

20 世纪 60 年代，美国第一个复方口服避孕药 Enovid 上市后，显示出其可靠的避孕效果。口服激素类避孕药的作用机制是通过抑制排卵、改变宫颈黏液状态、改变子宫内膜形态与功能及输卵管的功能，从而抑制排卵、干扰受精卵着床，达到避孕的目的。避孕药不仅在避孕方面的功劳有目共睹，其在降低卵巢癌发病风险的优势同样受到追捧。近期，两项重量级研究相继发表于《美国妇产科学杂志》和 JAMA，再三证实，复方口服避孕药（OC）中孕激素成分对子宫内膜有保护作用，可以减少子宫内膜癌的发病几率，长期口服避孕药也可以降低卵巢癌的发生率。

两大知名期刊连发二项研究：证据确凿 权威解读 激素避孕药可降多种癌症风险

▲解放军总医院妇产科 宋磊 付晓宇



Lifetime cancer risk of the Royal College of Obstetricians and Gynaecologists

中美癌症数据显示，卵巢癌和子宫内膜癌都极大地危害了女性健康。根据美国癌症协会统计，到 2018 年被确诊为卵巢癌的患者将超过 22 000 人，而这个疾病将导致超过 14 000 人死亡；而且子宫内膜癌发病率更高，预测确诊子宫内膜癌的患者超过 63 000 人，将有 11 000 死于这种癌症。

而目前关于 OC 与癌症终身罹患风险之间的关系的同类研究，皆提示避孕药在降低卵巢癌和子宫内膜癌发病率方面的可喜进展，结论大多是令人振奋的。

研究一 AJOG：长期口服避孕药者终生癌症风险降 6 成

2017 年 Dr. Lisa Iversen 等在《美国妇产科学杂志》发表了其研究结果，长期使用避孕药的女性，相较于那些从未使用过避孕药的女性总体终生癌症风险降低 56.1%，主要降低的癌症包括结肠癌、子宫内膜癌、卵巢癌、淋巴血液系统恶性肿瘤。（图 1）大多数选择口服避孕药的女性不会暴露在长期癌症风险中；相反，服用激素类避孕药可以使得子宫内膜癌、卵巢癌、直肠癌等从中获益，降低发病风险，且停药后可持续数年。（Am J Obstet Gynecol.2017;216:580.e1）

研究发现，虽然在持续服用或新增加的服用避孕药的女性中，乳腺癌与

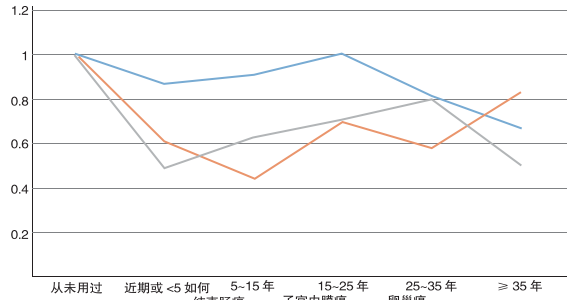


图 1 口服避孕药使用年限与结直肠癌、子宫内膜癌和卵巢癌发病风险示意图

宫颈癌的发病风险有所上升，但停用 5 年后风险基本消失，并且没有证据证明其会增加癌症复发率。曾经口服激素类避孕药的女性罹患结直肠癌、子宫内膜癌及卵巢癌，分别为 19%、34%、33%。同样没有证据表明口服激素类避孕药的女性会出现新的癌症风险，因此，口服激素类

避孕药总体癌症风险是可接受的。同时，推迟生育年龄或月经周期可能可以降低卵巢癌发病的风险。研究指出，对于女性，雌二醇和癌症的增加有相关性。由于口服避孕药可补充孕激素，长期使用可能会降低女性在月经期“雌二醇”暴露风险。从而降低若干恶性肿瘤发生率。

研究二 JAMA：口服避孕药超 10 年者卵巢癌风险降 40%

癌症研究所流行病学专家 Dr. Kara A Michels 领导的研究小组通过对超过 10 万女性长达 15 年的研究发现，长期服用避孕药（OC）可以降低卵巢癌和子宫内膜癌的发生率，口服避孕药可以降低卵巢癌风险高达 40%。而且这种情况“在整个健康行为中基本一致，不论患者是不是采取相对健康的生活模式，这个结果都基本不变。（JAMA Oncology，1 月 18 在线版）

结果显示，研究人群中约 60% 女性从不服用 OC，约 10% 女性服用 OC 超过 10 年。随着 OC 服用时间的延长可降低卵巢癌和子宫内膜癌的发病风险。

与从未服用过 OC 或服用时间 < 1 年的人群相比，OC 服用时间 > 10 年可使卵巢癌的发病风险降低 40%（HR=0.60，P<0.001），可使子宫内膜癌的风险降低 34%（HR=0.66，P<0.001）；

