜合症？

為正常；我亦比較肥胖，身高一百五十七公分，體重六十七至六十八公斤，BMI屬超標；而且近半年我在經期前後，下巴位置都會出暗瘡，以前是沒有的……」潘小姐說。

內分泌失調疾病

養和醫院婦產科專科醫生柴逸蘭說，卵巢多囊綜合症是一個內分泌失調的疾病，非常普遍，每十位女士大約會有一、兩位患者，特別在月經失調女士身上，大部分都是由於這個原因導致。

事實上大部分患者都是因為經期失調而求診，經檢查後發現病情。「所謂失調即是經期來得較疏，周期沒有規律，輕微的可能比正常周期遲一至兩個星期，嚴重的可能每三個月才來經一次，俗稱四季經，甚至一年只來一至兩次經。」柴醫生說。

經期失調的求診者，從外表

上大約能夠分辨是卵巢多囊綜合症抑或其他疾病：一般卵巢多囊綜合症患者較肥胖，亦會因為男性荷爾蒙偏高，令面上有較多暗瘡、體毛較濃密。

柴醫生說，按現時醫學上的界定，符合以下三個條件中的兩個或以上，便確診卵巢多囊綜合症。

「第一項是月經疏落，第二項是血液或臨牀上有男性荷爾蒙過多的徵狀，包括多暗瘡及多毛，第三是超聲波檢查中發現卵巢增大或『多囊』。」柴醫生說。



▶▶患者常見體內男士荷爾蒙偏高，導致有多毛及多暗瘡等問題。



男性荷爾蒙偏高會影響排卵，但並不是所有卵巢多囊綜合症患者都有男性荷爾蒙偏高這病徵。柴醫生說在華人患者中，男性荷爾蒙偏高情況不多，相反外國患者就比較普遍。「華人患者通常因為經期不準，再加上超聲波檢查發現卵巢有很多不成熟卵泡，因而確診。」

二十五歲後確診

卵巢多囊綜合症患者通常在二十餘歲時開始經期不準。然而，一些少女亦會出現經期不準的情況，超聲波亦可能會發現很多不成熟的卵泡，不過因為少女的卵巢儲備一般比較好，有機會有較多卵泡，因此醫生不會在這時候就斷定她們患有卵巢多囊綜合症，會建議先觀察情況。不過

柴醫生說如果少女求診者經期疏落一直沒有改善，或出現其他病徵，就要見醫生再檢查及評估。

「一般會在病人整個排卵期系統成熟（即二十至二十五歲）之後，並符合上述三項中的兩項或以上病徵，才會確診為卵巢多囊綜合症。」柴醫生說。

除了因經期不準求診而發現病情，亦有些女士在計劃生育時，或夫婦經一段時間努力仍未能懷孕，求診進行檢查時發現患有卵巢多囊綜合症。

「經期疏，即比正常女性少排卵，會影響懷孕成功率。事實上不少女士可能有經期疏的問題，但她不會因此而去求醫，直到希望懷孕時才諮詢醫生，經檢查後發現患病。」

當婦女因經期疏落而求診，會如何處理？柴醫生說，會先為求診女士量度身高及體重，計算BMI（身高體重指數），因為內分泌失調而引致卵巢多囊綜合症人士都會偏向肥胖，而體重亦會直接影響患者經期；另外會檢查病人是否有太多毛、多暗瘡等表徵；然後進行婦科檢查，經陰道照卵巢超聲波檢查卵泡數量。

至於血液檢查，柴醫生說目

前沒有指標可以診斷是否有卵巢多囊綜合症，「血液檢查是一個輔助性檢查，去排除其他內分泌失調疾病，例如甲狀腺素、催乳激素等都會檢查。」

子宮內膜癌機會增

確診後如何治療？柴醫生說，卵巢多囊綜合症沒有根治性的治療，但可以控制，避免引起併發症。

「首先要控制體重，維持良好的BMI，超重的患者如成功減

◀患者有較高機會患糖尿病。



◀在生育期內的女士都有機會患卵巢多囊綜合症。

肥，經期疏落的情況會改善，並能減低併發症風險。」柴醫生說。

卵巢多囊綜合症如沒有好好控制，會有以下併發症：第一，子宮內膜增生，因為太長時間沒有來經的話，子宮內膜會愈來愈厚，增加病變機會，患上子宮內膜癌機會相對增加。第二，長遠會增加患糖尿病、高血壓、心臟病等風險。

柴醫生說，如果患者能夠減重，經期疏的問題會有一定改善。如果患者本身並不肥胖或體型偏瘦，減重對她沒有幫助，這類患者就需要服用藥物調理月經周期，一般患者可選擇需要時服「通經藥」，服後很快便來經。

