

# 陷阱还是神器，“能量贴”真能给女人加能量？

今日女报 / 凤网记者 罗雅洁

“我妈妈和姨妈都在贴‘能量贴’，她们说可以延缓绝经，你们知道这对女性安全吗？”7月21日，今日女报 / 凤网记者接到读者王女士的咨询电话。原来，王女士发现，她身边不少女性长辈在使用一款名为“女性能量贴”的产品，声称可以让绝经的中年女性再次来月经。

随着生活质量的提高，有些女性认为“绝经后老得快”，便想方设法延缓绝经时间。这类“女性能量贴”到底靠不靠谱？对身体健康有没有伤害？绝经后的女性真的还能来月经吗？带着读者的疑问，今日女报 / 凤网记者采访了相关专家。



## “女性能量贴”走红

7月24日，今日女报 / 凤网记者在某大型电商购物平台上搜索“女性能量贴”时，发现销量最高的是一款产自德国的、名为“女性荷尔蒙能量贴”的产品。在该产品详情页上，商家宣称该款产品可以“帮助保持健康的荷尔蒙水平、保持良好的情绪、保持正常的月经周期”，特别提到了卵巢保养和延缓更年期。

记者发现，该产品有两种规格，一款为雌激素，功效为“补充更年期激素的缺

乏，预防更年期骨质疏松”。另一款为雌孕激素结合，功效是“缓解绝经后的不适”。两款产品的适用人群都是18岁以上成年女性。

“绝经了贴这个能重新来月经吗？”记者在线询问客服，客服回答：“不能保证，但这款处方药效果很不错，有很多客户成功的案例。”

当记者提出以为这是保健品时，客服再次强调“是处方药物”，并发来一张注

意事项，其中有一句话是“请按照医生告诉您的方式使用该药”。

记者注意到，该类产品的外包装全是外文，没有中文标识，售卖“荷尔蒙能量贴”的也都是海外旗舰店，其店铺显示的销量也不错，但国内的网上药房并无售卖。

连日来，今日女报 / 凤网记者在长沙街头走访老百姓大药房、海王星辰大药房等药店后，并未发现此类产品的踪迹。

## “能量贴”真有用？医生这样说

“今天上午，门诊就有一名患者拿着类似的女性荷尔蒙能量贴来找我，问我到底有没有用。”7月25日，长沙市妇幼保健院妇女保健中心主任、更年期保健门诊负责人周晓花告诉今日女报 / 凤网记者，这名患者叫李红（化名），正处于更年期，当时来看门诊时已经存在睡眠障碍、心情烦躁、多疑等症状，经过全面的身体检查后，周晓花为李红使用了绝经激素治疗。

治疗过后，李红明显感到身体状况好了很多。而当医生开的药快吃完时，李红的朋友就给她推荐了一款产自日本的女性荷尔蒙能量贴，据说含有孕激素和雌激素，效果也很好。李红用了几贴，心里仍旧半信半疑，于是，她拿着外包

装盒，前来门诊询问周晓花。

周晓花表示，这个外包装皆是日文，她只认得用中文写的“更年期”三个字，而关于成分及具体含量都没有中文翻译。

像这样产自国外的女性荷尔蒙能量贴，周晓花遇到过不少患者拿来咨询。

“这些能量贴，一方面是成分不明确，另一方面并没有在中国经过临床实验，长期使用的话没办法跟踪随访，所以并不推荐患者使用。”周晓花表示，“更年期女性确实可以通过补充雌、孕激素来治疗更年期综合征，预防一些老年慢性疾病，比如心脑血管疾病、骨质疏松、阿尔茨海默症、结直肠肿瘤等。”但更年期补激素有严格的适应证和禁忌证，“患

者必须要经过全身体检，经过医生评估有没有禁忌证和慎用情况，在医生指导下、监测下使用，才能保证最好的疗效和最大程度的用药安全”。

周晓花表示，这类产自国外的能量贴，没有中文标签，也没有国药准字，就不知道它到底适不适合中国人的体质。而且，在没有医生指导下，患者自行补充雌孕激素，会增加乳腺及子宫内膜患病的风险。

同时，她也提醒年轻女性，这类产品虽然号称“18岁以上成年女性适用”，但女性只要正常来月经，就说明体内的雌孕激素水平正常，没有必要补充，用了反而会扰乱激素水平，引起月经失调。

