



## 睾酮真的能帮助我们吗？

睾酮有助于缓解一些与健康有关的更年期问题

睾酮是男女体内都存在的激素，尽管男性体内分泌的睾酮比女性多很多。对于女性来说，睾酮是一种必不可少的激素。性欲和性满足感丧失是绝经后妇女的常见症状，而适当剂量的睾酮对提高女性性欲和性满足感是非常有效的。

更多信息请访问[www.imsociety.org](http://www.imsociety.org)

## 睾酮与女性

雄性激素是由卵巢和肾上腺分泌的激素，主要的雄激素是睾酮。在女性中，卵巢直接释放睾酮进入血液，另外，睾酮也可以由卵巢和肾上腺产生的其他激素转换而来，例如脱氢表雄酮和雄烯二酮。在女性和男性中，睾酮直接作用于细胞，但是它也可以转化为雌激素，通过雌激素活性产生重要的生物学作用 [1.]。

男性血液中的睾酮水平大约是女性的10-20倍，这使我们容易将男性特征与睾酮联系起来，例如声音更加低沉、体毛更多、肌肉更发达等等T

女性血中的睾酮水平往往在20多岁时达到高峰。随着年龄的增长，血中的睾酮水平缓慢下降。当女性达到绝经时，血中的睾酮水平大约为她们高峰时的1/4 [2.]。然而，在65-70岁以后，女性的血睾酮水平与年轻女性相似 [3.]。

当女性的双侧卵巢被切除时，血中的睾酮水平出现突然的降低（手术绝经）。导致女性睾酮降低的其他原因还包括：

- 应用口服避孕药-降低卵巢分泌睾酮，增加肝脏蛋白（性激素结合球蛋白SHBG）产生，SHBG有降低睾酮的作用；
- 口服类固醇激素治疗-抑制肾上腺分泌睾酮；
- 抗雄激素药物治疗痤疮、多毛或脱发可抑制体细胞睾酮的活性；和
- 垂体功能完全丧失(垂体机能减退)。

为了排除其他的潜在因素，我们建议您向您的医疗保健专家进行咨询。

### 女性睾酮低的后果是什么？

睾酮降低对女性的影响多年来一直备受争议。首先，最重要的是，目前没有可以作为“诊断”女性睾酮水平低的血液睾酮水平标准。

一些研究表明睾酮降低可能与性欲下降有关，但并不是所有的研究都有一致的发现 [4.]。



## 睾酮治疗是否有益？

2019年发表的一篇完整的综述对全部已发表的研究进行了总结，结果表明：绝经后的女性如果由于性欲下降导致个人忧虑或痛苦者，可能会受益于睾酮治疗。这篇综述还表明，目前还没有足够的证据证明绝经前妇女能从睾酮治疗中获益 [5.]。

性欲低并伴有因此产生的痛苦时也被称为性欲减退症(HSDD)。由于女性患HSDD的可能原因有很多，如果你正在经历你认为是HSDD时，你应该和你的医生谈谈，并寻找所有可能导致HSDD的原因。应该在上述措施进行之后才被考虑使用。

一些妇女正在接受睾酮治疗，而不是由于HSDD的原因。IMS成立了一个权威的专家组来审查睾酮治疗的证据基础，并在一份全球共识声明(2019)中发表了我们的建议。经过研究发现，目前没有明确的证据证明睾酮能改善健康状况或改善情绪，因此不建议应用睾酮治疗上述症状。该声明的结论是，没有足够的证据支持将睾酮用于除HSDD以外的任何症状或医疗状况。

## 睾酮如何应用？

睾酮可以作为片剂或胶囊服用，但是对于女性或者男性不建议口服给药，因为睾酮口服药会对血胆固醇水平产生不利的影响。

如果需要应用睾酮，最好以非口服形式给药，如经皮肤的凝胶，乳膏，贴片或将药物植入皮肤下。睾酮的剂量应该以达到年轻女性的血液睾酮水平为准。高于这一水平可能会导致体毛过多生长、脱发和痤疮等副作用，并且这被认为是不安全的。

目前为女性配置的睾酮制剂非常少。《全球立场声明(2019)》的建议是，如果没有针对女性的配方制剂，可以使用减量的已经批准的男性制剂(由医生推荐)，并定期进行血液睾酮水平的监测，以确定血液睾酮水平不超过年轻女性的睾酮水平。国际专家小组建议不要使用复合睾酮制剂[6.]。



## 最应该问到的问题

如果以下的问题中有一项或多项你的回答是“是”，那么建议您与您的医生进行沟通咨询，以便提供对您有益的治疗措施：

1. 当性交时是否感到阴道干涩、不适、疼痛？
2. 您是否存在性欲或性幻想的缺乏？
3. 您是否发现自己对性伴侣的要求缺乏反应？
4. 您是否对性刺激的反应有下降？
5. 您是否有达到性高潮的困难？
6. 如果上面的任何一道题你的回答是“是”，这些问题是否给你造成了困扰或痛苦？
7. 如果上面的任何一道题你的回答是“是”，你希望通过治疗而改善上面的问题吗？

如果您对本手册中提到的任何问题有疑问，请与您的保健医生进行咨询。

## 参考文献

1. Simpson ER, Misso M, Hewitt KN, Hill RA, Boon WC, Jones ME, et al. Estrogen--the good, the bad, and the unexpected. *Endocr Rev*. 2005;26(3):322-30.
2. [Androgens during the reproductive years, what's normal for women?](#) Skiba MA, Bell RJ, Islam RM, Handelsman DJ, Desai R, Davis SR. *Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*. 2019 Aug 7. [e-publication ahead of print].
3. [Testosterone and estrone increase from the age of 70 years; findings from the Sex Hormones in Older Women Study](#). Davis SR, Bell RJ, Robinson PJ, Handelsman DJ, Gilbert T, Phung J, Desai R, Lockery JE, Woods RL, Wolfe RS, Reid CM, Nelson MR, Murray AM, McNeil JJ. *Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*. 2019 Aug 13. [e-publication ahead of print]
4. Online reference: <https://www.menopause.org/for-women/sexual-health-menopause-online/sexual-problems-at-midlife/decreased-desire>
5. Islam RM, Bell RJ, Green S, Page MJ, Davis, SR. Safety and efficacy of testosterone for women: a systematic review and meta-analysis of randomised controlled trial data. *The Lancet Diabetes & Endocrinology*. 2019 July 25.
6. Davies SR, Baber R, Panay N, Bitzer J et al., Global consensus position statement on the user of testosterone therapy for women. *Climacteric* 2019. (in press).



国际更年期学会（2019）版权所有

### 免责声明

本手册中提供的信息可能与个人的情况无关，任何个人问题都应始终与您的医疗保健专家进行咨询。本出版物仅提供信息。对于任何个人由于依据本出版物中提供的任何材料或信息，无论采取或不采取行动而造成的任何损失，国际更年期学会不承担任何责任。