



# 停經婦女的荷爾蒙補充療法

王道還

美國最大規模的實驗顯示，荷爾蒙不是抗老仙丹。

美國國家衛生院進行的荷爾蒙補充療法（hormon replacement therapy, HRT）實驗，本來預定2005年結束，結果在今年7月9日突然叫停，理由是服用動情素與黃體素的停經婦女，罹患乳癌的風險會升高26%。

由於惠氏藥廠是美國市場主要的HRT荷爾蒙供應者，這個消息立刻使股票大跌1/4。去年，惠氏藥廠銷售HRT荷爾蒙，營業額達20億7千萬美金。

我們究竟應該怎樣解讀這個消息？

最重要的當然是事實，美國國

家衛生院認為這個實驗必須立刻停止，是因為併用動情素與黃體素的停經婦女

乳癌風險增加了26%

中風的風險增加了41%

心臟病的風險增加了29%

腿與肺出現血栓的風險增加了一倍

但是補充女性荷爾蒙也有好處，就是

直腸癌風險降低了37%

髖關節骨折的風險降低了34%

全身骨折的風險降低了24%

因此，美國國家衛生院對停經婦女的建議是，要是妳想補充荷爾蒙，而且要併用動情素與黃體素，妳必須知道：（1）這個處方不是用來防止心臟病的。婦女必須找醫

生諮詢，尋找其他的預防方法，例如改變生活形態，或使用降膽固醇、降血壓的藥物。（2）為了預防骨質疏鬆，婦女應該與醫生諮詢，評估得失。事實上，還有其他的方法可以預防骨質疏鬆與骨折。

（3）婦女應定期檢查乳房。（4）這個研究的目的是不是短期風險，婦女為了減輕停經症狀而短期服用，也許收益大於風險。婦女應與醫師討論這方面的問題。

不過，雖然我們常聽說「數字會說話」，數字卻未必能把話說清楚。這則消息傳出後，正在服用荷爾蒙的停經婦女感到恐慌不說，各界的評論眾說紛紜，徒亂人意，反而讓數字無法呈現真相。我們不如回歸美國國家衛生院的這個實驗，追問為什麼要做這個實驗？

## 婦女健康主動出擊

原來這個實驗是「婦女健康主動出擊」（Women Health Initiative）的子計畫。美國國家衛生院針對停經婦女規劃了一個大規模研究計畫，叫做「婦女健康主動出擊」，研究造成停經婦女死亡、失能、生活品質下降最常見的原因，以心臟血管疾病、癌症、骨質疏鬆為研究焦點。1991年，美國國會通過這個計畫的預算，以百萬美元



作單位，預定進行15年，到2005年結束，是美國最大規模的預防醫學研究計畫。

主動出擊計畫分為「臨床實驗／觀察研究」、「社區預防研究」兩個部分。臨床實驗除了荷爾蒙補充療法之外，同時還要評估飲食療法與鈣／維生素D補充

療法的療效，分別回答「低脂食物是否能防止乳癌、大腸癌、缺氧性心臟病？」以及「服用鈣片與維生素D是否可以防止乳癌、直腸癌？」

這三個臨床實驗一共招募了16萬1,000位婦女參加，年齡介於50-79歲之間。光是招募實驗者，就花了近五年時間。

HRT實驗在1998年正式開始。參與的婦女有27,000名，她們分為兩群 -- 有子宮的一群，子宮已切除的是另一群。

有子宮的婦女分為實驗組與對照組，實驗組的婦女服用動情素與黃體素，對照組服用安慰丸。不過，所有的婦女都不知道自己究竟服用的是荷爾蒙還是安慰丸。實驗叫停的就是這一群。

子宮已切除的那一群，實驗組



的婦女只服用動情素。這一群的實驗仍在進行，也就是說，研究人員還沒有發現值得注意的風險。

關於這個實驗，還有一個重要的事實我們不可忽略，就是實驗組的婦女服用的荷爾蒙是惠氏藥廠出品的，那主要是從馬尿提煉出來的有機荷爾蒙，而不是合成荷爾蒙、或者植物荷爾蒙。美國國家衛生院的解釋是，由於惠氏藥廠生產的女性荷爾蒙銷路最好，因此評估它們的效益／風險更為迫切。此外，過去發現女性荷爾蒙會增加乳癌風險的研究，也是以這種類型的荷爾蒙做的實驗。

