

用药100问系列



GENGNIANQI
YONGYAO
YIBAIWEN

更年期用药

100 问



» 唐崑 朱立平 陆进 主编

指导临床合理用药，
养成良好用药习惯，
为您答疑解惑，
帮您走出更年期



化学工业出版社
生物·医药出版分社

用药100问系列

GENGNIANQI

YONGYAO

YIBAIWEN

更年期用药

100

问

康崱 牛立平 陆进 主编

指导临床合理用药，
养成良好用药习惯，
为您答疑解惑，
帮您走出更年期。



化学工业出版社

生物·医药出版分社

· 北京 ·

更年期是女性一生中非常重要的阶段，这一时期的女性会在生理及心理上出现一些变化。那么，什么是更年期？什么是更年期综合征？如何进行相关的家庭护理和保健？如何防治更年期综合征及其并发症（如骨质疏松症、更年期后心血管及其他疾病）？这本小册子通过 103 个问题，以一问一答的形式及浅显易懂的文字给出了答案，可以为处于更年期的读者提供帮助，也可供基层的医务人员参考。

图书在版编目 (CIP) 数据

更年期用药 100 问/唐崑，朱立平，陆进主编。
北京：化学工业出版社，2010.5

(用药 100 问系列)

ISBN 978-7-122-07839-1

I. 更… II. ①唐…②朱…③陆 III. 更年期-综合征-用药法-问答 IV. R588.05-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 032813 号

责任编辑：韩文阳 杨燕玲 文字编辑：李 瑾
责任校对：王素芹 装帧设计：史利平

出版发行：化学工业出版社 生物·医药出版分社
(北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011)

印 装：北京市彩桥印刷有限责任公司
787mm×960mm 1/32 印张 5 $\frac{1}{4}$ 字数 83 千字
2010 年 5 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询：010-64518888 (传真：010-64519686)

售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：18.00 元

版权所有 违者必究

编写人员

主 编 唐 崑 朱立平
 陆 进

编 者 (以姓氏汉语拼音为序)

陈颇静 陆 进

唐 崑 尹丽梅

张 婉 朱立平

前言

QIANYAN

更年期是女性卵巢功能从旺盛状态逐渐衰退到完全消失的一个过渡时期，中医称之为“围绝经期综合征”。更年期是每个绝经和绝经前后女性必然要经历的阶段，可能会出现一系列的生理和心理方面的变化。多数妇女能够平稳地渡过，但也有少数妇女由于更年期生理与心理变化较大，被一系列症状所困扰，影响身心健康，甚至会发展成为更年期疾病。

更年期综合征是中老年女性常见病和多发病。但是由于患者不十分了解所服更年期药物与食物的关系、更年期药物之间的关系以及更年期药物与其他药物之间的相互作用；长期用药而不了解正确的用药时间和方法，过度强调药物的副作用，导致临床不合理用药现象，包括不能按时、按剂量服药，漏服或自行减量等现象也时有发生。

为了让每位到了更年期的女性都能顺利地渡过人生转折的这一时期，本书在此为大家从了解更年期开始，介绍了有关更年期综合征的诊断、家庭护理和保健中的有关问题，重点就患者关心的中西医治疗更年期综合征方面的知

识，更年期综合征并发骨质疏松症的治疗，更年期后心血管及其他疾病的预防与治疗，主要内容包括药物作用、用法、药物不良反应、药物相互作用、饮食及生活中的注意事项等内容。

本书采用问答形式，力求语言通俗易懂，内容浅显而精炼。它是患者了解更年期用药知识及保健的参考书，也可作为医护对患者进行用药教育的辅助用书。

本书编写水平有限，难免会有一些不足之处，敬请广大读者批评指正。

编者

2010年3月

目 录

M U L U

● 了解更年期及更年期综合征	001
1. 何谓更年期综合征?	001
2. 更年期有什么表现?	003
3. 为什么会有更年期综合征?	006
4. 更年期的性激素分泌有什么变化?	008
5. 更年期月经周期会有什么样的变化?	010
6. 更年期生殖系统有哪些变化? 为什么易发阴道炎? 伴有哪些 症状? 如何预防治疗?	013
7. 更年期为什么会皮肤瘙痒? 如何 进行调理?	017
8. 什么是血管舒缩障碍症状群? 如何在生活中进行调理?	019
9. 更年期会有哪些神经精神症状? 原因何在?	020
10. 更年期后易发的心血管疾病有 哪些? 应怎样调理?	022
11. 为什么更年期后增加了心血管	025

疾病的风险？

- 12. 更年期女性常见的肿瘤有哪几种？如何治疗和预防？ 027
- 13. 中医认为更年期综合征的病因病机是什么？治疗时遵循什么原则？ 029
- 14. 中医如何辨证治疗更年期综合征？有何参考药方？ 033

