

二甲双胍与生活方式调整治疗多囊卵巢综合症的系统评价

卢艳红

常德市职业技术学院附属一医院妇产科 湖南常德 415000

[摘要] 目的 探讨二甲双胍与生活方式调整治疗多囊卵巢综合症的临床疗效。**方法** 选取我院 2014 年 3 月-2016 年 8 月期间收治的 84 例多囊卵巢综合症患者作为研究对象, 将其随机分为观察组(二甲双胍+生活方式调整)和对照组各 42 例, 比较两组患者的治疗效果。**结果** 观察组患者的治疗有效率(97.6% > 81.0%)明显高于对照组, 对比差异显著($P < 0.05$)。两组患者治疗前的各项临床指标对比相仿($P > 0.05$), 治疗后各项临床指标得以显著改善($P < 0.05$), 其中观察组患者的 BMI、FPG 以及 T 等指标均低于对照组, 对比差异具有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** 二甲双胍联合生活方式调整对治疗多囊卵巢综合症具有显著的效果。

[关键词] 二甲双胍; 生活方式调整; 多囊卵巢综合症

[中图分类号] R711.75

[文献标识码] A

[文章编号] 1674-9561 (2017) 02-174-01

多囊卵巢综合症是由于女性内分泌及代谢异常所引起的妇科疾病, 患者体内雄激素水平较高, 并导致其月经紊乱及排卵功能丧失, 容易并发多种疾病, 其患者罹患子宫内膜癌的几率明显增加, 严重影响患者的生存质量。多囊卵巢综合症主要应用药物治疗, 通过降低患者体内雄激素水平和纠正糖、脂代谢异常, 以改善患者的临床症状, 促进卵巢的正常排卵^[1]。二甲双胍是治疗多囊卵巢综合症的主要药物, 其疗效颇为显著, 同时也存在着一定的缺陷, 其副作用明显, 对于部分患者无显著效果。因此, 在应用二甲双胍治疗的同时, 调整患者的生活方式, 以提高其疗效及安全性。本研究以我院收治的 84 例多囊卵巢综合症患者作为研究对象, 探讨二甲双胍与生活方式调整的治疗效果, 现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本组研究对象为我院 2014 年 3 月-2016 年 8 月期间收治的 84 例多囊卵巢综合症患者, 将其随机分为观察组和对照组各 42 例。观察组患者最高龄 42 岁, 最低龄 29 岁, 平均年龄(33.2±5.1)岁; 体重 55-76kg, 平均体重(63.4±6.3)kg。对照组患者最高龄 41 岁, 最低龄 28 岁, 平均年龄(32.5±5.7)岁; 体重 54-75kg, 平均体重(62.9±7.1)kg。两组患者的基本资料对照相仿($P > 0.05$), 可进行对比分析。

1.2 方法

两组患者均应用二甲双胍(君力达, 北京圣永制药有限公司, 国药准字 H10980064)进行治疗, 850mg/次, 2 次/d, 口服用药, 持续治疗 6 个月。

其中观察组在使用二甲双胍治疗的基础上, 对其自身的生活方式进行调整, 主要从饮食、运动及其他日常生活活动着手, 具体方案如下: ①饮食管理: 制定科学、健康的食谱, 按照 5:3:2 的比例来摄入碳水化合物、脂肪及蛋白质, 以保证营养均衡, 控制其体重, 每日进行记录。②运动锻炼: 加强运动锻炼, 以增强患者的体质。每日坚持步行、仰卧起坐、俯卧撑等运动, 以有效减少脂肪量。根据患者的身体条件和状况, 合理控制运动时间和运动量, 不宜过度疲劳。③生活管理: 保持健康、规律的作息习惯, 纠正其不良生活习惯, 保证充足的睡眠。在治疗期间, 观察患者的月经紊乱的改善、体重减轻、卵巢排卵率、BMI、腹围等情况, 并详细予以记录, 并将其作为评价多囊卵巢综合症治疗效果的评价标准^[2]。

