



# 更年期與女性荷爾蒙的認識

更年期是女性必經的人生階段，35歲以後卵巢功能逐漸衰退，45~52歲由於女性荷爾蒙分泌逐漸減少，可能會產生熱潮紅、出汗、陰道乾澀萎縮、焦慮、睡眠障礙及心情低落等情形稱之為更年期。

## 一、更年期症狀

				
熱潮紅	出汗	焦慮煩躁	虛弱	失眠

## 二、有無使用荷爾蒙之分別：

圖片來源:衛生福利部國民健康署

	使用荷爾蒙	未使用荷爾蒙
優點	減輕更年期不適 降低骨質疏鬆風險	無藥物副作用
缺點	陰道微量出血 血栓、乳房腫脹	熱潮紅、出汗、陰道乾澀、 失眠、骨質疏鬆
禁忌對象	乳癌 中風、心肌梗塞 血栓病史 子宮內膜癌 嚴重肝疾病	無
注意事項	1. 每年乳攝、乳超檢查 2. 多喝水	每2年骨密檢查

如您對更年期與女性荷爾蒙的認識

內容瞭解請簽名

病人或家屬簽章

日期