

多囊性卵巢與高男性素症簡介

"醫師我滿臉痘痘，看遍皮膚科也沒有效，是不是我體內荷爾蒙失調的關係?"

"我的體毛又長又黑害我都不敢穿裙子，我到底那裡出了問題?"

"我的月經不規則，醫師開藥給我催經就會來潮，一停藥就不來了，我都快煩死了?"

"我也沒吃什麼體重卻直線上升，月經也亂掉了，真不知道該怎麼辦?"

"醫師我結婚兩年卻無法受孕，和我同時結婚的同事都在請滿月酒了，我是不是不孕 啊?"

在門診常被問到以上的問題，相信這也是許多其他女性的困擾。這些問題的源頭可能共同來自於高男性素症--一種女性荷爾蒙失調的疾病。這種疾病雖然不見得會造成健康的妨害，但是卻會造成青春痘，多毛，肥胖，不孕等種種困擾女性至深的症狀。治療能改善病人的外觀，提昇自信，所以醫師是可以提供協助的。

原因:

- 多囊性卵巢：發生率在女性約為 5-10%，這是男性素過高最常見的原因，卵泡無法正常成熟排出，卵巢上會有許多小小顆的卵泡聚積，所以叫多囊性卵巢。長期排卵不良，造成卵巢不正常分泌男性荷爾蒙，因此會出現月經不規則，受孕困難，或其他男性化的表徵。
- 腎上腺增生或功能亢進：腎上腺會將男性荷爾蒙轉化成腎上腺皮質素，在轉化的過程中若有任何問題，都會造成不正常男性荷爾蒙過度分泌。
- 腫瘤：在極少的情況下，卵巢或腎上腺上長會分泌男性激素的腫瘤，這種情況下比較特別的是男性化現象會突然出現，且急速惡化。
- 藥物：例如女性運動員偷偷服用荷爾蒙，以增加耐力獲取好成績，也會出現男性化表徵。

症狀:

- 體毛過多：白種人中高男性素的病人 50-70%的病人會出現多毛症，在黃種人中所佔比率較少，腋下或陰部是對男性素最敏感的部位，陰毛的分布女性多為倒三角形，若有男性素過多的現象，陰毛則會從肚臍下至陰部間呈菱形區域分布，其他如上唇，下巴，大腿內側，也是常見毛髮過度生長的部位。
- 青春痘：青春痘的成因有許多，飲食，壓力，皮脂腺分泌過多，都有可能。男性素過多只是其中原因之一而已。
- 月經不規則或不孕：男性素過多會造成排卵不規則或根本不排卵。而影響月經的正常與受孕功能。
- 禿頭：男性素雖可使女性臉部及身體的毛髮增生，但卻會使女性頭髮變薄及脫落，最明顯禿髮的部位是在頭頂，其次是額角的部位。
- 皮膚色素沉積：高男性素的肥胖女性容易在頸部，腋下，外陰及大腿根部等磨擦處產生皮膚粗黑的現象。
- 男性化肥胖：集中在腹部肥胖(大肚臍)，而非女性常見的臀部或腿部肥胖。

診斷(以下三項狀況出現兩項):

- 無排卵或少排卵：導致月經長期不規則，經量減少，或不孕。
- 男性化表徵或荷爾蒙檢測異常：外觀有上述多毛，青春痘等男性化表徵，或血液中的黃體刺激激素(LH)與濾泡刺激激素(FSH)比值升高，可懷疑有多囊性卵巢的可能，其他男性荷爾蒙相關的檢查，也可幫忙釐清是否有其

他引起高男性素的來源.

- 卵巢周圍有許多小囊泡: 超音波下可見單或雙側卵巢腫大, 邊緣有大於 12 顆 0.2-0.9 公分的小卵泡分佈.

治療:

- 藥物治療
 - 避孕藥: 若病人沒有懷孕需要, 又同時有男性化外觀(如青春痘多毛等)的困擾, 可考慮以口服避孕藥調經兼改善外觀. 但以此法治療之女性須注意應由醫師處方, 因為避孕藥有輕重劑量之不同, 其中荷爾蒙成份也不盡相同, 所以適合一般避孕使用者不一定適合用來壓制男性荷爾蒙, 服用時有需有耐心, 通常調整月經週期只要按醫師指示服用一至二週期就有效果, 若是治療青春痘, 則需至少三個月治療. 體毛過多則需六至九個月, 服用期間應與醫師保持聯繫, 以便因應症狀隨時調整藥量.
 - 排卵藥: 若是有懷孕需要者, 則可考慮以排卵藥物調經兼增加懷孕機率, 只是排卵藥物對調經有效, 但對改善男性化外觀的效果較差.
 - 黃體素: 若是不想懷孕也不想吃避孕藥的女性, 可考慮每兩個月左右定期服用或注射黃體素催經, 以免造成因久未來經排洩, 子宮內膜增生的病變.
 - CPA(Cyproterone acetate): CPA 是一種含有抗男性素作用的黃體素製劑, 國內常用之避孕藥黛麗安(Diane)即為含有 CPA 成分之避孕藥, 此藥對治療多毛症與青春痘效果顯著, 但可能會有水腫或倦怠的副作用.
 - Spironolactone: spironolactone 是一種具有對抗男性荷爾蒙效果的利尿劑, 單獨使用效果較差, 而且可能引起陰道點狀出血、頭痛、倦怠之副作用, 一般配合避孕藥等藥物協同作用效果更好, 也同時可避免不正常出血之情況。使用期間會造成鉀離子滯留的副作用, 所以要注意少吃香蕉等含鉀食物, 並定期抽血檢驗血中鉀離子濃度, 以避免體內離子失衡之狀況。
 - 類固醇: 用於治療腎上腺功能亢進的病人, 如 DHEA-S 升高之病人, 副作用為失眠、倦怠、水腫等。
 - 降血糖藥物: 高男性素的病人的身體組織對胰島素產生抵抗性, 迫使身體必須分泌更多的胰島素才能維持血糖的正常而降血糖藥物。Metformin (glucophage) 可以改善這樣的情況, 根據統計, 使用這種藥物三個月後, 80%的病人會有體重減輕, 身體毛髮生長速度減緩, 排卵與月經正常, 副作用為容易產生頭暈等低血糖徵兆。
 - Flutamide: 這是一種用在治療攝護腺癌的抗男性素, 多合併避孕藥使用, 由於此藥有皮膚乾燥, 食慾增加, 頭暈嘔心與肝臟毒性的副作用, 所以不建議作為第一線用藥。
 - Finasteride: 此藥原用於治療良性攝護腺肥大與男性禿, 可用於治療女性多毛症, 多搭配避孕藥使用。
- 減重: 因脂肪組織會將女性荷爾蒙轉化成男性激素, 所以過重的女性常會出現男性化合併月經不規則的現象, 除了以荷爾蒙調經外, 減重, 飲食調整與運動習慣的養成, 可以更有效的改善.
- 手術: 可以腹腔鏡合併雷射或電燒, 切除部分卵巢, 或將多囊卵巢上的卵泡燒掉或打洞, 可促進真正成熟之卵泡排出, 但有可能會引發骨盆腔沾粘, 讓病人承受手術的風險與痛苦, 且療效不長是缺點. 目前此療法較少使用。
- 美容: 以二極體(Diode laser)雷射脫毛, 或果酸做臉去除青春痘.