

“激素替代疗法”因人而异

——女性更年期综合症的科学诊治

程利南

众所周知，女性进入更年期，因卵巢功能的逐渐衰退，体内雌激素分泌不足，加上一些社会环境和家庭因素的影响，可能会出现一些与植物神经功能紊乱相关的症候群，如烦躁、出汗、潮热、心悸、乏力、失眠、头晕或头痛、腰背痛或肌肉疼痛、情绪不稳定、抑郁、阴道干燥和月经失调等，被称为“更年期综合症状”或“绝经期症状”。这些症状的出现，多数在绝经前，也可能发生在绝经后。更年期综合症状在多数中老年女性中并不严重，也会在一段时间里随着机体的适应、内外环境重新达到平衡而逐步缓解、消失。不过，也有少数妇女（约10-15%）的症状会比较明显、不易自行缓解，需要服用一些雌激素和其他药物进行治疗，以补充和调节体内激素分泌的不足，帮助机体恢复。这种针对性的治疗方法，也就是人们常说的“激素替代疗法”或“激素补充疗法”。

数十年来，临床上对

中老年妇女的激素替代疗法积累了丰富的经验，同时也发现这种疗法还有一些其他的、增进中老年妇女健康的有益作用，如提高中老年女性的生活质量、延缓衰老，降低心脏病和骨折的发生等。因此，社会上，尤其在大都市里，激素替代疗法的应用也就越来越普遍，不仅应用于控制绝经期症状，也常常应用于老年妇女心血管疾病、骨质疏松症和老年痴呆症的防治，甚至有些女性自己看看科普书籍和药物说明书就开始服用了。

有识之士对上述现象并不持完全赞同的态度，因为激素替代疗法在中老年女性中的应用，有一个合理用药和安全用药的问题；尤其是较长时间应用的安全性，至今尚未最后定论。为了了解较长时期激素替代疗法对死亡率及其相关疾病（如心脏病、静脉血栓栓塞、中风、乳腺癌、结直肠癌、卵巢癌、胆囊疾病、认知功能、骨折等）以及生活质量的影响，医学科学家曾检索了

至本世纪初、国际上所有对围绝经期或绝经后妇女进行为期一年及一年以上的、与安慰剂进行比较的临床随机双盲试验。在这些试验中，激素替代疗法有雌激素加用孕激素的，也有仅单纯应用雌激素的；给药方法，有口服、皮下、皮内或鼻内给药不等。医学科学家对其中符合世界卫生组织评估要求的15项试验、35,089例绝经期前和绝经后妇女（41-91岁）的资料，进行了统计学处理和荟萃分析。

荟萃分析的结果发现：

1. 任何形式的激素疗法均未增加各种原因导致的死亡率。
2. 接受各种激素疗法的女性患者，骨折和结肠癌的发生率有所下降，并具有统计学意义。
3. 连续应用雌激素加用孕激素的疗法，可能会增加静脉血栓栓塞或冠心病的发病率（往往在使用一年后），也可能会增加中风（往往在使用的三年后）、乳腺癌（五年后）以及胆囊疾病的患病风险；



这些风险均具有统计学意义。

4. 如果是长期单独应用雌激素的疗法，会增加中风和胆囊疾病的风险。

5. 进一步分析，静脉血栓栓塞在相对健康的妇女（无心血管疾病）中的风险是很低的；但在有心血管疾病的高危妇女中，这样的风险就会大大提高。

由此，医学科学家得出如下结论：

1. 对于老年妇女慢性疾病的常规治疗，并不是激素替代疗法的指征。换言之，如果仅仅是从老年妇女慢性疾病的预防和治疗角度而言，是不宜首先考虑采用激素替代疗法。

2. 在资源贫乏地区，骨质疏松的发病率较高，多数中老年妇女也不会因绝经期症状就医。为提高发展中国家和经济欠发达地区妇女的健康水平，应在当地社区开展一些中老年妇女营养状况和疾病危险因素评估的公益性项目。同时，也应开展相关的健康教育，使中老年妇女了解有关绝经期症状和可能的危险（如乳腺癌、糖尿病、高血压等），以及如何调整生活方式、注意饮食钙的摄入和钙制剂、维生素D的补充等。