1.3 评价指标

比较两组患者的治疗恢复效果, 根据患者的痤疮、多毛等临床症状改善及月经规律情况, 评价为痊愈、好转及未愈等 3 个标准, 治疗有效率 = (痊愈 + 好转) / 总例数 × 100%。观察患者治疗前后的体重指数(BMI)、空腹血糖(FPG)以及睾酮(T)等指标的变化。

1.4 统计学处理

以 SPSS19.0 统计学软件进行数据的处理和分析, 应用($\bar{x} \pm s$)和(%)进行计量和计数, 由 t 值和 χ^2 检验, $P < 0.05$ 代表对比具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者的治疗恢复效果

观察组患者的治疗有效率(97.6% > 81.0%)明显高于对照组, 对比差异显著($P < 0.05$)。详细数据见表 1。

表 1: 两组患者的治疗恢复效果比较 [n (%)]

组别	痊愈	好转	未愈	有效率
观察组 (n=42)	23 (54.7)	18 (42.9)	1 (2.4)	41 (97.6)
对照组 (n=42)	15 (34.9)	19 (45.3)	8 (19.0)	33 (81.0)
P 值				< 0.05

2.2 两组患者治疗前后的各项临床指标

两组患者治疗前的各项临床指标对比相仿($P > 0.05$), 治疗后各项临床指标得以显著改善($P < 0.05$), 其中观察组患者的 BMI、FPG 以及 T 等指标均低于对照组, 对比差异具有统计学意义($P < 0.05$)。详细数据见表 2。

表 2: 两组患者治疗前后的各项临床指标 ($\bar{x} \pm s$)

组别	时间	BMI (kg/m ²)	FPG (nmol/L)	T (nmol/L)
观察组 (n=42)	治疗前	24.89±1.82	5.39±0.42	2.91±0.32
	治疗后	20.95±1.24**	4.09±0.32**	1.22±0.09**
对照组 (n=42)	治疗前	25.08±1.71	5.48±0.47	2.85±0.34
	治疗后	23.64±1.52*	4.76±0.42*	1.73±0.18*

注: 治疗前后比较, * $P < 0.05$; 组间比较, ** $P < 0.05$

3 讨论

多囊卵巢综合症是育龄妇女的常见的内分泌疾病, 其具有高度的异质性, 对于患者的身心健康造成严重的伤害。在多囊卵巢综合症的临床治疗当中, 主要应用二甲双胍作为治疗药物。该药物为双胍类口服降血糖药, 其对于降低患者体内雄激素水平和纠正糖、脂代谢异常具有良好的作用效果, 但是其存在一定的副作用, 影响着患者的治疗恢复效果。

为了进一步提升多囊卵巢综合症的临床治疗效果, 帮助患者良好的恢复, 需要加强对胰岛素抵抗的预防, 降低糖尿病的发病率, 不能仅依赖于药物治疗, 而是需要调整患者的生活方式, 纠正其不良生活习惯。加强生活管理, 合理健康饮食, 坚持运动锻炼, 有效控制体重, 有效预防糖尿病的发生, 进而改善患者的临床症状, 促进其排卵功能的恢复, 恢复正常的内分泌^[3]。

综上所述, 在多囊卵巢综合症的临床治疗当中, 二甲双胍联合生活方式调整是更好的治疗方法, 其效果明显优于单独使用二甲双胍, 具有很高的临床应用价值。

[参考文献]

- [1] 邹萍, 董浩旭, 黄冬梅. 多囊卵巢综合征临床治疗的研究进展 [J]. 华中科技大学学报(医学版), 2016, 45(05):588-592.
- [2] 杨军. 不同药物治疗多囊卵巢综合征的疗效分析 [J]. 中国医学创新, 2014, 11(16):35-38.
- [3] 靖丽华. 氯米芬联合二甲双胍治疗多囊卵巢综合征的效果分析 [J]. 中国当代医药, 2015, 22(16):127-128+131.