



患者指南

来自 ReproductiveFacts.org



美国生殖医学会的患者教育网站

多囊卵巢综合征（PCOS）

什么是PCOS？

多囊卵巢综合征是一种常见的激素分泌紊乱疾病，在育龄女性中的患病率为5%-10%。和所有综合征一样，PCOS包含一组同时出现的病症。并不是所有PCOS患者的症状都完全相同。女性必须患有下列三项中的两项病症才可被诊断为PCOS：（1）长期稀发排卵或无排卵；（2）长期高睾酮（一种激素）水平（高雄激素血症）；（3）卵巢中含有多个充满液体的小囊（即多囊的）。

如何诊断PCOS？

因为PCOS的诊断需要确认几个不同的健康问题，所以应结合体检、病史、超声（超声波图）和验血的结果来诊断这一综合征。

在检查过程中，患有PCOS的女性可能会谈到月经期不规律、闭经或者两次月经来潮期间的相隔时间较长。患者也可能出现肥胖、毛发生长旺盛（多毛症）、痤疮或不孕等问题。经超声检查后，会发现许多患者的卵巢增大且卵巢中有多个小囊。血液测试可能会显示高血糖、高胆固醇或高雄性激素。

患上PCOS的女性会有哪些风险？

部分风险与女性排卵不规律有关。当身体没有排卵时，体内正常的激素循环便会中断，导致子宫内膜暴露在恒定水平的雌激素中。这可能会导致子宫内膜增生，并引起异常出血，也可能导致子宫癌或癌前病变。不能定期排卵也可能造成怀孕困难的情况。

代谢综合征在患有PCOS的女性中十分常见。其症状包括腹型肥胖、高胆固醇、高血压和胰岛素抵抗/糖尿病。任何一种上述症状都会增加心脏病的风险。肥胖在患有PCOS的女性中也十分常见。

如何治疗PCOS患者的不孕症？

治疗不孕症的一种方法是使用药物促进排卵。患者

通常可以先尝试口服克罗米芬。有时也可口服一种叫做来曲唑的药物，它对PCOS患者特别有帮助。如果口服药物没有成功，也可以注射一类名为促性腺激素的生育药物来刺激卵子的生长。在使用这些药物时，必须对PCOS患者进行密切监测，确保她们没有过度反应。

如果一个女性的体重超标，减肥也可以帮助她改善排卵模式、提高生育能力。

二甲双胍等胰岛素增敏剂可以帮助身体更有效地利用胰岛素，从而改善排卵。这也可以降低患上糖尿病或代谢综合征的风险。来曲唑等芳香酶抑制剂有时也可用于有生育意愿的PCOS患者。

如果其他治疗方法都无效，体外受精（IVF）也许可以帮助PCOS患者怀孕。

如何治疗没有生育意愿的PCOS患者？

如果患者没有生育意愿的话，服用激素药物通常也有助于改善PCOS症状。口服避孕药经常用于减少过量的毛发生长和痤疮。口服避孕药还可以使女性月经更加规律，预防怀孕和某些类型的癌症。二甲双胍可以帮助降低患上糖尿病或代谢综合征的风险。

能够降低雄性激素的药物可以用于治疗多毛和痤疮。多余毛发也可以通过电解术和激光治疗去除。减肥能够降低许多PCOS患者出现糖尿病和高雄激素水平的风险。

治疗方案应根据每个女性的需要、症状和特定情况进行调整，并可能随时间而需要更改。你应该与医生讨论最适合自己的治疗方法。

*2014年修订；由合巢生殖医学中心无偿翻译并赞助校对
Revised 2014; Translated by Hernest Center for
Reproductive Medicine, with independent review
sponsored by a Hernest Educational Grant*

如需获取更多关于本专题以及其他生殖健康专题的信息，请访问www.ReproductiveFacts.org