

婦女如何面對 手術後停經症候群



文／門診部 主任 葉聯舜
婦產部 研究醫師 沈煌彬

婦女停經乃是老化的自然過程，當卵巢功能逐漸衰竭，終至停止排卵，於是進入永久停經。由於雌激素不足，於是會產生所謂停經症候群的不適症狀，包括熱潮紅、失眠、夜間盜汗、心情低落、生殖道萎縮、性功能降低等。約有半數婦女在更年期的數年中，會經歷這些程度不等的症狀。

造成停經的因素，除了前述老化的自然過程外，另有部分與醫療有關，例如因病情需要而開刀摘除雙側卵巢，以及接受化學治療或放射治療而導致卵巢衰竭等，都會驟然停經。這群婦女在更年期以前即提早面臨停經的問題，其臨床重要性及因應對策的考量，確有其與自然停經不同之處。

手術切除卵巢的常見原因

國內女性的停經平均年齡大約在50歲左右。尚未達到停經年齡的婦女，雙側卵巢若在手術當中因為病情需要而遭摘除，由卵巢所分泌的荷爾蒙濃度會急速下降，這與自然的停經情況類似，稱之為「手術後停經」。常見卵巢摘除的原因有婦科癌症治療或預防性摘除、卵巢腫瘤及膿瘍、子宮切除時附帶摘除等。根據統計報告，超過一半婦女的卵巢是在停經前被摘除的。

若是單純的子宮切除而保留單側或雙側卵巢，患者雖不再來月經，但卵巢仍會分泌荷爾蒙，因此不會出現停經症候群，不算是更年期。不過，臨床上有少數病人於單純的子宮切除後，可能會因為部分卵巢血流血管受損，影響血液循環，荷爾蒙分泌不足，導致停經症候群，好在通常過了一兩個月，待卵巢血液循環恢復，症狀即會改善。在這段過渡期，如果症狀嚴重，可借助短期補充雌激素來緩解症狀。其後，患者的卵巢功能隨著年齡增長而衰竭，過程與自然停經一般。

手術後停經的症狀與影響

「手術後停經」使得雌激素驟然降低，對一個年輕婦女的衝擊極大。研究指出，相較於自然停經的婦女，「手術後停經」者發生更年期症狀的比例高達9成，而且多半會更嚴重、症狀持續的時間也更久。雌激素對女性生理機能、新陳代謝與心臟血管皆有其正面的保護作用，越早停經，對健康越不利。並且，病人手術的時間距離自然停經的年齡越遠，荷爾蒙不足的時間越長，不舒服的症狀和後遺症也就越多。

很多證據顯示女性在更年期階段的抗凝血系統異常，主要是因為更年期會促使血管內的血栓形成，再加上其他更年期危險因子，諸如高膽固醇、低密度脂蛋白過高、不正常的血管上皮功能等，更會提高缺血性心臟病、心肌梗塞和中風的發生率。

可能出現的長期併發症

有些研究指出，「手術後停經」和自然停經相較，因為荷爾蒙不足的時間久，長期影響自然也比較大，諸如：心情低落的情況增加2.4倍；髖骨骨折機率增加2.7倍；如果停經年齡小於40歲，罹患骨質疏鬆和心血管疾病的機率也會大幅上升；在性功能方面，易使陰道乾澀和性慾降低。



荷爾蒙治療的方向與原則

補充荷爾蒙是緩解婦女更年期熱潮紅、盜汗、心悸、失眠、陰道萎縮乾澀、泌尿道萎縮等症狀最有效的方法。荷爾蒙療法已證明可降低停經後因骨質疏鬆症導致骨折，以及罹患大腸癌的危險。另有證據顯示，60歲以前使用荷爾蒙治療，可發揮保護心臟血管的功能，所以更年期的荷爾蒙療法應自初停經即開始，而且越早越好。治療原則如下：

- 手術後停經患者出現的熱潮紅症狀比自然停經的患者嚴重。如果病患在手術後沒有接受荷爾蒙治療，出現嚴重熱潮紅的機率更將大幅上升。
- 當子宮摘除後，不管是手術後停經或是自然停經，如果有熱潮紅或是生殖器萎縮症狀時，雖有必要補充雌激素，但無需補充黃體素，因為併用黃體素的目的是在於減少子宮內膜病變，子宮既已摘除，黃體素的角色便不復存在。此外，很多證據顯示，雌激素與黃體素併用比起單獨使用雌激素治療，不僅會升高罹患乳癌的風險，也無益於改善更年期症狀。因此，摘除子宮之後的更年期雌激素療法，不需要加上黃體素，唯一例外是嚴重子宮內膜異位症病患，在術後除了補充雌激素，若再加上一段時間的黃體素治療，或可避免子宮內膜異位症復發。
- 根據美國國家衛生研究院監督的WHI荷爾蒙補充治療研究顯示，接受子宮摘除術後的婦女，單純施以雌激素治療，不會增加乳癌的發生率，而且越早使用，對心血管的保護作用越明顯。
- 低劑量雌激素療法可用來減緩更年期症狀，也可以預防骨質疏鬆。為了保存骨本，低劑量雌激素療法須在術後停經發生之後及早介入，如果貿然

停用，骨質流失的速度會加快。低劑量雌激素療法可以減少50%以上罹患心血管疾病的風險。

- 雌激素塞劑或軟膏，可以改善陰道乾澀，但其主要是作用在局部，不會進入血液循環，因此無法改善全身性的更年期症狀，自然也無法取代口服的低劑量雌激素。
- 使用荷爾蒙治療前，所有婦女都應接受完整的評估及檢查。持續使用荷爾蒙治療的婦女，每年至少應接受1次定期檢查。醫師也應提供專業諮詢，讓婦女了解荷爾蒙療法的效益與可能風險。
- 婦女接受婦科手術前，務必先向主治醫師確認必須摘除和可能摘除的器官有哪些？如果卵巢確定有摘除的必要時，可以先跟醫師討論將來的後續治療。假設術後出現嚴重的更年期症狀，更要向婦產科專家求助，不要被坊間一些不正確觀念誤導而耽誤了就醫的黃金時間。🕒