

线索征集

健康维权，责无旁贷：在您的健康生活中，有没有遇到过——烦恼事、困惑事、愤怒事，请登陆健康时报网-监督频道，点击“我要举报”提供调查线索；下载健康时报app，点击左上角电话按钮，可在线报料。也可拨打健康时报电话(010—65363351、13001005428)或发送邮件至jksb16@jksb.com.cn提供调查线索。线索一经采用，有现金或精美礼品赠送。

媒体平台

阅读更多健康权威内容，请关注健康时报全媒体平台



健康时报客户端：健康尽在掌握间



健康时报微信：因专业而信赖



健康时报网：精品健康新闻 健康服务专家



人民名医直播：我与名医零距离



@健康时报微博：微健康 随时随地不随意



视频大夫说：权威专家 说尽健康事儿



快手：健康时报原创短视频



抖音：健康时报原创短视频



十四届健康中国论坛：新阶段新理念新格局



第五届人民名医盛典：推荐医者榜样 引领尊医舆论

版权说明

未经本社书面授权或同意，任何单位和个人，不得以任何目的、任何形式转载、转贴、深度链接或以其他方式使用本社全媒体上如纸媒、网站、微信、微博及其他介质上的作品。凡在人民日报健康客户端、健康时报官方任一载体上刊发、上线的所有作者的各类文图视听产品，视为认可本社规则，即本社有权在包括但不限于本社其他载体上，如纸媒、网站、微信、客户端、微博以及结集出书、在包括但不限于如今日头条、喜马拉雅等其他社会平台上开设的官方公号等其他形式的使用。本社支付的稿酬中包含了上述各类载体的所有报酬。

上接3版

# 陷入多囊困扰的女性

“多囊卵巢综合征目前病因不清楚，它主要表现为代谢和生殖内分泌功能紊乱。同时存在有胰岛素抵抗和下丘脑-垂体-性腺轴的功能异常。因此，多囊卵巢综合征患者可因为不同目的或临床表现就诊不同科室。如因原发闭经、月经稀发或不孕而就诊于妇产科；因肥胖、高血压、高胰岛素血症或糖尿病等代谢紊乱症状而就医在内分泌科。”北京协和医院内分泌科主任医师伍学焱告诉健康时报记者，在不同科室就诊，治疗的目标和重点也不一样。内分泌科往往着眼于代谢紊乱的纠正或远期预防；妇产科则常常注重生殖激素的调节，以恢复月经，对抗雄激素升高所致的痤疮、多毛等男性化表现或促排卵助孕为主要目的。

徐阳强调，医生不能单凭一张B超，就轻易给病人扣上多囊的帽子。该病诊断一直是本领域专家争论的焦点，全球较为公认的诊断标准简称鹿特丹诊断标准，有三条：稀发排卵或者无排卵；有高雄激素的临床表现或高雄激素血症；卵巢的多囊样改变。上述三条具备两条，并且排除其它可能导致雄激素过多的疾病，才能诊断为多囊卵巢综合征。

## 身心的双重伤害

影响生育、并发症多，对于多囊患者有太多的现实困境。据《2018年国际循证指南：多囊卵巢综合征的评估和管理》，约15%的多囊卵巢综合征患者存在焦虑症状，27%存在抑郁症状，其中14%~44.4%兼具抑郁和焦虑症状。

“其实最担心的还是不孕，每次月经不来的时候，我的神经就开始紧绷，焦虑抑郁几乎让我夜不能寐。”王华告诉健康时报记者，因为确诊的时候才20多岁，未来还要组建家庭、繁育后代，因为多囊，她甚至一段时间都不愿意和异性交往。

已经怀孕9个月的林郁（化名）回忆起对抗多囊的日子感慨万千。“怀上宝宝，成为妈妈一

直是我的梦想，在确诊多囊之前，甚至觉得这是一件再自然不过的事，但是确诊多囊之后，生活几乎被改变了，中医、西医甚至是民间偏方，只要是能够治疗的方法我都试过了，但是最终都没有效果。”

