



今 年二十六歲的美詩，長得比較矮小，加上身形較為肥胖，臉上又總是有暗瘡，令她不太有自信。或許因為外形上不出眾，令她不太喜歡出席朋友聚會。雖然美詩曾經聽朋友建議學化妝及學打扮，但卻買不到漂亮的衣服，化妝都無法掩蓋臉上的缺點，所以她很少外出，大部分時間都躲在家。

大部分少女在青春期內，都會經歷經期不準、暗瘡不斷的煩惱。當發育完成後，所有紊亂都應回復正常有規律。如經期紊亂情況持續，加上肥胖、多毛、多暗瘡等情況，就應正視，因為很大機會是患有卵巢多囊綜合症，患者除了有不育問題，更會增加多種疾病風險，要及早治療。

撰文：陳旭英 攝影：楊耀文 設計：章可儀



暗瘡

► 健康女士每月都會排出成熟卵子，卵巢多囊綜合症患者的卵巢只有不成熟的卵泡，因而無法懷孕。

綜合症



「其實我從讀

書時開始已經習慣一個人，不喜歡太熱鬧的聚會。畢業後工作，我也不太喜歡埋堆，一大班人去玩樂太吵鬧了，所以很多時我都借故推掉約會，寧願一個人自在地做喜歡的事。」美詩向記說。

一個人的生活，美詩說談不上特別寫意，但她就是習慣了。直至去年中，她因為多個月都沒有來經而求醫，家庭醫生初步了解後，轉介她見婦產科專科醫生，接受進一步檢查。

少女易忽略病徵

養和醫院婦產科專科醫生尹曦樂說，當她首次接見美詩時，從表徵上已懷疑她患卵巢多囊綜合症。

尹曦樂醫生說，卵巢多囊綜合症是女性常見病症，大約二至三成女士患有此症，但卻未必察覺到患病。卵巢多囊症 (Polycystic Ovary Syndrome，簡稱PCOS) 是一種女性的內分泌失調病症，患者的卵巢滿布未成熟的卵泡，月經稀疏甚至停止，長期無排卵、不育，外表徵狀則有體毛旺盛、暗瘡、肥胖等。



及早辨識 卵巢多囊

卵巢多囊綜合症容易被忽略，很多時患者並不察覺身體出現問題。「少女在進入青春期間開始發育，初時經期不準，以為這是正常現象。但到了十七、十八歲，大抵完成發育，經期應該有規律，但有部分人仍然不是每月準時來經，就要留意。」尹醫生說。

經期不準，或周期過長，是最常見的卵巢多囊綜合症病徵，另外患者身體亦會生長較多毛髮，除了臉上、唇上、四肢汗毛較旺盛外，肚皮和胸口都會長出



尹曦樂醫生指出，大約有二至三成婦女患卵巢多囊綜合症。

經期亂



▶ 卵巢多囊綜合症是一種內分泌失調病症，患者很多時體形肥胖。

濃密體毛。尹醫生就接觸過一位經期紊亂少女，由母親帶來求醫，她面上多暗瘡及身體毛髮旺盛，經超聲波及驗血檢查後確認患卵巢多囊綜合症。

肥胖與家族遺傳

尹醫生說，雖然體毛旺盛是卵巢多囊綜合症患者的其中一個特徵，但中國患者較少有多毛情況，外國患者則較多。而較少有人會因





為體毛旺盛而求醫，大多數婦女是因為經期紊亂，及到了生育年齡但遲遲未能懷孕而求診。

為何會患卵巢多囊綜合症？

尹醫生說，暫時未能找到確切原因，但相信與以下情況有關，包括基因遺傳、肥胖，環境因素等。有研究發現來自同一生活環境或同一家庭，有較大機會患上同一病症。

卵巢多囊綜合症為何會引致經期不準？尹醫生說，患者因無法正常排卵，故長時間才有一次經期及無法自然懷孕。有患者認為自己沒打算懷孕，即使不排除或很久才有一次經期並不是壞事。尹醫生指出，卵巢多囊綜合症屬內分泌失調病，跟胰島素運作有關，會令身體出現胰島素抗拒，所以患者較易肥胖，容易有糖尿病及高血壓，而心臟病風險更比一般人高七倍！

◀ 平日多進行運動，不但有助控制體重，亦可令血糖平穩。



避孕丸 治多毛徵狀？

為何避孕丸可改善卵巢多囊綜合症患者多毛多暗瘡問題？尹曦樂醫生說，卵巢多囊綜合症患者體內的「性荷爾蒙結合球蛋白」(SHBG, The sex hormone binding globulin) 數量較少，這種蛋白能黏住男性荷爾蒙，減少體內浮游的男性荷爾蒙，而男性荷爾蒙正是刺激毛髮生長及令油脂分泌的源頭，避孕丸增加SHBG能減少體內男性荷爾蒙，多毛及暗瘡問題都能解決。

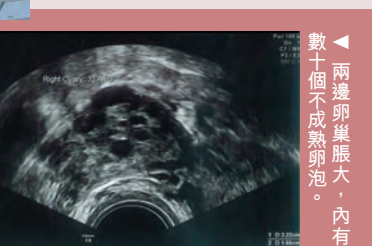


服用避孕藥可改善多毛徵狀，但亦會引致血凝危機，故婦女服用前應先諮詢醫生。

治療徵狀 防併發症

由於卵巢多囊綜合症不像一般疾病會帶來明顯不適，故很多時患者容易忽略致延誤治療。尹醫生說，卵巢多囊綜合症患者大多在十幾至二十幾歲發病，處於青春期的年輕少女較少察覺有問題而求醫。大多是到了二十餘歲至三十歲，因未能自然懷孕，驗血時發現男性荷爾蒙偏高，及進行盤腔超聲波檢查發現卵巢有很多未成熟卵泡，才知道患病。

