

萬芳醫院張宇琪醫師提醒，斜槓媽媽壓力大要小心卵巢提早衰退

39 歲林小姐身兼家庭與工作責任，是名符其實的「斜槓媽媽」，現為公關行銷公司的中階主管，常常需要加班和應酬，回家還得顧小孩，簡直壓力纏身，常常陷入事業家庭兩頭燒的窘境。



因為工作壓力大，一年前開始，林小姐的月經時來時不來，到最近 3 個月，月經更是完全沒有來，原以為又再次懷孕或只是一時經期不順，但隨著時間過去，月經毫不見蹤跡，脾氣還越來越暴躁，更出現頻尿、健忘等症狀，只好求診婦產科，經抽血檢查確診為早發性卵巢衰竭，也就是提早邁入更年期。

萬芳醫院婦產科主治醫師張宇琪醫師表示，林小姐的 AMH 值只有 0.01，FSH 值為 78.15，雌激素小於 20。一般來說，AMH 值應為 2~5，林小姐的數值顯示她的卵子庫存量已嚴重衰退，是相當典型的卵巢早衰。會出現卵巢早衰大多與遺傳、患有免疫疾病、環境汙染以及壓力有關，隨著現代人壓力越來越大，以及環境賀爾蒙的影響，這一、兩年來，門診因卵巢早衰而求診的病人已上升 2~3 成。一般婦女停經歲數平均在 48~52 歲，若卵巢提早衰退，卵巢將停止排卵，造成不孕；而雌激素急速下降，會出現荷爾蒙缺乏的更年期症狀。【左圖：萬芳醫院婦產科張宇琪醫師門診情形】

已生育的婦女也別以為卵巢早衰沒關係，以林小姐來說，若不治療人生有近一半時間在過停經缺乏賀爾蒙的日子；且卵巢早衰後，因雌激素提早減少，使得骨質退化的時間變早，老年後骨質疏鬆的情況會更嚴重。長遠來看，卵巢早衰患者比一般婦女提早了 10 年左右的老化，將嚴重影響心血管、生殖泌尿（急尿、頻尿、漏尿）、骨質疏鬆及新陳代謝異常（三高）以及早發性失智症，因此出現卵巢早衰還是盡早就醫。



張宇琪醫師表示，治療卵巢早衰，以補充生物等同性荷爾蒙為主，而非使用合成的賀爾蒙，依照每個病人狀況不同，醫師會進行個人化劑量調配，約 3 個月回診一次調整用藥，更年期的不適通常在補充之後都可以有明顯改善。（文/萬芳醫院）

【右圖：卵巢若提早衰退，卵巢將停止排卵，造成不孕】