



责任编辑:蓝旭  
版式设计:林珊

出版单位:每周文摘报社  
主管单位:福建日报社  
主办单位:每周文摘报社  
协办单位:福建省计划生育协会

咨询热线:400-991-2221  
投稿邮箱:fujianwsb@126.com

# 福建卫生报

## 更年期被污名化 仅10%的女性就诊

□本报记者 林颖

“有个更年期的女上司,简直是灾难。”

“一大早不知道又在发什么神经,更年期的女人就像个疯子。”

很长一段时间里,“更年期”这个词在大众的日常交流中或影视剧中,成为代表着歇斯底里、易暴易怒、不可理喻的污名化标签,甚至是一个骂人的词语,因此很多女性本能地抗拒这一说法。

殊不知,更年期是女性一生的必经阶段。因为缺乏了解,每当它悄然来临时,无论是妈妈或身为家人的我们,都显得手足无措、毫无应对。

### 01 被更年期击倒的女性

没有人相信,更年期会直接击倒一个人,但这种情况真实存在。

几年前,在福建省立医院中医科工作的李红主任医师开设了中医更年期门诊。

20多年前遇到一个更年期女性始终让她印象深刻。

那会刚参加工作,李红在病房遇到了更年期综合征患者王女士。之所以留意,是因为她总是没来由地抱怨全身不得劲,却说不清具体哪不舒服;感觉非常虚弱,多动或者多走走,就觉得不耐疲劳。时间久了,爱人发现王女士的情绪越来越低落,甚至有轻生的念头。于是,爱人几乎放下自己的工作,一直陪在她身边。

那时,医生们对更年期综合征的认识还比较粗浅,基本以对症治疗为主。王女士住了一段时间,没有特别的症状,就出院了。

过了一阵子,再遇到王女士爱人时,李红问起了王女士的近况。

他眼泪簌簌直掉:“我已经非常注意了,但凡出门,都把家里的门窗仔细检查,排除隐患,但没有想到,她用我的领带结束了自己的生命。”

这件事,给刚工作不久的李红很大的冲击,以至于现在接触到更年期综合征患者时,她都时常想起这个病人,“一直在警醒我,医生有很大的义务和责任去帮助她们,避免悲剧的发生”。

提到更年期,很多人的固有观念就是月经的消失和爱生气。

与大众印象里简单的情绪暴躁不同,现代医学已经发现了一百多种与更年期综合征相关的症状,如睡眠障碍、记忆力下降、脾气暴躁、潮热出汗、骨关节疼痛,甚至包

括阴道干涩、高血压、假性心绞痛等。

还有研究表明,更年期女性的抑郁症发生率在30%以上。这意味着,在一栋普普通通的居民楼里,有数个中老年女性正在经历或者曾经忍受更年期抑郁。

虽然并非所有经历过更年期的人都会出现上述症状,但超过80%的更年期女性,的确会出现一种或多种更年期症状,其中近一半的女性达到中度、重度。有的人更年期可能只需要一两年,有的人则持续长达十年。

### 02 能来医院就诊的只有10%左右

与广泛的发病程度相对的是,人们对女性更年期的生理过程认知极为不足,出现相关症状的女性就医率相当低下。

2020年,上海妇幼保健中心杜莉等人对上海某社区3147名40~60岁的女性更年期症状的就医行为进行的调查显示,只有大概四分之一的女性会走进医院看病,剩下的女性都在沉默中忍耐。

忍忍就过去了,是许多人对更年期综合征认知的一个常见误区,李红感同身受。

“据统计,我国40~65岁的女性大约有2亿人,她们中多数人即将或正经历着更年期,但是她们中能来医院的只有10%左右。在平时的接诊中,可能10个女性患者中,只有1个是来看更年期问题。”

即便会来医院就诊,因为缺少对更年期综合征的认识,跑错科室的事时有发生。

今年48岁的黄女士,被更年期问题困扰了3年。潮热、盗汗、失眠、骨痛……这些症状一项一项轮番折磨她。



开始时,家人非常关心她,有不舒服就带她看医生,看过内科医生、心理医生、骨科医生,到医院做了各种检查,吃了一大堆药,问题没有解决。时间一长,家人的耐心被消磨完了,她自己也面容憔悴,无精打采。

最后,她坐着轮椅来妇科内分泌门诊就诊,被确诊为更年期综合征。用药治疗后,黄女士彻底换了样,病痛好了,脾气好了,整个人状态年轻了,家庭也更和睦了。

黄女士的情况并非个例。

“很多中老年女性是兜兜转转了三四个科室,最后才转到妇科来治疗。”福建省老年医院妇科主任医师朱丹华告诉记者,女性往往将更年期症状归结为神经衰弱、心肺功能、脑血管或骨科问题,错跑到神经内科、心血管内科、骨科就诊的比比皆是。

朱丹华认为,相关专科医生拥有一定的更年期综合征知识极为重要。由于这个学科在中国发展时间短,属于新兴学科,有相关经验的医生并不多,临床经验较为丰富的医生,会向妇科内分泌科或中医更年期专科转诊病人。

如果相关科室的医生没有敏感度,患者就会延误治疗,半年一年都有可能。

### 03 激素治疗的两难境地

更年期女性之所以会出现各

种更年期症状,根源在于更年期阶段体内激素的波动。

在国际上,目前针对更年期综合征的主流治疗方法还包括绝经激素治疗,即以补充雌激素为核心的综合疗法。

朱丹华表示,更年期综合症的激素替代治疗,不仅近期可以缓解更年期症状,远期还可以降低老年性骨折和心血管的发生率,因此利远大于弊。

目前,中国的绝经激素治疗还处于初步发展阶段,使用的医生和病人都不多,在各项数据中,不到接受更年期综合征治疗患者的5%。

一方面,是因为畏惧心理。“一提到激素,很多人就联想到激素会有很多的副作用,比如引起肥胖,还有对胃肠道的刺激等。”李红说。

另一方面,绝经激素治疗也存在一定的风险,比如激素对于乳腺癌的影响。不过,患者如果确实有激素替代治疗的需求,可以通过与专科医生的沟通,来解决用药方面的顾虑,而不是完全地排斥这种治疗方式。

激素替代治疗是治疗更年期综合征的重要手段,但不是唯一手段。治疗更年期综合征需要综合措施,每个人的情况不一样,需要医生根据具体情况调整。

(下转4版)