

植物性荷爾蒙 不宜濫用

文 / 魏佑吉 花蓮慈濟醫學中心婦產科主治醫師

現在人人談癌色變，許多更年期婦女因害怕使用荷爾蒙可能引起癌症，甚至將荷爾蒙和癌症劃上等號，於是若干標榜健康食品的天然植物性荷爾蒙，廣受歡迎，儼然成為更年期婦女解決更年期問題的新希望，但是，服用這些植物性荷爾蒙，真的毫無副作用或無害處嗎？

錯誤服用或濫服 子宮內膜異常增厚

近來有一位四十六歲女性病人，平日月經正常，因年近更年期，聽人家說更年期婦女應補充植物性荷爾蒙以防止骨質疏鬆症，於是連續服用植物性荷爾蒙一年，這一年中間月經仍然正常，最後竟出現異常的大量出血，到醫院檢查發現子宮內膜厚達二點五公分。

經進一步子宮內膜刮除手術，竟可刮除一整碗如椰肉般一片片灰白色的子宮內膜，所幸病理檢查尚未到癌變的程度，如果未及時發現，長此以往，難保不會出現如西藥荷爾蒙使用不當而引起子宮內膜癌的副作用。

對尚未停經，就長期使用植物性荷爾蒙者，其內在與外來荷爾蒙的加乘作用，是不可輕忽的。

臨床療效有爭議 過度服用反而癌化

植物性荷爾蒙因為具有較弱雌激素的作用而被應用於治療

更年期症狀，殊不知其效價只有西藥的二百分之一到五分之一，其效果甚弱，自然引起的副作用也較弱，較不易引起人家的注意，也因此造成一般人認為植物性荷爾蒙不會致癌的錯誤觀念。

事實上，植物性的臨床療效存在著極大的變異性，這也就是有些文獻認為有效，有些文獻認為無效的原因。這點和經過數十年充分研究的西藥有所不同。這也是為什麼醫學界截至目前仍不能證明這種由天然植物製成的植物性荷爾蒙，對有更年期障礙的婦女有多少具體的效果。

雖然有些文獻報告對改善更年症狀或骨質疏鬆有正面的效果，但畢竟效價較弱，其療效自然比不上西藥的荷爾蒙。如果加量或加長使用時間，也可能累積成西藥的明顯療效，自然也會出現如西藥的副作用。這也就是植物性荷爾蒙是否能取代現今的荷爾蒙，醫界仍然採取較保留的態度。

服用天然食品 建議與專科醫師討論

在大家認為「天然就是好的」、「天然的絕無副作用」的概念下，婦女使用這類天然的植物性荷爾蒙時，最好請教婦產科醫生，因為植物性荷爾蒙與婦科醫生所常使用的藥用荷爾蒙除了藥效及副作用不同以外，在用藥的考慮與搭配方面也不同；一般醫師在開荷爾蒙時會考慮病人是否還有子宮，並對有子宮的婦女在使用雌激素的同時適量加入黃體素一起使用，以保護子宮內膜，以免子宮內膜增生，甚至病變的產生。

而使用植物性荷爾蒙卻因「天然無副作用」的迷思，而忽略其大劑量或長久使用對子宮內膜可能造成的負面影響。所以如果迷信「天然」的植物性荷爾蒙無副作用而濫用或誤用，反而可能還會引發病變，同時，長期使用植物性荷爾蒙者，無論停經與否，都應如服用傳統的荷爾蒙一樣，要找醫師做定期的檢查，以免發生病變而不自知，甚至延誤病情。