● 更年期的家庭护理和保健 037

- 15. 更年期如何合理安排生活起居？ 037
- 16. 更年期为什么要控制体重？如何控制体重？ 041
- 17. 更年期的天然良药是什么？ 044
- 18. 更年期自我保健及食疗有哪些？ 046
- 19. 如何进行更年期综合征的心理调节？ 051
- 20. 如何防治更年期干燥症？ 054
- 21. 如何科学烹饪，顺利渡过更年期？ 057

● 更年期综合征的治疗 061

- 22. 什么是激素替代治疗？ 061
- 23. 雌激素有什么作用？ 062

24. 孕激素有什么作用?	064
25. 雄激素有什么作用?	066
26. 性激素替代治疗对哪些病症有益?	067
27. 不能使用性激素替代治疗的 情况有哪些?	069
28. 激素替代治疗的给药途径有 哪些?	070
29. 激素替代治疗的常规方案有 哪些?	071
30. 雌激素替代治疗有哪些副作用?	072
31. 天然雌激素与合成雌激素各有 哪些? 什么叫植物雌激素?	073
32. 为什么雌激素有不同的制剂?	075
33. 雌二醇有什么样的剂型?	076
34. 雌二醇透皮贴的优点及使用 注意事项有哪些?	077
35. 雌二醇阴道片如何使用?	079
36. 雌三醇与雌二醇有什么不同?	081
37. 尼尔雌醇的特点是什么?	081
38. 使用结合雌激素(妊马雌酮) 应注意什么?	082
39. 怎样正确使用雌酮硫酸酯哌嗪? 应注意些什么?	083
40. 己烯雌酚可治疗哪些疾病? 应 注意些什么?	084

41. 氯烯雌醚可治疗哪些与更年期综合征有关的病症？应注意些什么？ 085
42. 尼尔雌醇可用于治疗哪些疾病？用药时应注意什么？ 086
43. 普罗雌烯可用于治疗哪些病症？用药时应注意什么？ 087
44. 为什么要联合使用雌、孕激素？ 087
45. 雌、孕激素联合使用的方法有哪些？ 088
46. 孕激素的种类及不良反应有哪些？ 088
47. 黄体酮（孕酮）有哪些用途？使用时应注意些什么？ 089
48. 醋酸甲羟孕酮可用于哪些病症？用药时应注意什么？ 090
49. 替勃龙可用于哪些病症？用药时应注意些什么？ 091
50. 合用雄激素的目的是什么？ 092
51. 甲睾酮有哪些用途？用药时应注意什么？ 093
52. 中医及中药膳食治疗更年期综合征的方法中有哪些是患者自己在家中可以进行的？ 093
53. 哪些中成药可治疗更年期综合征？ 094
54. 近年来中药和中成药治疗更年 097

期综合征有哪些新进展？

● 更年期综合征并发症的治疗—— 100
骨质疏松症

- 55. 更年期的骨质疏松症是怎样形成的？主要症状有哪些？ 100
- 56. 什么是骨密度？ 103
- 57. 更年期骨质疏松症的原因是什么？ 104
- 58. 绝经后骨质疏松症的风险因素有哪些？ 105
- 59. 如何预防骨质疏松症？ 106
- 60. 什么样的运动形式有利于延缓骨质疏松？ 109
- 61. 运动对骨质疏松有什么影响？ 111
- 62. 绝经后骨质疏松综合治疗的基本原则是什么？ 112
- 63. 治疗骨质疏松的药物有哪几类？ 113
- 64. 绝经后骨质疏松的一般治疗包括哪些？ 115
- 65. 用于治疗更年期骨痛的镇痛药有哪几类？ 117
- 66. 非甾体解热镇痛药的利弊有哪些？ 118
- 67. 如何避免非甾体解热镇痛药的胃肠道不良反应？ 119

68. 使用美洛昔康应注意些什么? 121
69. 布洛芬分散片与缓释片有什么
不同? 122
70. 洛索洛芬有哪些用途? 使用时应
注意些什么? 123
71. 双氯芬酸为什么要制成肠溶制剂? 124
72. 使用吡罗昔康贴片应注意些什么 125
73. 环氧化酶-2 抑制药的优点与缺点
是什么? 126
74. 使用塞来昔布应注意些什么? 126
75. 尼美舒利有什么用途? 使用时
应注意什么? 128
76. 不同的钙剂含钙量有什么差别? 129
77. 补充钙剂为什么需加用维生素 D? 130
78. 维生素 D 与活性维生素 D 有哪
些不同点? 131
79. 维生素 D 的不良反应有哪些? 132
80. 雌激素能治疗绝经后骨质疏松吗? 133
81. 什么是植物性雌激素? 代表品种
是什么? 133
82. 选择性雌激素受体调节药与雌激
素有什么不同? 134
83. 雷洛昔芬有哪些用途? 使用时应
注意什么? 135
84. 双膦酸盐有什么作用? 137