很多患者都有像林郁一样的经历，在极度焦虑之后，开始接受多囊成为生活的一部分。她们保持积极健康的状态生活，没想到奇迹发生了。去年10月左右，林郁有了自己的孩子。

《多囊卵巢综合征临床治疗专家共识》将多囊定性为生活方式疾病，许多女性除了去看妇产科、不孕不育门诊，更应该关注生活方式。相比不孕，很多症状是未来会表现的，如果不去调整的话，可能30岁就有糖尿病、脂肪肝的问题。

徐阳介绍，“它是需要终身控制的疾病，尽管多囊患者经过治疗后完成了生育，但在未来也可能更早地出现高血压、糖尿病、子宫内膜癌以及和胰岛素抵抗相关的代谢性疾病等。”

多囊目前还没有治愈的方法，但不代表绝望。不少医生告诉记者，如果管理得好，疾病控制稳定，病人和正常人没有差别。

徐阳说，病人必须从生活方式开始做出调整，从改变认知，到改变态度，再到改变行为，借助护士和营养师的团队合作，帮助患者解决个体化的问题。

## 管住病人生活方式

在门诊，每当有新的患者被确诊为多囊，走进徐阳的诊室，焦虑地一股脑儿说出自己的问题和担忧，她都会告诉对方两句话，一句是，“多囊的诊断已明确，不能不管它。”另一句是，“不要过度紧张，多囊不能根治，但可以控制，要积极和医生配合。”

复杂的饮食管理、对生育的担忧和不断增长的患者数量，都对医生的使命和能力提出了全新的挑战，而问题的解决之道，或许就隐藏在患者日复一日的生活

之中。

“控制体重、管理生活方式、进行心理干预，这三个永远是治疗多囊的第一位。但最麻烦的是病人管不住。”徐阳回忆，“大概十年前我意识到，对于一个多学科交叉的疾病，仅从一个点上去控制肯定不行。”

为此，她主持了针对多囊的多学科联合门诊。2012年，她所在的中心就开设了多囊卵巢综合征特色门诊，由生殖内分泌医生、营养师、护士组成的治疗团队，为患者提供一站式诊疗服务。这样一来，患者不再需要承受在不同科室间的奔波之苦，在很大程度上减轻了负担。

伍学焱告诉健康时报记者，多囊卵巢综合征的治疗就像是在跑一场马拉松，由于不同年龄阶段的生理特点和需求不同，治疗方案也随之而变化。

每个门诊日，十几岁的青年女性走出诊室，四十几岁的中年女性推门而入。房门的一推一关之间，就像完成了多囊几年的病程，18岁的梁丽，二十多岁的赵云……医生们期待着患者能够减重成功、身材匀称、面色红润、月经规律，重新洋溢起健康向上的气息。

## 参考资料：

- ①ZhaoY,ZhengD,ChenR,et al.Dose-effect analysis of treatment by modified Zhibaidi huang decoction on polycystic ovary syndromehyperandrogenism [J].JTCM,2018,38(2):280-286.
- ②Teede HJ, Misso ML, Costello MF, et al. Recommendations from the international evidence-based guideline for the assessment and management of polycystic ovary syndrome[J]. Fertil Steril, 2018, 110(3): 364-379. DOI: 10.1016/j.fertnstert.2018.05.004.
- ③中华医学会妇产科学分会内分泌学组及指南专家组. 多囊卵巢综合征中国诊疗指南[J]. 中华妇产科杂志, 2018, 53(1): 2- 6. DOI: 10.3760/cma.j.issn.0529-567x.2018.01.002.

人民日报健康客户端“看病用药投诉留言板”，反映网友在看病、用药、医保遇到的各种问题，是网友向医院、医药、医保管理部门反映问题、解决难题、建言献策的留言平台，也是医疗、医药、医保管理部门听取民意、集中民智、回应关切、推动工作的重要参考。网友扫描右侧二维码下载人民日报健康客户端，下滑至“看病用药投诉留言板”留言。咨询联系电话：13001005428