3. 这些项目的开展，

需要得到当地行政当局的认识和支持，也要尽可能争取获得国际组织或国家层面的援助和支持。

4. 在这些项目的开展过程中，健康教育通常是由初级保健机构的医务人员承担；对围绝经期和绝经后妇女所进行的营养状况和疾病危险因素评估，则应是二级保健机构及其从业人员的职责。

最后，给中老年妇女朋友三点忠告：

1. 出现更年期综合症状，是否需要激素替代疗法、具体采用哪种方法以及应用多长时间，宜在有经验的专科医师指导下进行。

2. 激素替代疗法，所用药物和剂量，往往因人而异；不宜简单仿效，更不宜自作主张。

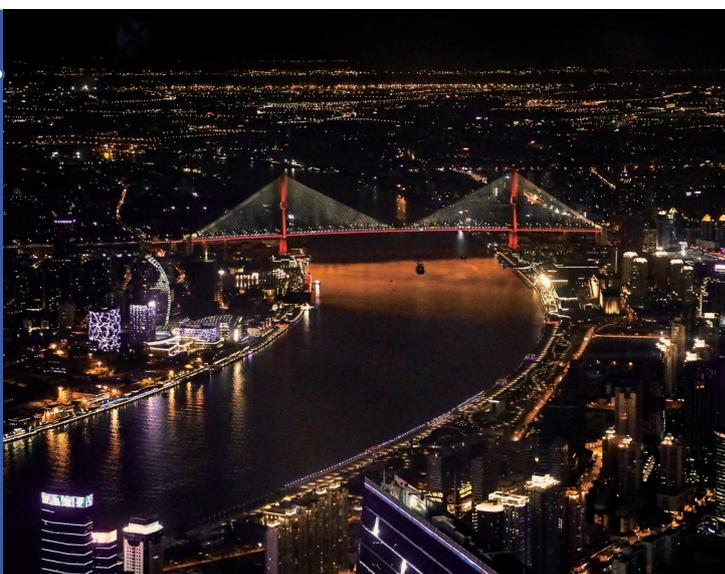
3. 使用激素替代疗法后必须坚持定期（每1-2年）的健康体检，尽早发现激素药物的副作用，以便及时调整药物的剂量或者停药。■

（摘自《上海家庭发展》）

编委会

主编：袁伟
 副主编：丛蓉、怡洁
 编委：李芦、方广虹、王颖
 责任编辑：王颖

摄影爱好者
 纽带
 杜实摄



上海计生所

Shanghai Institute of Planned Parenthood Research



上海市计划生育科学研究所
世界卫生组织人类生殖研究合作中心

主办

2018年12月30日 (内部交流)
第10期 总第80期



我所接受市科技两委“文明单位创建”实地检查



12月10日,由市科技两委及上科院有关领导组成的文明创建检查组一行7人对我所2017-2018年度文明创建工作进行了实地检查。我所领导班子成员、职能部门负责人、工青妇负责人以及党支部书记参加检查见面会。会议由所长、党委副书记李元春同志主持。

见面会上,检查组组长李积宗同志向与会人员介绍了此次检查安排。所党委书记、副所长刘伟同志代表所领导班子对检查组的到来表

示欢迎并表态,所党委高度重视市科技系统对我所开展“文明单位创建”检查工作,所全体职工将全力以赴,积极配合检查组在我所的各项检查工作。

随后,检查组通过向领导班子成员、部分职工代表进行个别访谈、发放调查问卷的方式对我所创建工作进行了实地检查。

实地检查结束后,检查组对我所“文明单位创建”工作给予初步反馈意见。检查组同志对我所在文明创建工作中做出的努力以及取得的成效给予充分肯定,同时对下一阶段工作提出一些建议。刘伟同志在听取检查组给予的反馈意见后表示,所党委将以此次接受检查工作为契机,进一步完善相关工作。针对检查组给予的建议,他表示所党委将认真做好以下几方面工作,一是进一步强化顶层设计,做好研究所发展规划;二是进一步修订完善党建工作制度,推进科学规范管理;三是进一步激发创建活力,营造积极向上发展氛围。 (党办) ■



12月12日,市科技委副主任干频同志携科技两委有关部门负责同志一行五人来我所进行党建调研和工作检查,所领导班子出席会议,所党办主任丛蓉同志、各党支部书记参加会议,会议由干频同志主持。