如希望長期有穩定的經期及有避孕需要，建議服用避孕藥，內含抑壓男性荷爾蒙成份，同時可以控制暗瘡。

如果患者有生育需要，可以接受甚麼治療？柴醫生說，如果男女雙方的生殖系統沒有問題，一般會建議患者先控制體重，及

◀肥胖的卵巢多囊綜合症患者，如能減肥，經期疏的問題會有改善。



服用排卵藥。

但大約有一成服排卵藥的患者會出現抗藥性，對藥物沒有反應，這些患者就需要注射排卵針。

「排卵藥或排卵針的作用是催谷卵泡，令卵泡在正常時間內發育及排出。如果排卵周期回復正常，夫婦就可以掌握行房時機。」柴醫生說。

控制體重尤其重要

雖然藥物能夠改善徵狀，但無法治癒此症。

確診後是否就要開始服藥？柴醫生說因應病人情況而定，例如經期疏的情況不嚴重，大約三十至四十日來經一次，未必會影響子宮內膜增生，可以選擇不



患者需要驗血檢查荷爾蒙水平、催乳激素及甲狀腺素等，以排除其他內分泌失調疾病。

服藥。如患者一季來經一次，或一年只來經一至兩次的話，就需要服藥調理經期。肥胖人士更應注意體重及周期控制。

「很多時患者是因為內分泌失調引致肥胖，以及難控制其體重，她們對胰島素的反應亦較差，導致日後有較高風險患糖尿病，故控制體重十分重要。」柴醫生說。

有些嚴重超重的患者，可能需要進行外科手術紮胃，以控制體重。

三個月通經療程

至於是否一定要服藥，柴醫生說患者可與醫生商量，如果經期並不太紊亂，沒有太高風險、不肥胖，不一定要服藥。

藥物會有副作用嗎？柴醫生說通經藥是黃體酮，每次服七日，沒有太多副作用，患者較為接受。

如果希望經期穩定的話，可以服用避孕藥，個別人士服用避孕藥後，或有作嘔作悶的不適感，在未穩定的情況下，陰道亦

甚麼是AMH？

柴逸蘭醫生說，AMH (Anti-Mullerian Hormone 抗穆勒氏賀爾蒙) 是卵巢儲備數值。

女性出生時已決定了有多少卵巢儲備，之後每個月都會耗損一部分，隨着年歲增長，AMH數值會愈來愈低。

卵巢多囊綜合症患者的卵巢儲備會較高，所以她們的AMH會比一般同齡女士為高。但這個並非診斷指標，而是一個輔助性參考。

根據AMH水平，女性從出生到衰老可以分為四個階段，四個階段有不同AMH值供參考：

1. 兒童期 (0-10歲)

原始卵泡儲備明顯增加，AMH均值為 $3.09 \pm 2.91 \text{ ng/ml}$ ，並隨年齡增長而升高；

2. 青少年期 (11-18歲)

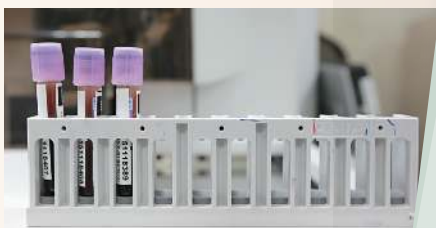
卵巢儲備達高峰，AMH均值為 $5.02 \pm 3.35 \text{ ng/ml}$ ；

3. 生育期 (18歲後)

卵巢儲備開始下降，AMH均值為 $2.95 \pm 2.50 \text{ ng/ml}$ ，並隨年齡增長而降低；

4. 耗竭期 (50歲後)

AMH均值 $0.22 \pm 0.36 \text{ ng/ml}$ ，不再受年齡影響。



▲ 患者或有需要定期驗血，監察荷爾蒙水平。

可能有微量出血，但服藥兩三個月之後開始穩定，其副作用會漸漸減低。

「服用避孕藥可能會有血壓高的風險，所以如果病人超重，必須先要減肥。我們要求病人覆診，就是希望給予病人有減重的動力。」

確診卵巢多囊綜合症的潘小姐，經醫生解釋各種藥物的效用及風險後，接受建議服用調經藥物，先試三個月。

「我服用調經藥一個月後便來經，暗瘡方面亦有改善，但暫時未知是否需要長期服用，要待三個月後覆診時再與醫生商討。」

► 患者如果經期太疏會處方「通經藥」，服藥後很快來經。