## 女性绝经之后老得快吗

“我绝经了一年半，贴了两个月之后又来月经了。”今日女报 / 凤网记者发现，在一款女性荷尔蒙能量贴产品下，有一些消费者如此留言。

对此，周晓花表示，首先要看是不是真正意义上的绝经，“40岁以上的女性停经12个月，排除妊娠及其他可能导致闭经的疾病后，即可临床诊断为绝经”。而使用雌孕激素会对子宫内膜产生刺激，子宫内膜逐渐增厚，当停用激素一周左右，子宫内膜脱落，会产生像来月经一样的撤退性出血。

“在这种情况下，患者会觉得自己又来月经了，但在医学上，真正意义上的月经是有排卵的。”周晓花解释，这对女性来说是一种心理安慰，但有人在补

充激素后不会出现撤退性出血，情况因人而异。

“更年期女性除了绝经，还会出现一系列更年期症状，比如潮热出汗、失眠、心慌心悸、焦虑不安、情绪低落、骨关节疼痛、阴道干涩、萎缩性阴道炎、尿频、尿急，还会出现骨量减少、骨质疏松等症状。”周晓花告诉今日女报 / 凤网记者，在这种情况下，可以补充雌孕激素以减轻症状。患有卵巢早衰的女性也需要补充雌孕激素。

生活中，很多女性对绝经感到恐慌，认为“绝经之后老得快”，这是真的吗？

对此，周晓花表示，这句话有一定道理。“因为女性绝经之后，雌激素水平下降，而雌激素对于神经认知功能、心

血管系统等都有保护作用。”同时，雌激素对血脂也有影响，雌激素降低会使甘油三酯胆固醇升高、低密度脂蛋白升高、高密度脂蛋白下降、血管壁出现损伤，从而导致动脉粥样硬化斑块的形成。

那是不是越晚绝经越好呢？“我们国家女性绝经的平均年龄在48至52岁，太早了，肯定也会影响身体健康，但太晚了也不一定好。”周晓花解释，女性绝经的年龄存在个体差异，如果绝经年龄晚于52岁，还是要定期做检查，排除子宫腺肌症、子宫内膜异位症、子宫内膜癌的可能。“这些疾病都是雌激素依赖性疾病，如果女性雌激素水平比较高，那绝经的时间就可能更晚，这时候就要预防这些疾病的发生。”

TIPS

### 这些情况下，不能补充雌孕激素

1. 已知或可疑妊娠。围绝经期女性，月经紊乱时应注意排除妊娠相关问题如宫内妊娠、异位妊娠、滋养细胞疾病等。

2. 原因不明的阴道流血。阴道流血病因包括肿瘤性、炎症、医源性、创伤性和卵巢功能失调等，在予以性激素治疗围绝经期月经失调前应仔细鉴别。

3. 已知或疑似患有乳腺癌。

4. 已知或疑似患性激素依赖性恶性肿瘤。

5. 最近6个月内患有活动性静脉或动脉血栓栓塞性疾病。

6. 严重肝肾功能不全。对于肝肾功能异常的患者，应用绝经激素治疗时推荐经皮途径，若重复测定肝肾功能高于正常值的2~3倍，建议先行内科诊疗。

科普 >>

### 新生儿夏天穿什么衣服

文 / 陈孟雨（湖南省儿童医院新生儿科）

新生儿在夏天穿衣服时，要注意衣服的材质、款式、数量等。1. 材质。建议穿较轻薄的棉质衣服，因为宝宝在夏季容易出汗，而棉质衣服有吸汗作用，透气性又较好。2. 款式。尽量选择系带的、斜襟式的纯棉衣服。前襟尽量长些，可以盖住新生儿的肚子，以防腹部着凉，避免出现腹胀、腹泻等问题。尽量不要选有纽扣、商标、别针等坚硬物品的衣服，而应该选用系带的衣服，将带子斜系在新生儿身体一侧。3. 数量。在夏季，新生儿穿的衣服通常是一件较长的斜襟棉布上衣，再加上一个包布。不宜给新生儿穿得过多，因为新生儿的基础代谢率较高，非常容易出汗。一般可以摸下新生儿的头部和后脑勺部位，如果出汗较多，则说明穿的衣服较多，此时要减少衣物。如果手心、脚心均较凉，说明穿得不够，要适当增加衣物。