会上,干频副主任作调研、检查工作动员,介绍了本次调研检查的形式,即以个别谈话、座谈、实地检查等方式进行。他同时表示,希望能更加了解我所的工作,为所里解决实际困难。

随后,市科技两委领导对我所党政主要负责领导、党支部书记、党员代表进行了个别访谈,同时对我所党建工作进行实地检查。 (党办) ■

我所接受市科技两委党建调研及工作检查

我所开展领导班子和领导干部年度考核工作



12月18日,我所召开2018年度领导班子和领导干部(绩效)考核会议。市科技党委有关领导和我所党政领导班子成员出席会议,所各部、室、中心、

医院主要负责人、党支部书记、工青妇负责人以及职代会代表等40余人参加了会议。会议由所党委书记、副所长刘伟主持。

会上,所长、党委副

书记李元春首先代表党政领导班子作年度述职报告,他就以深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的十九大精神,学习习近平总书记在进博会开幕式上的主旨演讲,加强党的建设、科研能力建设、干部队伍建设、文化建设和廉政建设等几方面对所领导班子一年来的工作进行了总结。随后,按照上级组织要求,与会人员填写了《领导班子测评表》《领导干部测评表》,对我所领导班子及个人一年来工作进行评价。 (党办) ■

我所召开申报2019年度上海市自然科学基金项目所内遴选会

12月24日,我所召开申报2019年度上海市自然科学基金项目所内遴选会,副所长王健出席会议,申报2019年度上海市自然科学基金项目的科研人员参加会议。今年我所申报名额有5个(含1个博士后名额),共有7位科研人员进行了申

报项目的答辩,所学术委员会委员根据各拟申请项目的创新性、可行性和重要性等方面内容进行评审打分,评分排名前五位的陈标榜博士、吴建辉研究员、李敏副研究员、朱焰研究员和朱虔兮研究员获得申报资格。 (科技部) ■





我所召开 2018 年度“达华青年科技创新奖”评审会

12月12日,我所召开2018年度“达华青年科技创新奖”评审会。本年度共有来自各研究室的15名科研技术人员、博士后和在读研究生申请“达华青年科技创新奖”。经所科技部形式审查,申请人员全部符合条件。评审会上,申请人进行现场汇报,评审委员根据15位申请人近两年的业绩汇报和答辩情况进行评分。

经“达华青年科技创新奖”评审委员评审、我所所长办公会议讨论决定,汪凌波(博士后)等获得2018年度“达华青年科技创新奖”一、二、三等奖及鼓励奖。(科技部) ■

我所召开 2018 年度财务助理第二次工作会议

为使我所科研人员了解和掌握上海市最新科研经费管理政策,合理合规使用科研经费,提高资金的使用效益,12月4日,我所科技部和财务部联合组织召开财务助理培训会议,副所长王健出席会议,各财务助理、科技部和财务部有关人员参加了会议。

本次财务助理培训会特别邀请市科委条财处处长翁清和邱一祥老师作为授课专家,为与会人员进行科研经费管理政策的解读及经费预算执行的培训,并就与会人员在工作中遇到的困难和提出的问题进行解答。

最后,王健副所长表示,国家简政放权的



同时将继续深化放管结合、优化服务,对我们基层单位管理的要求会越来越规范,意味着我们要配合国家政策,全力做好“放管服”工作,提升工作效能。科研经费管理是科研项目全过程的专业管理,希望与会

人员持续重视财务助理的工作,“吃透”政策内容,才能更好地为科研做好服务,尤其是涉及到绩效等与个人息息相关的政策,更要准确把握。只有掌握和领会好政策,才能有效落实,从而保障研究组顺利发展。(科技部、财务部) ■

父亲孕前服用抗抑郁药对子代注意缺陷多动障碍影响的最新研究成果

科技前沿

杨芬

《PEDIATRICS》(儿科学杂志)2018年1月发表了我所关于父亲孕前服用抗抑郁药对子代注意缺陷多动障碍(ADHD)影响的研究论文(Yang F, Liang H, Chen J, Miao MH, Yuan W, et al. Prenatal Paternal Selective Serotonin Reuptake Inhibitors Use and Risk of ADHD in Offspring[J]. Pediatrics, 2018, 141(1):e20171)。

