

抽菸對於婦女卵巢功能之健康傷害

文/婦產部 曾志仁 醫師、沈煌彬 醫師、林于翔 醫師

【抽菸對於女性百害而無一利】

吸菸對健康的危害眾所皆知，不僅會影響心肺功能和血管機能，對於生育能力也有相當大的殺傷力。女性「平日吸菸」對卵巢的影響程度，取決於抽菸時間的長度；吸菸會加速卵子的流失、損害卵巢內分泌機能、以及使更年期提早報到。因為菸草所含物質會使卵巢細胞分泌雌激素的能力受損，連帶升高卵子產生先天異常的比率；如果女性在「受孕時吸菸」，將會提高自然流產和子宮外孕的機率。「懷孕時吸菸」更會提高生下低體重兒的機率，以及增加早產的風險；「停經後吸菸」會導致更年期症狀變的更加嚴重，例如熱潮紅、失眠等；更會升高髖關節骨折的機會。

【抽菸會使得停經年齡提早】

台灣婦女停經年齡約在五十歲左右，抽菸是導致停經年齡提早的主要原因之一。抽的菸越多，停經年齡越早，骨質疏鬆的風險也越高；一般抽菸婦女會提早一到兩年進入停經期，導致這種情況的可能原因有三：

(一)尼古丁會影響中樞神經系統，進而導致荷爾蒙分泌受影響。

(二)香菸有可能會導致身體利用荷爾蒙的方式產生變化，使得雌激素的效果變差。

(三)香菸會導致基因表現產生變化，造成卵子受到傷害。

【抽菸容易導致萎縮性陰道炎】

抽煙對於陰道黏膜上皮會造成直接的傷害，同時也會降低局部雌激素的再利用，減少陰道的局部血流灌注情形，這些條件都會使得「萎縮性陰道炎」發生的比率節節升高。造成陰道常有一些黃黃臭臭的分泌物，外陰部也常有搔癢的情況。

【結論】

綜合以上所述，抽菸對於婦女的健康戕害不勝枚舉，未抽過菸的女性，要繼續保持不抽菸的習慣，同時也要避免二手菸。如果已經在抽菸的女性，儘早戒菸才是上上之策；抽菸可說是百害而無一利，對於女性的身體更是一種傷害，因此，建議女性同胞，應避免香菸，才能活得更健康、更美麗。

