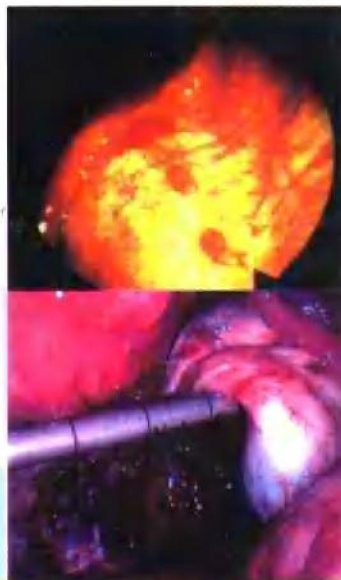


妇女更年期及 子宫内膜异位症之谜

〔新加坡〕连亮思 著

☆写给痛经和
不孕的妇女
☆形成的理论
☆治疗的方法



• 写给更年期的妇女

该服用荷尔蒙

及妇科问题

科学普及出版社

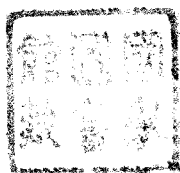


99
R588.6
2
2

妇女更年期及 子宫内膜异位症之谜

[新加坡] 连亮思 著

X4950/17



科学普及出版社



3 0103 5243 7

图书在版编目 (CIP) 数据

妇女更年期及子宫内膜异位症之谜/ (新加坡) 连亮思著.
- 北京: 科学普及出版社, 1998. 8
ISBN 7-110-04501-3

I. 妇… II. 连… III. ①妇女-更年期②子宫内膜异位症
IV. R711. 71

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 22303 号

科学普及出版社出版

北京海淀区白石桥路 32 号 邮政编码: 100081

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

电话: 62179148 72173865

北京市宏远兴旺印刷厂印刷

*

开本: 850 毫米 × 1168 毫米 1/32 印张: 6.5 字数: 156 千字

1998 年 9 月第 1 版 1998 年 9 月第 1 次印刷

印数: 1-5000 册 定价: 15.00 元

(凡购买本社的图书, 如有缺页, 倒页、
脱页者, 本社发行部负责调换)

编者的话

妇女更年期和子宫内膜异位症,是关系到广大妇女的健康与生活幸福的重要问题,这本由新加坡著名妇产科专家连亮思先生所撰写的《妇女更年期及子宫内膜异位症之谜》,是连先生于 1996 年所写《黄金岁月》和 1997 年所著的《子宫内膜异位症之谜》两书合并而成的。

连亮思先生是一位妇产科医生,早年毕业于新加坡大学医学院,后又到英国皇家妇产科学院学习,1975 年成为国际外科学会的高级院士,1989 年被英国皇家妇产科学院选为高级院士,现担任新加坡妇产科学会副会长,长期从事妇产科的工作和研究,特别是在内视镜手术方面积累了丰富的实践经验和理论。在这本书中,他对妇女更年期的问题提出了“预防胜于治疗”的治疗思想,对解决关系妇女健康、社会进步的至关问题提出了中肯的见解。同时较详细、认真、科学地阐述了有关子宫内膜异位症的形成、治疗和由痛经、不孕而影响妇女生活的诸多问题。

在本书的编辑过程中,为便于中国读者的阅读,我们将因地域和习惯而出现的不同的语言方式或医学名词,更定为中国现在统一使用的语言名词。对极少部分不适于中国的内容予以删除。但我们力求尽力保持原书的面貌和风格,对于连先生的医学思想和治疗方法,将全面地介绍给广大读者。

当今社会是一个信息社会,信息共享是历史的发展趋势和人类文明的进步。我们希望通过此书的出版,进一步增进不同区域、国家、人民的科学、文化交流,为共同迈进 21 世纪而作出贡献。相信这本书对广大医务人员和妇女同志,特别是处在更年期和患有

子宫内膜异位症的妇女有更大的帮助,这将是一件非常有意义的事情。

在编辑本书的过程中,难免有一定问题和不足,希望广大读者给以批评指正。

1998年6月28日 北京

黄金岁月

THE GOLDEN YEARS ~ HORMONE REPLACEMENT THERAPY FOR WOMEN

壽而康

丙子春月

邵少康



目 录

编者的话

黄金岁月

第一篇	原书的前言	1
第二篇	更年期	4
	一、背景	4
	二、定义	9
	三、生理的变化与症状	12
	四、中年危机	16
	1. 社会与文化背景	17
	2. 妇女的个性及心理状况	17
	3. 卵巢荷尔蒙的退化	19
第三篇	荷尔蒙	20
	一、背景	20
	二、用途	23
	1 潮热	23
	2 生殖及泌尿系统的萎缩	25
	3 皮肤及口腔表皮	25
	4 情绪的变化	26
	5 性欲	28
	6 骨质疏松症	28
	7 心血管疾病	36
	8 脂质新陈代谢	39

