

# 更年期不是病，而是疾病的温床

**本报讯** “更年期及老年女性的健康问题，已成为一个社会问题，也是健康老龄化关注的焦点。随着渐进式延迟法定退休年龄的实施，女性被更年期症状困扰的阶段还需要平衡工作和家庭生活，这是一个挑战。我们首先要有正确的态度，积极地面对更年期，在健康生活方式的基础上，采取一定的医疗干预。”近日，在一场“更优雅 新绽放”关爱女性更年期健康的主题活动上，北京协和医院妇科内分泌与生殖中心主任郁琦教授建议，女性在出现影响日常生活的更年期症状时要及时就诊，听取专业医生的建议、积极干预，从而改善更年期及老年阶段的身心健康和生活质量。

数据统计显示，2021年我国绝经女性的数量达到2.56亿，到2030年这一数字将增长到2.8亿。而更年期就是指女性在绝经前后的阶段，也是更年期症状最严重的时期。

自40岁后，女性陆续开始进入围绝经期，这是向更年期过渡的时期。在这个阶段，伴随着卵巢功能衰退、雌孕激素降低到一定水平，女性会出现绝经的自然生理现象。在这个阶段，可能会出现各种各样的更年期症状，包括潮热



活动现场

主办方供图

盗汗、睡眠障碍、情绪波动和记忆衰退等，这些不适症状都会影响到女性的工作和生活。伴随着体内雌激素的持续缺乏，通常在60岁之后，会面临更高的慢性疾病风险，如骨质疏松、骨折、心血管疾病等，这将严重影响女性的生活质量。

最新发布的《中国绝经管理与绝经激素治疗指南2023版》建议，女性从更年期开始进行全面的生活方式调整，并在适宜人群中开展包括绝经激素治疗(MHT)在内的各项医疗干预。目前的证据表明，这是唯一能够一揽子解决绝经后雌激素缺乏所带来的各种相关

问题的方案。

“以绝经为关键标志的更年期阶段是女性的多事之秋。在此阶段，女性会受到很多症状困扰，严重影响女性的身心健康。更年期也是很多妇科疾病及肿瘤的高发阶段，如乳腺癌、宫颈癌、子宫内膜癌、子宫肌瘤等，还是很多慢性疾病的萌芽阶段，如骨质疏松症和心血管疾病，能否安全度过决定了女性的晚年生活质量以及医疗支出。”北京协和医院妇科内分泌与生殖中心副主任陈蓉教授指出，很多处于更年期的女性是职场的中坚力量，部分女性因更年期的困扰而改变职业生涯，从宏观上，绝

经可直接影响社会生产力，并可能增加医疗费用的未来支出。绝经管理是“治已病”的同时兼顾“治未病”，更年期不是病，而是疾病的温床。

陈蓉表示，对更年期进行医疗干预，不是要变更这个过程，而是在尊重自然规律的基础上，最大限度地提升女性的健康潜力。“我们建议女性在更年期阶段更要关注自己的健康。更年期过好，未来才会更好。”

在此次活动上，雅培正式发布了与全球女性分享的故事集《更·新》，鼓励公众更好认知、勇敢面对、正确对待更年期。据悉，该故事集汇编了来自巴西、中国、印度和墨西哥四个国家的女性关于更年期的故事，从激素变化对人际关系和职业的影响到对健康和自尊的伤害，鼓励大家打破沉默、推动对话、加深理解。目前该书共有四种语言的版本，每个版本都有来自当地女性艺术家创作的关于更年期的创意插画。

雅培药品业务部门副总裁兼中国区总经理汤兴斌表示：“我们希望为女性提供全方位的支持，这也是我们积极促进更年期门诊建设的初衷。通过了解更年期女性的健康需求，以及相关专科培训，让规范诊疗落到实处。”

(张思玮)

## 国家感染性疾病临床医学研究中心2023年学术年会召开

**本报讯** 近日，国家感染性疾病临床医学研究中心2023年学术年会在北京召开。其间，以“新冠三年带给我们的启示”为主题的圆桌论坛上，中国科学院院士王福生、高福，深圳市第三人民医院院长卢洪洲教授，安徽医科大学第一附属医院常务副院长李家斌教授，华中科技大学同济医学院附属协和医院感染性疾病科主任郑昕教授，复星国际联席首席执行官陈启宇围绕在对抗新冠病毒取得阶段性胜利的过程中积累的宝贵经验，以及新发传染病体系建设的话题展开交流。

针对新发传染病的体系建设，高福表示，“未来我们不论是做公共卫生研究，还是临床研究，都要讲

究以事实为依据，也就是循证医学。”同时他强调，为应对未来可能出现的新发突发感染病，大家要团结起来，用技术、医学保护好全人类。

陈启宇认为，新发突发传染病的体系建设应加强三个方面的合作，“首先是公共卫生、临床体系和研发企业的紧密联系，其次是全球同行的快速合作，最后是与有关部门紧密联动”。

谈及未来应对新发突发传染病的疫苗和药物研究，卢洪洲强调，“还是要靠疫苗，如何能够研发出真正有效的预防性疫苗是今后要努力的方向。”他表示，未来科技抗疫的药物研发应继续朝着不仅能够治疗，还能够预防家人感染的方向发展。

李家斌表示，“早期抗病毒治疗和后期抗病毒治疗差距非常大，应早期干预治疗，避免向高危病人的重症化发展。”

郑昕从临床角度，分享了对优化不同人群传染病临床救治的看法，“对任何由病毒导致的急性突发传染病，抗病毒治疗永远是第一道防线”。他还表示，救治过程中还要重视精准用药、个体化用药，充分认识到每一种药的特性、禁忌证、适应证和药物的相互作用。

目前，《新型冠状病毒感染诊疗方案》及《新型冠状病毒感染者抗病毒治疗专家共识》等指南性文件均强调了口服抗病毒药物早期使用的重要性，阿兹夫定和进口抗病毒药物等已

经被纳入新版指南进行推荐。

据悉，阿兹夫定是我国科学家创新研发并且具有完全自主知识产权、首批获得有条件上市的小分子新冠抗病毒治疗药物，在国际上多个国家开展的III期临床试验显示阿兹夫定有效性和安全性良好。近期发表的回顾性真实世界研究表明，与对照组相比，接受阿兹夫定治疗的患者原有的复合疾病进展的发生率和复合疾病进展风险显著降低。

据悉，此次会议由国家感染性疾病临床医学研究中心、中国人民解放军总医院第五医学中心主办，中华医学学会感染病学分会、中国免疫学会感染免疫分会、复星医药全球研发中心等协办。

(丁思月)