

Medication Information Leaflet
Hormone Replacement Therapy
荷尔蒙替代疗法

荷尔蒙替代疗法的功用

女性步入更年期后，体内荷尔蒙的改变会带来一些令人不适的更年期症状，如：热潮红、盗汗（睡觉中出汗）、情绪焦虑和阴道萎缩干燥。当中荷尔蒙的变化也包括了雌激素分泌含量降低。这可以提高岁入跟年的女性患上骨质疏松症的风险。替代疗法采用人造雌激素以减轻不适的症状和降低以上疾病发生的风险。一般女性也会同时服用黄体酮以平衡雌激素的反效果，确保子宫内膜不会在雌激素的影响下过度增生。黄体酮和雌激素的服用方式可以是组合在一起或分开来吃。

荷尔蒙替代疗法药物副作用和应对方法

治疗时即可产生起以下一些较为普遍的副作用：

- 在治疗的前几个月或是治疗时漏服药物，可能会出现月经点状出血或突然出血的状况。
 - 若此状况持续，请您咨询医生的建议
- 情绪改变
 - 每天定时吃药能减少荷尔蒙波动并减轻此症状
- 乳房肿痛、轻微腹胀或身体水肿
- 恶心、呕吐和肚子胀风或绞痛
 - 饭后服用药能减轻此症状
- 头疼
 - 可以服用如Paracetamol的止痛药来减轻头疼。请确保补充水分

荷尔蒙替代疗也会稍微提高女性得静脉血栓栓塞以及乳癌的风险。但是这些副作用却极其罕见。安全起见，医生也会为您做详细的检查和适当的评估才决定您是否适合开始进行疗程。如对治疗有任何顾虑，请进一步和医生讨论。

如果出现以下的血栓栓塞的症状，请立即通知医生或到急诊部求医。

- 突然咳嗽不止，呼吸困难
- 胸口剧痛，并延升至左手臂
- 双腿剧痛或单腿肿胀
- 身体无力或麻痹
- 说话口齿不清
- 听觉、嗅觉或味觉异常
- 视线模糊、衰弱

女性在服药期间，应当定期自我检查乳房有否任何异常。若注意到异常，请立即就医。

其他罕见但严重的副作用也可能包括：

- 月经周期延长或流失的血量过多
- 尿液粪便异色加上恶心，呕吐和胃口变差，腹痛或皮肤和巩膜黄染
- 情绪焦虑
- 药物过敏：皮肤出现红疹、皮痒、脸部肿胀、呼吸困难

若有以上情况，请立即通知医生或到急诊部求医。

特殊指示

荷尔蒙替代疗法**没有**避孕功效。

请在服用药物前确保：

- 没有对此药过敏
- 没有怀孕或是在哺乳
- 若欲服用任何其他药物（尤其是抗生素、抗真菌药），包括保健品或中药前，请咨询您的医生或药剂师。
- 已告知医生或药剂师您所有的病历尤其是中风、惊风、偏头痛，肝病、心脏病、糖尿病，乳癌或子宫癌等疾病
- 再进行某些手术前，提前暂停吃药

就医时，也需告知医生您目前正在服用荷尔蒙替代疗法的药物

服用荷尔蒙替代疗法药物的方法

荷尔蒙替代疗法药物的种类很多；服用方式也有所不同。请依据标签的指示服用。

主要的疗法分类为：

雌激素疗法 (Estrogen only): 每一颗药只含有雌激素。属于这类疗程的药品商名有 Premarin®, Estrofem®, Prodynova®

- 请每天定时服用一颗，饭后吃。
- 若您的子宫还未完全切除，医生将会为您配上 10-14 天的黄体酮以促使您的月经来潮。

连续联合疗法 (Continuous combined): 每一颗药含有雌激素和黄体酮。属于这类疗程的药品商名有 ActiVelle®, Femoston® Conti 1/5

- 请每天定时服用一颗，饭后吃。

雌孕激素序贯疗法 (Continuous cyclical): 一盒药包通常含 14 天的雌激素药丸，接着是 14 天雌激素添加黄体酮（又称孕激素）的药丸。属于这类疗程的药品商名有 Femoston® 1/10, Femoston® 2/10

- 请每天定时服用一颗，饭后吃。
- 服用完一盒后，无论经期还未结束便可接着继续服用下一盒。
- 您的月经大约会在接近吃完一盒药后来潮。

“三相”疗法 (Triphasic): 同一个包装内含有不同剂量配对的雌激素和黄体酮。属于这类疗程的药品商名有 Trisequens®

- 吃药时请根据正确的顺序服用。
- 每天定时服用一颗，饭后吃。
- 服用完一盒后，无论经期还未结束便可接着继续服用下一盒。
- 您每个月都会经过一次月经

周期性联合疗法 (Cyclical combined): 第 1 到 12 天给予雌激素；在第 12 天加入黄体激素连续 10 天。一个疗程一共 21 天属于这类疗程的药品商名有 Progyluton®

- 吃药时请根据正确的顺序服用。
- 请每天定时服用一颗，饭后吃。一次的疗程长达 21 天。
- 请在吃完一盒药后，暂停 7 天的药以让月经来潮。
- 即使 7 天后经期尚未结束，应当开始服用下一盒药。

服用荷尔蒙替代疗法药物之图表

Day of Cycle	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Premarin Estrofem Prodynova (Unopposed estrogen therapy – recommended for women without a uterus)	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
ActiVelle (Continuous combined therapy)	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊
Femoston 1/10 (Continuous estrogen and cyclic progestogen therapy)	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊
Progyluton (Cyclic estrogen and progestogen)	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊
Trisequens (Triphasic therapy)	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊	◊

•: 雌激素 ◊: 雌激素 + 黄体激素 *: 月经期间

忘了服用该怎么办？

忘记服药会降低药效。记起时，尽快补服。如果已接近下一次服药的时间，请勿补服。只需按日常服药的时间，服一个剂量即可。切勿服用双倍的剂量来补回已漏服的药量！忘记服药也有可能出现出血或米红现象。

存放方式

置放在阴凉、干燥的地方。避光、避热。置于儿童不易触及之处。扔药前请用垃圾袋把药包好才扔进垃圾桶



Last Review: 23/10/23

Produced by Department of Pharmacy
KK Women's and Children's Hospital

PATIENTS. AT THE HEART OF ALL WE DO.®