

Menopause & Menopause Hormone Therapy



更年期荷爾蒙治療 (MHT) 的5個W

2. 什麼是更年期荷爾蒙治療？

更年期荷爾蒙治療，傳統上也稱為荷爾蒙替代療法 (HRT)，有助於緩解更年期症狀並保護您的健康。更年期荷爾蒙治療有多種形式，包括：

- 口服藥片
- 貼片
- 噴霧
- 凝膠
- 陰道乳膏、凝膠、藥片及環

您的醫療專業人員會根據您的需求和健康史，幫助您做最適合的選擇。



3. 更年期荷爾蒙治療應該何時開始與停止？

- 開始：通常，當更年期症狀變得令人困擾時，就會開始使用更年期荷爾蒙治療。對於提早停經或早發性卵巢功能不全的女性，建議在確診後就開始使用更年期荷爾蒙治療，以保護其長期健康。
- 停止：更年期荷爾蒙治療並沒有預設的停止時間。這取決於您需要緩解症狀的時間長短。您和您的醫療專業人員將根據您的健康狀況共同決定最佳的停止時間



5. 您可以在哪裡獲得更年期荷爾蒙治療？

更年期荷爾蒙治療可以透過醫療專業人員取得。在某些地區，特別是在中低收入國家，獲取更年期荷爾蒙治療的途徑可能有限。與精通更年期並能引導您了解各種選擇的醫療專業人員進行討論非常重要。

儘管在世界部分地區，更年期及更年期荷爾蒙治療(MHT)已是眾所周知，但在某些地區仍然受到很少的關注，甚至充滿爭議。這也是我們選擇將其作為今年世界更年期日（10月18日）官方主題的原因。我們的目標是確保為您提供基於實證的資源，使您能夠做出充分知情的選擇。

1. 誰適合使用更年期荷爾蒙治療？

如果您在更年期期間經歷困擾的症狀，您的醫療專業人員（醫生、護士等）可能會建議您使用更年期荷爾蒙治療，這些症狀包括：

- 熱潮紅：突然的熱浪
- 夜間盜汗：半夜醒來時汗流浹背
- 陰道乾澀：可能導致性行為不適
- 尿道問題：如頻繁或急迫排尿的需求

更年期荷爾蒙治療對於提早進入更年期（45歲之前）或患有早發性卵巢功能不全（40歲之前停經）的女性也非常重要。這些女性可能不一定會出現症狀，但更年期荷爾蒙治療能幫助保護她們的骨骼、心臟和大腦。

4. 為什麼更年期荷爾蒙治療很重要？

更年期荷爾蒙治療很重要的原因在於：

- 緩解更年期症狀：如熱潮紅、夜間盜汗和陰道乾燥。
- 保護您的骨骼：有助於預防骨質疏鬆症，這是一種使骨骼脆弱且更易骨折的疾病。
- 維持心臟健康：更年期荷爾蒙治療可能會降低某些女性罹患心臟病的風險（但尚未獲得此項適應症的許可）

然而，更年期荷爾蒙治療並不適合所有的人，因為它存在一些小風險，包括：

- 乳癌
- 血栓
- 中風

這些風險會依據您的健康狀況、年齡及使用更年期荷爾蒙治療的時間長短而有所不同，因此，與您的醫療專業人員討論更年期荷爾蒙治療是否適合您是非常重要的。

有關更年期荷爾蒙治療5W的更詳細資訊，請通過此連結和二維條碼獲取



World Menopause Day