近年来越来越多的研究关注母亲在围产期的各种暴露因素(如孕期吸烟、应激、药物滥用、环境毒素暴露等)对子代精神神经疾病如自闭症(ASD)、ADHD等的影响,其中有关母亲在孕期服用选择性5-羟色胺再摄取抑制剂(SSRIs,一类新型的抗抑郁药)导致子代ASD、ADHD发生风险增加的研究成果已陆续在国际知名杂志见刊发表,然而极少有研究从父亲的角度探索孕前服用SSRIs对子代神经精神发育的效应。事实上,近十年内的动物研究和人群研究表明父亲孕前危险因素暴露对子代生长发育存在着潜在效应,最新的一项动物研究发现雄鼠孕前注射SSRIs对胎儿的生长结局有着不良影响,但有关父亲服用SSRIs对儿童ADHD影响的人群证据未见报道。

我所研究人员利用丹麦

国家登记资料库开展前瞻性队列研究,以丹麦1996-2008年出生的所有活产婴儿及其父亲为研究对象,共纳入78.1万儿童及父亲,随访至2013年。该项研究通过每个居民唯一的个人编号,实现不同数据库的精准链接,从处方登记库获得父亲在孕前服用SSRIs的处方信息作为暴露变量,从住院登记库和精神疾病登记库获得儿童ADHD的诊断信息。研究方法上除建立常规的暴露组 and 对照组外(以孕前3个月用药作为暴露组,孕前3个月未用药为对照组),另设立一个暴露组(在孕前一年至孕前3个月内用药)以控制父亲抑郁对子代ADHD的潜在混杂效应。研究结果发现与对照组相比,父亲在孕前3个月内服药的子代发生ADHD的风险增加了26%。但是将暴露窗口延长至孕前1年后发现仅在孕前3个月内服药的父亲其子代发生ADHD的风险没有明显增加,而孕前1年到孕前3个月内用药的父亲其子代ADHD风险增加了35%。该研究提示父亲在孕前服用SSRIs可能不会增加子代发生ADHD的风险,而父亲孕前抑郁可能对子代ADHD的发生存在潜在影响。这一研究受国家自然科学基金和欧洲科学委员会ERC的资助。■

简讯

- ◆ 药物发展研究室研究员俸灵林主持的《一种可生物降解的避孕植入棒》获得盖茨基金立项资助。(科技部)
- ◆ 生殖生物学研究室研究员于复东获得2018年上海市人才发展资金资助计划。(科技部)
- ◆ 生殖生物学研究室副研究员徐建华获得生育调控技术重点实验室(山东省妇幼保健院)开放课题立项资助;生殖生物学研究室博士后杨明俊获得上海市化学生物学(芳香杂环)重点实验室开放课题立项资助。(科技部)
- ◆ 生殖生物学研究室研究员李卫华主持的上海市科委实验动物项目,以及生殖生物学研究室研究员李润生和研究员刁华分别主持的上海市科委科技支撑项目均通过结题验收。(科技部) ■

我所召开新一届妇委工作会议

12月25日,我所召开新一届妇委工作会议,所党委副书记、纪委书记吴寿仁出席会议,妇委委员参加会议。会议由妇委主任苗茂华同志主持。

会上,吴寿仁同志首先对当选的新一届妇委委员表示祝贺,随后会议进一步明确了妇委委员分工,妇委会设正副主任各1名,建立分工协作机制,划分职责范围;同时根据我所部门设置情况,新一届妇委将在所本部设立6个妇

女小组。

根据工作分工,妇委委员分别从妇委工作设想、处理好本职工作和妇委工作的关系、如何从妇委角度出发为女职工发声三个角度发表了自己的看法。苗茂华同志代表妇委会表示,在市科技妇工委的指导下,在所党委的领导下,有信心做好妇委相关工作,新一届妇委将努力为我所的发展做出贡献。

最后,吴寿仁同志作总结发言,对新一届妇委

提出以下几点要求:一是要保质保量完成“三八”妇女节、“六一”儿童节、女职工体检等常规动作;二是妇委工作要形成自己的特色,妇委可以与所里资源相结合,对我所取得的成果加以利用、推广,对外扩大影响力;三是要努力创新工作方法和工作内容,在如何为女职工的发展提供便利、活跃学术气氛、保障妇女权益、丰富女职工业余生活等方面加强创新;四是希望妇委