第四篇	癌症	40
	一、子宫内膜癌	40
	二、乳癌	43
	三、卵巢癌	46
	四、子宫颈涂片检验	48
第五篇	循环系统	51
	一、血栓栓塞	51
	二、高血压	52
第六篇	妇科问题	54
	一、出血、子宫肌瘤、失禁	54
	二、切除子宫	58
	三、性生活	62
第七篇	药物	64
	一、副作用与禁忌	64
	二、药物种类	65
	三、服用荷尔蒙时应该注意的事项	69
	四、其他治疗更年期的药物	70
第八篇	总结	73
	一、更年期妇女是否有服用雌激素的必要	73
	二、个别病情的更年期妇女是否适合服用雌 激素	74

子宫内膜异位症之谜
原书的序

第一篇	子宫内膜异位症.....	81
	一、十分之一的妇女患这种疾病	81
	二、定义	81
	三、最常见症状	82
	四、不易诊断的疾病	82
	五、不易断根	83
第二篇	子宫内膜异位症之谜.....	84
	一、并非少见的疾病	84
	二、对这种疾病无知、不够警觉.....	84
	三、医学之谜	85
	四、错误的观念	86
第三篇	什么是子宫内膜异位症.....	90
	一、子宫的构造	90
	二、月经与子宫内膜异位症	90
	三、子宫肌腺病/内部子宫内膜异位症.....	92
	四、外部子宫内膜异位症	92
	五、卵巢子宫内膜异位症	93
	六、子宫内膜异位症会产生什么样的症状呢?	95
	七、相似的病症	96
	八、结论	98
第四篇	形成子宫内膜异位症理论.....	99
	一、子宫内膜增生	99

二、由体内成长	101
三、免疫系统不健全和遗传疾病	103
四、环境中的毒素	103
五、综合因素	104
第五篇 如何诊断子宫内膜异位症	106
一、典型的病症	107
二、病历	109
三、身体检查	110
四、辅助检查	110
五、血液检查	111
第六篇 你的子宫内膜异位症是哪一类	113
一、最常受影响的器官	114
二、典型的子宫内膜异位症	115
三、其他种类的子宫内膜异位症	115
第七篇 如何治疗子宫内膜异位症	121
一、观察	122
二、药物治疗	122
三、手术治疗	123
第八篇 医药治疗	125
一、避孕药丸	127
1、黄体素	128
2、雄腺激素(Danazol)	129
四、Gestrinone	130
五、性腺释放荷尔蒙(GnRH)	131
第九篇 外科治疗	135
一、手术方法	136
二、手术程度	136

三、使用特别仪器	139
四、并发症	140
第十篇 腹腔内视镜	142
一、用来诊断	142
二、用来治疗	143
三、内视镜的历史	144
四、新加坡内视镜的发展	144
五、手术名称	145
六、内视镜手术的好处	146
七、手术前要注意什么?	146
八、手术的情况	147
九、治疗的手术方法	149
十、激光种类	150
十一、如何治疗各种疾病	151
十二、总结	152
第十一篇 不孕症	154
一、不利因素	154
二、不孕的定义	156
三、治疗方法	156
四、治疗结果	157
五、怀孕后的问题	158
第十二篇 其他的治疗方法	160
一、营养均衡	161
二、运动	162
三、其他减低压力的方式	163
四、如何应付疼痛	164
五、总结	166

第十三篇 少女的内膜异位症·····	167
一、年轻少女也能患这种疾病·····	167
二、不易被诊断·····	167
三、原因·····	168
四、尽早诊断是非常重要的·····	168
五、妇科检查·····	169
六、治疗的方法·····	170
第十四篇 停经前后的异位症·····	171
一、病征·····	171
二、诊断·····	171
三、治疗·····	172
四、原因·····	173
五、骨质疏松症·····	173
第十五篇 如何应付疾病·····	175
一、还有其他治疗方法·····	175
二、免疫系统·····	176
三、互助会·····	176
四、国际子宫内膜异位症协会·····	177
五、十三种应付方法·····	178
第十六篇 总结·····	181
附录： 中英名词对照·····	183
后记·····	188