其實這個實驗滿兩年的時候，婦女健康計畫辦公室發布過訊息，明確指出：服用荷爾蒙的婦女發生心臟病、中風、血栓的病例稍微增加了一些。但是，長期的趨勢仍不

清楚。而且實驗組的這些病例數，就比例而言，也比全國性的統計數字低。

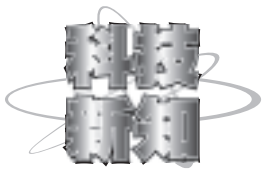
去年6月，累積的資料仍然呈現同樣的傾向，研究人員開始不太確定這個傾向會成為長期趨勢，還是會減弱、消失？他們認為還無法確實回答「荷爾蒙補充療法

是否所失大於所得」，因此實驗繼續下去。

到了今年五月底，累積的資料讓研究人員覺得實驗組與對照組的差異在統計學上已經達到顯著水準，才決定停止實驗。下面就是具體的數據（單位：人／每1年每10,000人）：

疾病	實驗組	對照組
心臟病	37	30
中風	29	21
乳癌	38	30
血栓	34	16
直腸癌	10	16
髖關節骨折	10	15
內膜癌	5	6
死亡	52	53

我們必須留意的是，從這份數據，我們不可能做出簡單的結



論。任何人說「服用荷爾蒙會得乳癌」，都是錯誤的。即使不服用荷爾蒙，每一年每一萬人中還是有30人罹患乳癌。

另一方面，由於這個實驗的目的是找出長期服用荷爾蒙的效果，而且針對的主要是攸關性命的疾病，因此沒有蒐集短期效果的資料，例如有些婦女報告過補充女性荷爾蒙可以緩解更年期症狀，像是熱潮紅、盜汗等等。

至於其他類型的荷爾蒙，效果是否與動物性荷爾蒙一樣？這個計畫也蒐集了相關資料，但目前尚未完成分析。不過，到了2005年整個計畫結束時，一定會公布。

### 臨床實驗與觀察研究

正當停經婦女為併用動情素與黃體素的長期後果而擔憂的時候，路透社在7月16日又從美國芝加哥發出了一則消息，說是停經婦女若是只服用動情素，「20年後，罹患卵巢癌風險是未使用荷爾蒙療法者的三倍」。

這則消息源自美國醫學會學報

(JAMA) 7月17日刊出的一篇報告，這一期也同時刊載了「婦女健康主動出擊計畫」荷爾蒙補充療法臨床實驗的正式報告。

這篇報告是觀察研究的結果，不是臨床實驗，可是媒體記者並未特別強調。研究人員追蹤了44,241位登記參與乳癌防治計畫的婦女，結果在追蹤期間一共發現了329名婦女罹患了卵巢癌。

研究人員以統計模型分析資料後，發現「服用動情素」

是甄別因素。因此「服用動情素」與「罹患卵巢癌」的關連不能說是因果關連。

最重要的是，「婦女健康主動出擊計畫」的動情素臨床實驗仍在進行，因為五年多之後研究人員仍未發現實驗組與對照組有顯著的差異。

事實上，關於停經婦女補充動情素的長期後果，自1975年起就有研究報告指出各種健康風險。但是，有些婦女發現補充動情素的確



可以緩解更年期症狀，如熱潮紅、盜汗、失眠等。至於更年期症狀的起因，我們目前還不了解。

停經婦女該怎麼辦？首先，絕對不要相信荷爾蒙是「恢復青春」的仙丹。第二，若想控制或緩解更年期症狀，提升生活品質，可以考慮短期服用。不過，服用前應先與醫師討論各種風險因子。

王道還

中央研究院歷史語言研究所

### 吸菸會破壞女嬰的生殖能力

英國里茲大學的研究人員認為，婦女在懷孕期間吸菸會損害嬰兒在發育中的輸卵管，女嬰的生殖系統可能會因而遭到破壞。這項針對239位接受體外受精／胚胎移植技術（IVF，俗稱試管嬰兒）婦女的研究顯示，68%的吸菸者有輸卵管方面的疾病，不吸菸者中只有29%有此症狀。進一步的分析顯示，母親吸菸的人，比較可能有輸卵管的毛病。（BBC News, 2002. 7. 3；駐英科技組提供）