尹醫生說，治療卵巢多囊綜合症主要針對徵狀，如經期紊亂就處方藥物令患者回復正常生理周期；如不育就要幫助她正常排卵；如多暗瘡及多毛，就處方荷



◀ 兩邊卵巢脹大，內有數十個不成熟卵泡。



▲ 患者的胰島素會受影響，引發糖尿病，故確診患卵巢多囊綜合症後就要改善生活習慣，減低患糖尿病機會。



一般腹部超聲波可初步檢查卵巢情況，如要詳細檢視就需要進行經陰道的超聲波掃描。

爾蒙或避孕丸改善，如無效，可處方抑壓男性荷爾蒙藥物。

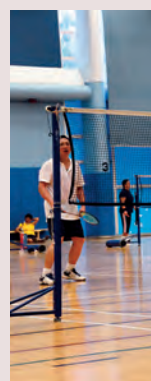
年輕女性如發現患卵巢多囊綜合症，即使未出現嚴重病徵或對生活帶來影響，都應正視。尹醫生說，卵巢多囊綜合症患者應及早預防三高（高血糖、高血脂、高血壓），以減低心臟病風險，並應定期驗身，如有問題就及早治療。「糖尿病早期沒有徵狀，到出現併發症時就難治療，所以要定期監察，注意體重，調節生活模式，減少患病機會。」尹醫生說。

調節經期 減病變化

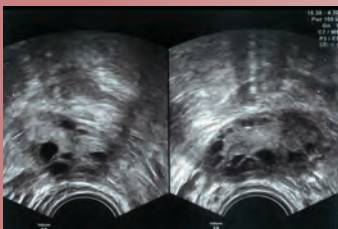
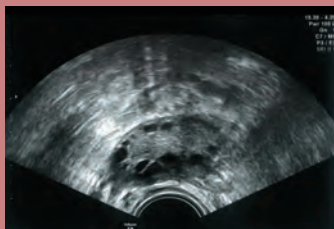
如卵巢多囊綜合症患者因不孕而求診，如何治療？尹醫生說，病人首先要減重，研究發現如患者肥胖（BMI體重指標高於二十五），能減百分之五體重，可以誘發正常排卵。

相反分患者體重偏輕，她們體內的LH荷爾蒙（黃體刺激素，Luteinizing hormone）較高，同樣令排卵困難。

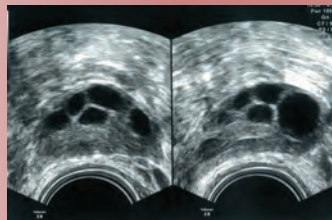
如何幫助她們正常排卵？尹醫生說會為有意懷孕的患者處方排卵藥。如胰島素抗拒情況嚴



► 圖為患者的超聲波圖片，可見兩邊卵巢只有細小、未成熟的卵泡。



▲ 生兒育女是女性多囊，求職綜合症就難以懷孕。很多婦女，才發現患病。



重，或會對排卵藥沒有反應，醫生會同時處方治療糖尿病藥，增加其排卵機會。

如患者不是想懷孕，只是經期亂，就需要調經，醫生會處方避孕丸。部分患者不想每天服避孕丸，則可處方黃體酮通經，目標是希望患者最少三個月來經一次。尹醫生說，如患者太長時間才來經一次，子宮內膜會愈來愈厚，當內膜增生，就會增加子宮內膜癌機會。「所以當發現有此病後，不能不治，否則會增加併發症風險。」

成功減肥 回復笑顏

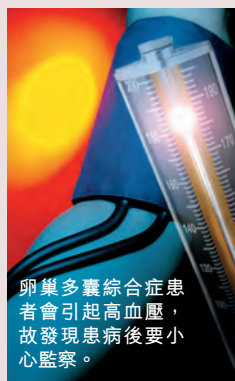
像美詩的情況，她一直不知道自己是卵巢多囊綜合症患者，兩年前只有二十四歲的她，由於

肥胖，體重達一百八十磅，臉上有很多暗瘡，又長得矮，所以欠缺自信，她說喜歡一個人生活，其實相當無奈。她最後因為六個月不來經而向家庭醫生求助，並獲轉介見婦產科。

由於美詩從未拍過拖，未有性行為，故不適合進行經陰道進入的超聲波檢查，尹醫生改為經肛門進入，結果發現其卵巢內有數十個二至九毫米卵泡，而卵巢體積大於十立方厘米，確認患卵巢多囊綜合症。

經過進一步檢查，發現美詩已經有糖尿病，需要由糖尿病專科跟進治療。尹醫生同時發現她有情緒抑鬱問題，故轉介至精神科。而由於美詩肥胖，尹醫生為免處方避孕丸調經會增加血凝風險，故先安排她見營養師減肥。

「我在半年內由一百八十磅減至一百五十磅，尹醫生說我成績好，而我也回復來經，大約兩個月一次。而臉上的暗瘡少了，覆診時尹醫生說昔日未見過我的笑容，現在我懂得笑了。」美詩向記者說。☺



卵巢多囊綜合症患者會引起高血壓，故發現患病後要小心監察。