委员们兼顾好本职工作和妇委工作,妇委工作给委员们提供了一个掌握全所全局的机会,他鼓励大家充分利用这些机会,拓展

视野。五是在妇委工作中要严格遵守相关政治纪律、组织纪律、工作纪律、作风纪律和廉洁纪律。

(所妇委) ■

家编支部开展主题党日活动

12月20日,我所家编支部开展12月主题党日活动,所党委委员王健同志出席会议,家编支部全体党员及入党积极分子共12人参加会议。

会上,与会人员首先就习近平总书记庆祝改革开放40周年大会上发表的重要讲话交流学习心得;随后,王健同志作总结发言,他认为,庆祝改革开放40周年大会的目的在于总结和动员,改革开放是一场“伟大的觉醒”,是继建党、建国后的第三大“里程碑”,我们要牢记十个“始终坚持”、九个“必须坚持”,解放思想,实事求是,大胆地试,勇敢地闯。

最后,党支部书记巫茜同志带领与会人员学习了《中国共产党支部工作条例(试行)》,通过这次学习,支部党员和入党积极分子深刻领会了该条例的重要意义,全面理解了其丰富内涵和精神实质。

(家编支部) ■

学思践悟 脚踏实地 砥砺前行 做新时代的科研人

流病支部学习习近平总书记进博会主旨演讲和上海考察讲话精神

为了深刻学习和领会习近平总书记在首届中国国际进口博览会开幕式上的主旨演讲和考察上海工作时的重要讲话精神,日前,流病支部开展了以“学思践悟、脚踏实地、砥砺前行,做新时代的科研人”为主题的学习活动。

活动中,支部党员认真听取和学习了习近平总书记在首届中国国际进口博览会开幕式上的主旨演讲以及他在张江科学城的考察讲话。

讲话中,习总书记反复突出

“开放合作、优势互补、共同发展、共享未来”等新时代的趋势和特点,强调“在实现中华民族伟大复兴的关键时刻,要把科技创新摆到更加重要位置”“让科技创新在实施创新驱动发展战略、加快新旧动能转换中发挥重大作用”。习总书记还对上海提出了殷切希望,强调上海肩负的重要使命,为上海改革开放再出发指明了方向。

与会人员深刻领悟了习总书记重要讲话的深刻内涵

和核心要义后,结合工作进行积极的讨论。一方面深刻剖析了本科室面临的发展形势以及国家机构改革等带来的冲击和挑战;另一方面畅所欲言,为如何在艰难和困境面前,迎难而上积极建言献策。与会人员一致认为要坚定自己的初心和使命,顺势顺时而为,不惧挫折和困难,勇于实践,沉下心来,脚踏实地地做好自身建设,做一名新时代有所为的科研人。

(流病支部) ■

所医院举办“月月学雷锋”专场活动 “淘宝宝医疗志愿队”提供爱心公益服务

日前,徐汇区枫林街道“月月学雷锋”活动如期举办,与以往不同的是,本次活动是由所医院党支部与枫林街道党工委、办事处共建,在所医院举办了“‘雷锋在枫林’上海计生所医院专场志愿者爱心公益活动”。来自枫林街道近10家单位也参与活动,为社区居民带来了一场丰富的志愿服务。

活动当天,所医院“淘宝宝医疗志愿队”发

包括妇科、男科、中医等方面的答疑义诊服务,并发放健康科普手册等。来自枫林街道的其他志愿单位分别带来了口腔咨询、法律科普、心理咨询、量血压、理发、银行业务咨询等服务,前来参加活动的社区居民近百人,均对专场志愿服务表示非常满意,活动取得了圆满成功。

枫林街道“月月学雷锋”志愿服务活动是由枫林街道党工委、办事处于

2018年3月正式启动,是每年一度的“3·5”学雷

锋活动的深化,也是枫林街道志愿服务联盟的载体,每月举办一次。所医院作为上海市生殖特色专科医院和枫林街道志愿服

务联盟成员,多年来,在所党委的领导下,所医院党支部与枫林街道党工委、办事处携手共建,发挥优势,主动承担社会责任,“淘宝宝医疗志愿队”甘于奉献,发扬雷锋精神,长期开展多场义诊、讲座以及为困难家庭青少年献爱心等志愿活动,受到了枫林街道领导的肯定和居民的一致好评。今后所医院将保持初心,再接再厉,持续发扬雷锋精神,充分利用生殖专科优势,为社区居民提供更具特色的志愿爱心公益服务。

(医院支部) ■

