

# 更年期和激素 常见问题



U.S. FOOD & DRUG  
ADMINISTRATION

## 什么是更年期？

更年期是女性生命周期终止后正常的自然变化。这就是为什么有人将更年期称为“生活的改变”或“改变”。在更年期，女人的身体会缓慢产生更少的雌激素和孕激素。这通常发生在45至55岁之间。当她连续十二个月没有月经时就进入了更年期。

## 更年期有哪些症状？

每个女人的经期都会在更年期停止。一些女性可能根本没有任何其他症状。当她们接近更年期时，您可能会有：

- 月经的变化—月经周期或者月经量可能会不同。
- 潮热（“潮热”）—脸，脖子或胸部感觉到潮热，可能有汗或无汗。
- 夜间盗汗可能导致入睡困难并感到疲倦，压力或紧张。
- 阴道变化—阴道可能变得干燥和狭窄，做爱时可能会疼痛。
- 骨骼变薄，可能导致身高降低和骨折（骨质疏松症）。

## 谁需要治疗更年期症状？

- 对一些女性来说，这些变化中的很多症状都会在一段时间内消失而不用接受治疗。
- 一些女性会选择适合自己的治疗方法来防止骨质流失。如果您选择激素治疗，可单独使用雌激素或雌激素孕激素（对于仍然有子宫的女性）。

## 什么是更年期激素治疗？

更年期激素水平降低可能导致潮热、阴道干燥和骨质疏松。为了帮助解决这些问题，可以给女性开雌激素或雌激素加黄体酮（另一种激素）。和所有药物一样，激素疗法既有好处也有风险。和您的医生、护士或药剂师讨论激素疗法。如果您决定使用激素疗法，请以有助于治疗的最低剂量使用它。并且要在需要的最短时间内使用激素。

### 谁不应该服用激素治疗更年期症状？

女性：

- 认为他们怀孕了。
- 有阴道出血问题。
- 患有某些类型的癌症。
- 曾经中风或心脏病发作。
- 有血栓。
- 患有肝病。

## 使用激素疗法治疗更年期有什么好处？

- 激素疗法可能有助于缓解潮热，盗汗，阴道干燥或性交困难（性生活引起的疼痛）。wwwv
- 激素可能会减少骨骼变薄，脆弱的可能性（骨质疏松症），骨质疏松症使骨骼很容易折断。

## 使用激素疗法有什么风险？

对于一些女性来说，激素疗法可能会增加她们患血栓、心脏病、中风、乳腺癌和胆囊疾病的几率。对于有子宫的女性来说，雌激素会增加患子宫内膜癌（子宫内膜癌）的几率。添加黄体酮可以降低这种风险。

# 更年期和激素

## 我应该使用激素疗法治疗更年期症状多长时间？

- 您应该与您的医生，护士或药剂师讨论。
- 更年期症状的治疗方案应由您的医疗保健提供者决定，因为有许多不同的美国食品和药物管理局批准的激素可用于治疗更年期的症状。

## 我用什么激素来治疗更年期症状会有什么不同吗？

是的。美国食品和药物管理局建议女性使用美国食品和药物管理局批准的激素疗法。美国食品和药物管理局批准的激素疗法的安全性和有效性都通过了评估。

## 复合的“生物同质激素”是否比美国食品和药物管理局批准的更年期激素疗法更安全或更有效？

被称为“生物同质激素”的许多市售产品都是未经美国食品和药物管理局批准的复合药物。美国食品和药物管理局没有证据表明复合的“生物同质激素”比美国食品和药物管理局批准的激素治疗更安全有效，或更安全或更有效。

美国食品和药物管理局已批准含有与育龄女性自然产生的激素相同的激素的药物。

## 雌激素三醇是“更安全的雌激素”吗？

美国食品和药物管理局没有证据表明含有雌三醇的药物是安全有效的，或者是“更安全的”雌激素。“美国食品和药物管理局未批准含有雌三醇的药物。市面上含有雌三醇的药物是未经美国食品和药物管理局批准的合成药物。

## 美国食品和药物管理局是否批准了其他更年期治疗方法？

是的。2013年，美国食品和药物管理局批准了：

- 非激素治疗，用于绝经相关的中度至重度潮热。
- 治疗由于绝经引起的阴道变化而引起的中度至重度的性交困难（性活动引起的疼痛）的药物。

## 草药和其他“天然”产品可用于治疗更年期症状吗？

目前，美国食品和药物管理局不知道草药或其他“天然”产品是否有用或安全。

## 我应该用雌激素来预防骨质疏松吗？

是的，但是还有其他药物和其他可以帮助骨骼的方法。与您的医疗保健提供者讨论这些方案。

## 我应该使用激素疗法来保护心脏或预防中风吗？

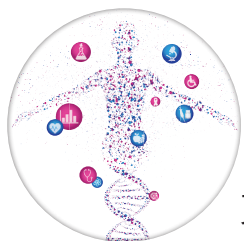
不，请勿使用激素疗法来预防心脏病或中风。

## 我应该使用激素疗法来防止记忆丧失或阿尔茨海默病吗？

不，不要使用激素疗法来防止记忆丧失或阿尔茨海默病。

## 荷尔蒙能防止衰老和皱纹吗？或者能增加我的性欲？

没有研究表明激素疗法可以防止衰老、皱纹或增加性欲。



欲了解更多信息：请咨询美国食品和药物管理局女性健康办公室

[www.fda.gov/menopause](http://www.fda.gov/menopause)