



# 肥胖與不育

現代社會物質豐裕，人類的營養不斷提升，但同時亦衍生出肥胖的問題。今時今日，婦女肥胖問題已演變成一個世界性的現象。一般來說肥胖與否是以反映身體脂肪含量的體重指數（Body Mass Index, BMI）而厘定。例如在美國，35%的婦女屬超重（BMI超過25低於或等如30），30%的婦女更屬肥胖（BMI超過30）。在亞洲地區，雖然肥胖情況沒有西方的嚴重，但肥胖人口亦出現上升趨勢。東方人的身體脂肪含量較高，BMI超過23已屬超重，超過25更屬肥胖。在香港，衛生署二零零三年的一項調查顯示，在約1,000名受訪女性中約有1/4屬於超重或肥胖。



撰文：  
香港大學醫學院婦產科學系  
名譽臨床醫學助理教授  
陳志慧醫生

肥胖帶來的健康問題不勝枚舉，心臟病、血壓高、糖尿病、甚至某些癌症都是典型的例子。但大眾可能沒有想到，肥胖對女性的生育能力也有一定影響。

## 肥胖女性易患卵巢多囊症

女性不育的成因主要包括：輸卵管閉塞、子宮內膜移位及未能成功排卵。外國研究顯示BMI達24至31的女性不育機會比正常體重的女性高出30%，BMI超過31的更高出170%。

肥胖而有排卵問題的女性，極有可能是患上卵巢多囊症（polycystic ovary syndrome），在超聲波下可見卵巢出現多個未發育的卵泡。病人的經期偏疏，甚至閉經，反映出排卵情況不理

想，受孕的機會亦隨之大大減低。而且這些婦女的男性荷爾蒙一般偏高，因此體毛偏多，較多出現如男性般的脫髮，及容易長青春痘。

在卵巢多囊症的患者中，30%至50%是肥胖人士，而其徵狀及病情的嚴重性亦與BMI有直線關係。除超重外，卵巢多囊症亦與身體對胰島素敏感度偏低有關，卵巢多囊症的患者因而亦較容易患糖尿病。此外，病人的膽固醇水平亦偏高。

