

“卵巢保养”提法不科学

湖北省民政康复医学会主任医师 涂才江

街头大大小小的美容院时下都在力推一款美容项目——“卵巢保养”。据说此项美容是通过调理女人卵巢,从而美丽女人的脸。具体过程是先沐浴,然后用精油涂在胸部、腹部进行按摩。说是精油能透过皮肤渗入身体内激活脑垂体,并通过脑垂体促使卵巢分泌人体所需的雌激素及孕激素,从而推迟更年期、延缓衰老等。

据武汉大学人民医院近日公布的一项统计表明,女性更年期症状出现时间已提前5年。该院内分泌科袁教授告诉笔者,医学教材定义的更年期是在40岁—45岁之间,但就诊的更年期综合征患者中,40岁以下的竟然占了20%,且绝大多数是白领女性。

例如30岁的范女士,在一家外企任总经理助理,最近总觉得烦躁不安、容易疲劳,有时还会厌倦工作,莫名其妙地病一场。她向医生诉说了心中的困惑:公司竞争十分激烈,自己心里总感到莫名的压力。工作之余,还必须照顾丈夫和孩子,双重压力让自己身心疲惫,火气也越来越大。虽然也吃了很多保健品,可都无济于事。

袁教授介绍,更年期综合征除与人体卵巢功能衰退速度有关外,还与社会、精神、心理等因素有关。白领女性忙碌的生活节奏,工作和

家庭难以两全的矛盾,是她们发病的主要诱因。她告诫:40岁以前出现更年期症状的女性,不要盲目使用性激素,因为其中一些药物成分可能会增加妇科肿瘤的发生率,最好采用自我调节的方式,或者在医生的指导下服用一些调节植物神经类药物。

协和医院妇产科刘教授认为,卵巢不同于人体其他器官,卵巢从出生起就进入了一个不断衰退的过程。所谓“卵巢保养”这种提法不科学,如果真的能让卵巢寿命延长至60岁或者70岁,这就意味着女性七老八十仍有月经,那乳腺癌、卵巢癌等疾病就会随之而来。因此不要人为地对卵巢进行干扰。

刘教授进一步解释说,能刺激脑垂体从而使卵巢分泌激素的是激素,使用激素需要医生的指导,如果激素的剂量过多,或者有的妇女本身有妇科疾病如乳腺癌等不适合用激素,很可能会诱发或加重病情。至于“精油”含有中药成分是否对卵巢有作用,只有通过科学试验和临床证明才能得出结论。

女性要改善内分泌延缓衰老,除在医生指导下口服雌激素外,还应多吃蔬菜瓜果,保持大量维生素E、维生素B₂的吸收,像莲子、黑木耳等都是很好的进补食物,加上坚持适当的体育锻炼,这才是真正年轻的秘诀。