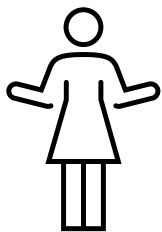


有關已確斷患有乳腺癌的女性之荷爾蒙替代療法 (HRT) 的信息

控制更年期症狀是許多患有乳腺癌的女性的主要關鍵問題。

有許多方法可以控制更年期症狀，其中之一是荷爾蒙替代療法 (HRT)。您可能想知道是否可以使用荷爾蒙替代療法 (HRT) 來幫助您緩解更年期症狀。

這信息傳單由乳腺癌醫生編寫，用於解釋荷爾蒙替代療法 (HRT) 的風險，特別是針對已診斷出患有乳腺癌的女性。

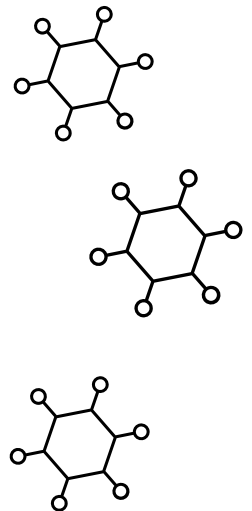


荷爾蒙替代療法 (HRT) 對於控制乳腺癌治療後的更年期症狀是否安全？

不幸的是，當您患有乳腺癌時，使用荷爾蒙替代療法 (HRT) 的風險是高過大多數其他女性。

許多乳腺癌需要荷爾蒙才能生長：

- 荷爾蒙是您身體的信使；它們在您的血液中傳播到您體內的器官，並告訴這些器官(如乳房)該做甚麼。兩種對乳房有強烈影響的荷爾蒙稱為雌激素和黃體酮。
- 四分之三的乳腺癌是雌激素受體陽性，三分之二的乳腺癌也是孕激素受體陽性。這些類型的癌症也稱為激素受體陽性乳腺癌。對於這些癌症，大多數乳腺癌醫生都認為雌激素和黃體酮可以是癌症的“燃料”和導致其生長。



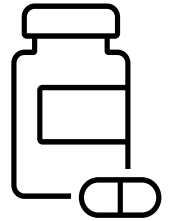
阻斷這些激素可以控制和治療許多乳腺癌：

在 20 世紀 70 年代，每 10 名女性中就有 4 名在患上乳腺癌後存活了 10 年以上。現在是 10 個人中有接近 8 個人。這種改善部分歸功於乳房篩查，但主要是由於開發了阻斷雌激素作用的藥物。這些藥物稱為荷爾蒙療法或內分泌療法，包括他莫昔芬(tamoxifen)、阿那曲唑(anastrozole)、來曲唑 (letrozole) 和依西美坦(exemestane) 等藥片。

這些激素阻斷藥物通過降低乳腺癌在身體其他部位繼發性癌症復發的風險來提高存活率。藥物通過斷絕需要雌激素才能生長和擴散的乳腺癌細胞的養份來發揮作用。這些藥物挽救了數千人的生命，在過去 40 年中，乳腺癌的存活率增加了一倍。

激素阻斷療法的副作用：

荷爾蒙阻斷藥片最令人煩惱的副作用之一可能是出現更年期症狀(潮熱、盜汗、情緒波動、陰道乾澀)。出現這些症狀是因為用於治療乳腺癌的荷爾蒙阻斷藥物也可以阻斷或降低身體其他部位(不僅僅是乳房)的雌激素水平。



荷爾蒙替代療法 (HRT)：

荷爾蒙替代療法 (HRT) 可以幫助緩解更年期症狀。但是，我們也知道療法會逆轉荷爾蒙阻斷乳腺癌藥物的有益作用，並為身體提供可能導致乳腺癌細胞生長的荷爾蒙。

可惜旨在測試荷爾蒙替代療法 (HRT) 對患有乳腺癌的女性是否安全的臨床試驗顯示，荷爾蒙替代療法 (HRT) 會阻止雌激素阻斷藥物發揮作用。這導致無法治癒乳腺癌在身體其他部位繼發性乳腺癌復發的可能性更高。一些臨床試驗顯示，接受荷爾蒙替代療法 (HRT) 的女性乳腺癌復發率高達 2.5 倍。

患有荷爾蒙受體陰性乳腺癌的女性：

患有荷爾蒙受體陰性乳腺癌的女性可能在未來會發展成患上新的荷爾蒙受體陽性乳腺癌，或發展成荷爾蒙受體陽性繼發性乳腺癌。出於這個原因，如果您患有荷爾蒙陰性乳腺癌，大多數乳腺癌醫生都不建議您服用荷爾蒙替代療法 (HRT)。

繼續閱讀有關如何在不使用荷爾蒙替代療法 (HRT) 的情況下安全控制更年期症狀的一些信息...

安全控制更年期症狀：

應對更年期症狀的影響是至關重要。但是您的醫療團隊必須盡量以最安全和不會增加乳腺癌復發風險的方式來進行。**荷爾蒙替代療法 (HRT) 不是控制更年期症狀的唯一選擇。** 如果荷爾蒙替代療法 (HRT) 對您不安全，改變生活方式和非荷爾蒙藥物都可以很好地發揮作用。

<p>改變以下生活方式可能會改善潮熱和盜汗：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 穿寬鬆的衣服，保持房間通風良好，睡前洗個涼水澡，使用輕便的床單和涼爽的枕頭來幫助睡眠。 • 減少攝入咖啡因、酒精和吃辛辣的食物，並且戒煙，因為它們都會引發潮熱。 • 定期做運動和減輕體重可以減少潮熱和改善睡眠。 	<p>陰道乾燥或不適是一種更年期症狀，通常無需使用荷爾蒙替代療法 (HRT) 也可予以控制：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 使用不含雌激素的陰道潤滑劑是安全的，例如 ReplensMD。這些應該定期使用，而不僅僅是用於性交時。 • 如果儘管使用了陰道潤滑劑，但症狀仍然存在，大多數乳腺癌專家都同意使用含有低劑量雌激素的陰道潤滑劑(0.005% 雌三醇陰道凝膠)是安全的。 • 您可以要求您的家庭醫生開這些陰道療法的藥物處方。
--	---



在極少數情況下，您和您的乳腺癌團隊可能會覺得有理由開出荷爾蒙替代療法 (HRT) 藥物處方，即使您之前曾被診斷出患有乳腺癌。在與乳腺癌專家充分討論風險和益處後，應謹慎作出決定。

本信息傳單是由大曼徹斯特癌症乳腺促進委員會和專家團隊開發，當中包括乳腺癌外科醫生、腫瘤學家、內分泌學家、更年期專家、專科護士和患者等，我們希望您覺得這傳單有用。

參考文獻：Poggio et al. Safety of systemic hormone replacement therapy in breast cancer survivors: a systematic review and meta-analysis. Breast Cancer Res Treat. 2022 Jan;191(2):269-275. doi: 10.1007/s10549-021-06436-9. Epub 2021 Nov 3. PMID: 34731351.
Speroff L. The LIBERATE tibolone trial in breast cancer survivors. Maturitas. 2009 May 20;63(1):1-3. doi: 10.1016/j.maturitas.2009.03.001. Epub 2009 Mar 26. PMID: 19327923.