在吸烟和肥胖的癌症危险人群中，OC 的服用同样是卵巢癌和子宫内膜癌的保护因素。在吸烟人群中，与从未服用或短期服用 OC 的人相比，长期服用 OC 可使卵巢癌风险降低 56%（HR=0.44），使子宫内膜癌风险降低 53%（HR=0.47）。

肥胖人群中，与从未服用或短期服用 OC 的人相比，长期服用 OC 可使

子宫内膜癌风险降低 64%（HR=0.36）。OC 的服用与乳腺癌和结直肠癌无关联性。

研究提示，OC 的长期服用可降低卵巢癌和子宫内膜癌的风险。同时观察到在癌症高危（吸烟和肥胖）人群中，仍具有保护作用且效果更为明显。

研究者总结，服用 10 年甚至以上避孕药的女性，卵巢癌的发病风险

降低了 40%。并且在调查分析中发现，这种益处不论女性是否吸烟以及是否肥胖，在所有的人群中获益率是一致的。而对于子宫内膜癌，研究者发现，避孕药对于那些吸烟和肥胖的女性来说获益更大。吸烟妇女口服避孕药时子宫内膜癌的风险下降了 53%；而肥胖女性获益更大，子宫内膜癌的风险降低了 64%。

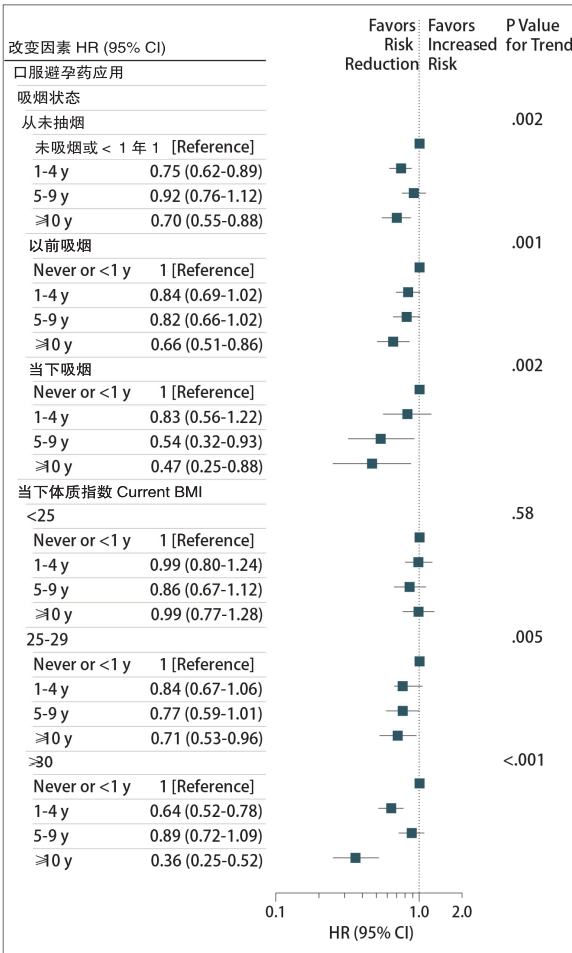


图 1 口服避孕药的使用年限与卵巢癌的风险（基于吸烟与肥胖）

权威解读

避孕药对女性健康利大于弊

国内尚缺乏关于激素类避孕药与癌症相关的研究。其原因包括社会因素及医疗资源客观条件两方面限制。在中国避孕药仍是一个难以启齿的词汇。中国的教育的落后是公认的事

实。由于传统思想的保守性，中国的性教育一向欠缺，对于正常的性知识都难以正确的普及起来，对于避孕药和避孕的理念，很多人并不能够正确的认识到其积极作用。激素类避孕药的合理使用尚缺乏

相应的医学指导，类似长期、大样本的队列研究需要众多的社区医务者和专科医师共同努力。

目前，口服避孕药并非防治相关癌症的常规手段，但是长期使用口服避孕药对女性的健康利

大于弊。

口服避孕药也经历了多次发展，目前常用的第四代短效口服避孕药（控体避孕药）含最新型孕激素屈螺酮，是一种与传统孕激素结构不同的激素，结构类似于安体舒通，抗

盐皮质激素和抗雄激素作用方面类似于天然孕酮，能有效对抗水钠潴留引起的水肿现象，屈螺酮炔雌醇片是目前唯一可控体重的短效口服避孕药。而且第四代短效口服避孕药对女性生育能力和后代的健

康发育并未发现不良影响，停药后即可怀孕。

合理应用避孕药是有益的，人流的背后不仅是受伤的女性和家庭，还有不负责任的男性。如果真正的爱护女性，请做好防护措施。