## 肥胖婦女的不育治療

肥胖不但影響受孕的成功率，肥胖婦女要治療不育的情況亦比正常婦女困難。香港大學醫學院婦產科學系於2003年的一項研究顯示，肥胖婦女對藥物的吸收比正

常體重的婦女差，從而解釋為何肥胖女性用藥的份量必須較重。

此外，一項外國研究亦指出，在接受試管嬰兒治療期間，肥胖婦女在接受誘導排卵的藥物後，反應亦較正常體重的婦女為差，成功取卵的數目也較少（7.1比7.8）。

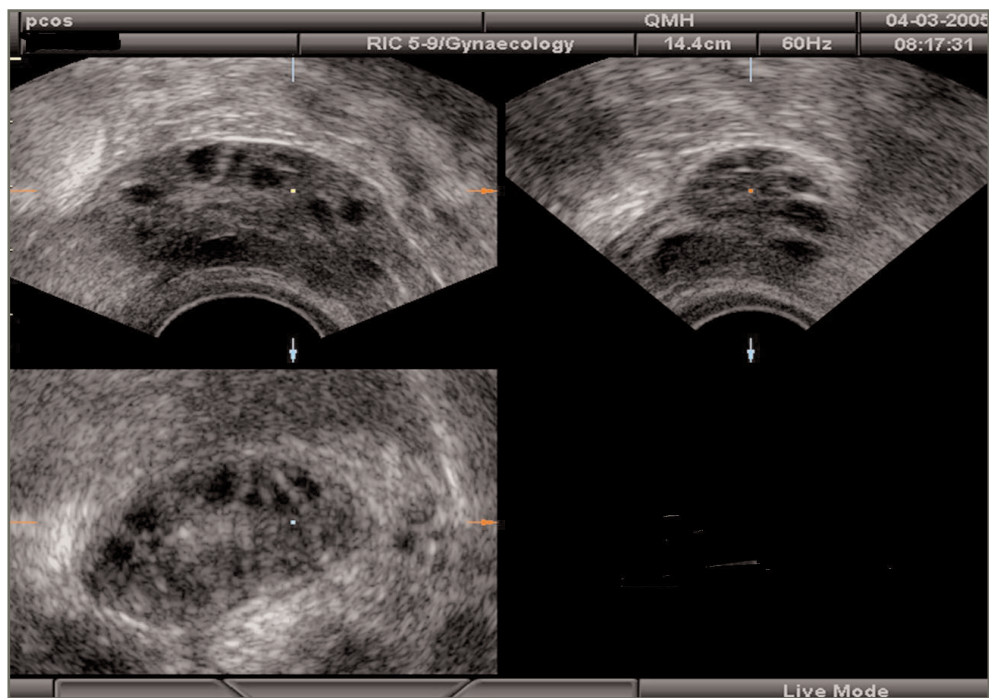
另一項港大婦產科學系於2000年的研究亦證實卵巢反應理想程度與BMI成反比。這不但令治療成本上升，病人所承受的藥物副作用亦更大。

## 肥胖孕婦面對的問題

外國文獻記載，肥胖婦女懷孕後，首三個月流產的機會亦較正常體重的婦女高，正常體重孕婦流產的機會率一般為11%，而肥胖孕婦



亞洲女性的體重指數若超過23已屬超重，高於25更屬肥胖，應小心處理，以免引起不同的疾病。



超聲波影像顯示卵巢出現多個未發育的卵泡。

則達14%。此外，肥胖孕婦亦較容易出現妊娠性血糖高、血壓高、胎兒偏重等現象，需要動手術的機會亦較大。

## 如何解決肥胖導致的不育問題？

直至目前為止，醫學上仍未能正式確認卵巢多囊症的成因。但是，要改善因為肥胖而導致的不育，最有效的方法莫過於減低體重。一項澳洲研究顯示，13名不育婦女當中有11名婦女只要將體重平均下調5%至10%，已經可以大大改善經期的規律，其中5位最後更成功懷孕，並且不需要藥物的輔助。此外，減低體重更有助改善荷爾蒙分泌及身體對胰島素的反應。

外國的研究顯示，亦可以利用醫治二型糖尿病的藥

物甲福明（Metformin）醫治卵巢多囊症。

由於卵巢多囊症病人身體對胰島素的反應敏感度欠佳，她們患糖尿病的機會亦較一般婦女為高。甲福明不但可以改善身體對胰島素的敏感度，服用後亦可以改善患者的經期規律，排卵情況亦變得較理想，降低男性荷爾蒙水平，甚至令體重下降，可說是一舉數得。

不過，港大醫學院婦產科學系曾就中國女性作類似研究，發現效果並不如上述理想，雖然病人體重下降了，男性荷爾蒙水平亦得以降低，但排卵情況卻沒有改善。

## 港大積極研究 亞洲卵巢多囊症情況

卵巢多囊症在亞洲一直

都受到忽視，科研人員亦一直沒有重點研究肥胖對婦女的影響。

直至目前為止，香港有關卵巢多囊症的研究數據可說是少之又少。香港大學醫學院希望可以就這方面收集更多數據，作將來研究之用。在今年三月，香港大學舉辦了一個關於卵巢多囊症的研討會，邀請了東南亞各國的學者參與，以提高亞洲地區對這個病症的關注，同時亦藉此與國內學者洽談合作，共同研究有關卵巢多囊症在香港及中國大陸的流行性。

如上文所提及，外國的研究未必能完全套用於本地情況，所以，目前最重要的是對亞洲地區病人的特性蒐集更多資料，以針對本地的病人找出病源，對症下藥。