85. 一、二、三代双膦酸盐有什么差别? 138
86. 怎样正确服用双膦酸盐? 139
87. 服用双膦酸盐应注意什么? 140
88. 什么是降钙素? 常用降钙素制剂有哪些? 141
89. 鲑鱼降钙素注射剂与鼻喷剂的使用有什么差别? 143
90. 对鱼虾过敏的人能使用鲑鱼降钙素制剂吗? 145
91. 氟化物的优缺点是什么? 145
92. 重组人甲状旁腺激素是一种什么药? 147
93. 雷尼酸锶是一种什么药? 服药时应注意什么? 148
94. 中药如何治疗骨质疏松症? 149
95. 什么是仙灵骨葆? 成分和功能是什么? 152

● 更年期后心血管及其他疾病的防治 154 与治疗

96. 更年期前后冠心病的发病率有什么变化? 154
97. 女性冠心病为什么容易漏诊? 155

98. 冠心病二级预防为什么必须慎用激素替代疗法? 156
99. 治疗冠心病的常用药物有哪些? 157
100. 中药在治疗更年期冠心病中的作用有哪些? 159
101. 绝经期后血脂的变化特点是什么? 161
102. 常用的降血脂药物的种类有哪些? 161
103. 更年期使用降血脂药物治疗时应注意哪些不良反应? 162

● 参考文献

164

了解更年期及更年期综合征



1. 何谓更年期综合征？

答：更年期综合征，亦名更年期症候群。是指女性在围绝经期或其后，由于雌激素水平下降，卵巢功能逐渐衰退，出现月经紊乱至月经闭止，同时生殖器官开始萎缩，内分泌失调，引起大脑皮层抑制功能减弱，出现一系列以植物神经功能紊乱、代谢障碍为主的，生理、心理变化的症候群。

更年期是每个女性必然要经历的阶段，但每个人所表现的症状轻重不等，时间久暂不一，轻的可以毫无感觉，重的则会影响工作和生活，甚至会发展成为更年期疾病。更年期综合征是中老年女性的常见病和多发病。

更年期多发生在 45~55 岁，一般在绝经过渡期月经紊乱时，开始出现症状，可持续至绝经后 2~3 年，仅少数人到绝经 5~10 年后症状才能减轻或消失。约 80% 的女性出现轻

微症状，10%~15%有明显症状。由于每个人的体质、性格特征、绝经的年龄、生活方式、健康状况、工作和心理素质等因素的影响不同，个体差异很大，其症状多少、轻重程度不一，持续时间有长有短。更年期综合征表现为许多症状，可出现以下症状。①心血管症状：潮热汗出、血管痉挛性疼痛、血压升高、头晕头痛、眩晕耳鸣、胸闷眼花、心悸水肿。②神经精神症状：烦躁易怒、紧张焦虑、委屈多疑；全身无力；神疲乏力。③月经及生殖器官变化：月经紊乱；腰背酸痛；皮肤干燥。④代谢功能紊乱：钙、磷代谢障碍，引发绝经后期的骨质疏松。

更年期是女性一生中特殊而重要的时期，随时间的迁延，待神经系统适应这种内分泌改变后，上述症状自然消退。但症状严重者，应到医院就诊治疗。多数女性通过适当的更年期保健，不需要特殊的治疗即可安然渡过，除了饮食的调理外，也应该从心理卫生、生活起居、体重控制、充足睡眠、缓解压力以及适量运动等方面加以调理，定期做妇科检查及防癌检查，以顺利渡过更年期。

男性更年期多发生在 55~65 岁，由于性腺——睾丸萎缩，睾酮分泌减少，导致内分泌的失调。男性更年期的生理变化和症状以及心

理变化，与女性大致类似，据国外统计，男性只有40%的人出现更年期症状，但男性更年期的症状一般都比较缓和，而且性功能的减退也相对缓慢。

2. 更年期有什么表现？

答：更年期是渐进性发展的正常生理过程。在开始阶段主观感觉并不明显，生理及心理上的不适情况因个人体质、性格、营养及环境等方面因素的差异，程度上也有所不同。女性更年期表现主要有以下几个方面。

(1) 月经的变化 更年期的临床表现，原因是卵巢功能衰退及激素水平降低，黄体功能不足，70%~80%属功能性，均与雌激素缺乏有关。其表现大致有三种。

① 月经周期紊乱：月经模式发生改变，如经期延长、经量增多、淋漓不净或月经周期提前、持续时间缩短、经血量减少；月经频发或不规则，出现周期性紊乱。

② 不规则子宫出血：停经一段时间后发生子宫再出血，系因停止排卵而发生功能失调，出血可持续2~4周或更长时间。

③ 绝经：由于卵巢合成性激素减少，子宫内膜因失去雌激素及孕激素的影响，不再增