第一篇 原书的前言

世界卫生组织的口号是：把生命注入你的寿命。这并不是单单希望大家能多活几年，而是希望大家长寿，而且也生活得丰富。

本世纪的妇女，比过去长寿。虽然如此，发展中国家的一些妇女还很难活到更年期之后。

以我的家庭成员来说，大妈在 30 多岁就因疾病死亡。我的一个妹妹，小小年纪就患了急性肺炎，不到 2 岁死在越南。

由于社会的进步，医药的发展，现代妇女很多都能活到更年期之后。根据新加坡卫生部的最新资料，这里的妇女平均寿命已达到 78 岁，她们 1/3 的生命是在更年期之后度过的。

然而，长寿的妇女，仍然面对许多老年人的疾病，特别是心脏病、脑溢血、骨折及癌症等致命的疾病。

治疗这些疾病的费用惊人，对家庭和社会都是个负担。

而且这些疾病往往使人卧床不起，连日常生活都没法自我照料，更谈不上使生活过得丰富多彩。

骨质疏松症一般是由于更年期后缺少雌激素而引起，它常常会造成骨折，尤其是影响到脊椎骨及髋骨，直接影响她们的行动和健康。

进入中年的妇女，也面对各种更年期症状，以及感受到所谓“中年危机”。人生到达这个阶段，往往会有许多失落感。

这是妇女生命转变的新阶段。

过去,对于更年期,医生所关注的主要还是精神方面的问题,特别是情绪的变化,如沮丧、失眠、疲倦、紧张、忧郁等等心理问题。

现在则关心因长期缺乏雌性激素而出现的表皮萎缩、骨质疏松、心血管疾病等。

“预防胜于治疗”,对于更年期的妇女,有更大的效果,统计数字显示,各种疾病的发作及死亡率都大大地减少。

许多妇女也越来越了解到服用雌性激素的重要。可是市场上有关这方面的书籍并不很多,写给受华文教育的妇女的中文书,更是寥寥可数。

最近我在一个座谈会上,演讲有关生产的课题,讲过之后,许多听众都热烈地发问,使我受到很大的鼓舞,并且也知道许多妇女都关心自己的健康。

行医这么多年,谈到服用雌性激素还是近几年的事。许多妇女都想知道荷尔蒙的好处,当然更关心它的副作用。在诊所里,医生很难把许多问题一一作答。

本部分希望能为妇女们解答有关更年期所面对的问题,特别是服用雌性激素的利和弊,并且让妇女自己做个决定如何从中得到最大的好处。

本部分的引证都是根据医学杂志所发表的资料而写的。

我花了许多篇幅讨论雌激素的用途。在讨论它的用途时,我尽量把不同的意见告知读者,让她们知道有许多问题并不是那么简单的。

妇女所关心的是:服用雌激素是否会引起癌症。现在认为,正确地服用雌激素,对子宫没影响,至于对乳房,医生的意见不一。

医学是不断进步的,我们在不断地追求新知识,特别是关于雌激素的药物,医生也在继续寻找更好的雌激素,更好的黄体素,更新的非荷尔蒙药物,以及更新的服用方法。

医生们也要寻找许多答案,如服用激素的最适剂量、最适时间、副作用以及如何去预防它。总之,医生的目的是让妇女有更幸福的生活。该项研究工作还在继续进行。

更年期的妇女,从现代医学来说是属“中年”。所以我以“黄金岁月”为名,并请书法家邱少华先生题字“寿而康”赠给各位读者。

第二篇 更年期

一、背景

现代的妇女,一般比 100 多年前的妇女寿命要长,她们的平均寿命能达到 75 岁。以 50 岁为停经期来说,1/3 的生命是在停经之后度过的。过去几十年来,医生们对于所谓“更年期”或称“停经期”有了更深的认识。严格来说,最后一次月经的前后几年都叫做“更年期”,而“停经”只是指最后一次月经。

几千年来,妇女本来是可以像现在这样长寿,但是由于儿时的各种疾病,加上生产死亡率高,以及其他各种原因,使大部分的妇女,在没有达到停经的时候,就去世了。当时妇女的一般平均寿命,只有 40 多岁。

这个世纪以来,由于工业革命引起的社会改革,以及经济和社会的进步,公共卫生的改善才使妇女的寿命有显著的增加。

从图表中我们可以看到,人类的平均年龄在逐年增加,相对来说,“停经”后的人口占总人口的比例也越来越高。

以新加坡为例,战后出生的婴儿迅速地增加,到现在许多已进入中年。如今,超过 50 岁的人数为 12%,到了 2000 年,这一比例将增加到 30%,中国的情况也是如此。

20 世纪初,生活优越的妇女,能活到 60~65 岁已经很不容易,现在妇女的平均寿命达到近 80 岁(图 2.1)。