

遇疑難 話我知

進入更年期。如果只是經期周期疏落，例如三個月、四

► 女性在進入更年期時都有不少疑問，例如有何徵狀，如何處理等。

停經一年正式更年期

題，還是其他的婦科病症，因為四十三歲這個年齡，並不是常見的更年期歲數。

另一位病人張女士已屆五十四歲，已婚，有兩名兒女，獨力經營時裝店，最近因頭暈來見醫生，並透露因工作繁忙而致月經失調，而且精神很緊張，經常會手心冒汗，更有時法控制情緒，痛罵下屬，朋友指出她可能更年期到，更是令她心神不寧，人像很煩躁似的，這是否是更年期到的徵狀嗎？

「聽說更年期到，要服甚麼藥液，有用嗎？」張女士非常擔憂地說。

趙志輝說，很多人錯誤地理解解上更年期在心理及生理上的變化，

A photograph of a woman with short brown hair, wearing a light blue long-sleeved top, sitting outdoors under a clear blue sky. She is looking upwards and to the right with a thoughtful or stressed expression, her right hand resting against her temple. To the right of the image, there is a vertical column of large, bold, gold-colored Chinese characters reading '更年期' (Menopause). The overall composition suggests a theme related to women's health and the challenges of menopause.

或荷爾蒙失調

面紅滾燙 潮熱難受

「醫生，我真是更年期到嗎？聽說更年期會有潮熱的情況，但我沒有啊，只是間中冒汗；但我這陣子精神真的十分差，除了睡不安寧外，亦會經常心緒不寧，人像很煩躁似的，這是更年期到的徵狀嗎？」

「聽說更年期到，要服甚麼口服液，有用嗎？」張女士非常擔憂地說。

經不再來為止。

多次才能確定。

如病人年輕，沒其他病徵，因荷爾蒙失調引致經期紊亂機會較大，醫生會安排病人抽血檢查雌激素水平。如是更年期，腦下垂體分泌的蛋白質荷爾蒙 F S H 水平會上升。不過趙醫生說，單一次的驗血未必能判斷，或要經

病歷及

進入更年期。如果只是經期周期疏落，例如三個月、四個月才來一次月經，未算是正式更年期。」趙醫生說。

女性以沒有月經來判斷是否進入更年期，但趙志輝醫生指出，月經受着荷爾蒙影響，而女性的荷爾蒙水平是有上有落，當接近更年期時便愈來愈低，到停經一年，才算是更年期。

「如這一年來經期疏落，有兩個可能性，第一是快到更年期，第二是荷爾蒙失調致經期紊亂。要釐清是哪一種，需要追查

◀ 趙志輝醫生指出，女性更年期會出現生理及心理變化，只要正面面對，便能很容易度過。

「飄忽」，「唔……有時個半月來一次，有時兩個月，有次更是三個月才來；有時來五日，有時來兩日，最近一次更是探訪一天就bye bye，量又像是愈來愈少似

早退休，所以擔心自己會提早收經，提早更年期到。

醫生表示明白陳小姐的憂慮，於是再問清楚陳小姐慣常的月經周期，是每二十八天一次，

2013·02·06 東周刊 9

早退休，所以擔心自己會提早收經，提早更年期到。

2013·02·06 東周刊 9

