



## 孕酮低要补黄体酮？黄体酮也不是乱补的！

播小护 2016-12-10 23:53:55

小护经常在论坛里看到各位姐妹们发帖问：“孕酮低、要不要补充黄体酮”。因此，小护特意整理了播种网的医生们的精彩问答，说说孕酮这件事，供大家参考！文末更有医生撰写关于孕酮的全面知识，一同供大家阅读学习。希望姐妹们能早日宫内好孕！本帖仅用于科普孕酮，具体情况请遵照医生嘱咐，和医生充分交流，不建议盲目自行补充黄体酮。

### 关于孕酮，你要知道：

孕酮，孕激素，还有我们说的黄体酮，都是同一个东东，只是名字不一样；就像土豆和马铃薯一样，都是同一种东西。孕酮，是由卵巢黄体分泌的一种天然孕激素，为维持妊娠所必需，它支持着胚胎早期生长发育。

### 但是，孕酮低就一定代表胎儿不好吗？胎儿质量好不好到底看什么？

孕酮低不等于胎儿不好，胎儿质量其实是和HCG翻倍有关。

孕酮的主要作用是调节子宫内膜，为受精卵着床作好准备。还有，减少子宫的兴奋，抑制其活动，让胚胎安全生长。

你可以这么理解，孕酮的作用是为了让种子（胚胎）落地的那片土地（子宫内膜）准备好，并且保持土地的平稳，不会发生类似地震（例如子宫宫缩）等激烈活动。

所以，孕酮低不代表胎儿的质量不好。

### 那HCG翻倍正常，孕酮低还要做检查吗？如果做检查主要是看什么？

要的。HCG增长正常，这说明胚胎发育良好。在HCG翻倍正常、孕酮低的情况下，去做B超检查，其实是为了排除宫外孕，检查胚胎有没有胎心胎芽。



### 那孕酮低要补充黄体酮吗？

很多人都觉得，在孕早期孕酮低要补充黄体酮。但是否补充黄体酮，需要结合HCG翻倍情况、B超检查结果等综合考虑。同时黄体酮并不是大量补充就是好的。

这是因为孕早期过量使用黄体酮，胎儿脊柱、肛门等部位发生畸形的危险可增加8倍。还有，使用人工合成的黄体酮(如炔诺酮)，约有18%的女性胎儿男性化。

而在孕酮缺乏的情况下使用黄体酮不会带来危险，所以我们必须正确的认识黄体酮。并且一定要谨遵医嘱，切记不要自己买药吃药。

### 一定要经过医生判断，再确定是否补充黄体酮。同时，补充黄体酮可以有以下几种方式：

#### 1、食疗。

可以通过补充豆制品，例如多吃一点黄豆及豆浆，含大豆异黄酮。

因为豆类含有植物雌激素——大豆异黄酮，它可以双向调节人体的雌激素，使得人体内的内分泌维持正常水平，因此可以通过补充雌激素调节孕激素（孕酮）。

#### 2、药物补充。药物补充需要具体考虑剂量，因此这里不多说。

**检测指导2大法：****1、自我监测法：好习惯——测基础体温！**

在孕激素的作用下，准妈妈在孕期的高温状态可以持续16周。所以，即使出现了先兆流产的迹象，但只要体温不降，保胎就极有希望。准妈妈们要时刻注意基础体温。

**2、体温不降，但孕酮低，还是不放心？！那就来问医生》》戳此****相关阅读推荐，建议在APP中查看文章。****阅读推荐1：北京协和 彭澎医生的文章——节选至《保胎的学问~~黄体酮真是灵丹妙药吗？》****二、黄体酮的作用**

胚胎在体内需要一种叫“孕酮”的激素来维持生长。如果孕酮水平低，那么就有发生流产的可能。而黄体酮和孕酮很像，作用类似，故而有保胎的作用。

但是，孕酮低除了母亲分泌不足，胎儿本身有问题也会造成孕酮下降。在早期流产中，有相当比例的胚胎质量是有问题的，这些“劣质胚胎”会被机体淘汰掉。所以，理论上，黄体酮保胎只对母体孕酮分泌不足这种情况有效。这就是为什么有时候使用了足量的黄体酮还是流产的原因。但是因为很难鉴别到底哪些是孕酮分泌不足、哪些是胚胎质量异常，所以往往全都用黄体酮保胎。

**阅读推荐2：爱丁医生的文章——节选至《黄体酮，真的是“保胎神药”吗？》**

出现流产的症状，就是孕酮过低吗？

引起先兆流产的原因有很多，譬如染色体、胎盘、子宫异常。而且孕早期的孕酮值并没有标准值，孕酮水平存在个体化差异。只能说，孕酮过低，可能会存在流产的风险，但并不是导致流产的原因。

另外，不是所有的流产，都会出现孕酮低的症状。有研究对已经出现了阴道出血的18孕周以内的孕妇进行孕酮检查，只能发现其中87.6%的孕酮水平是降低的，还有12.4%孕酮水平检查是正常的。

从实验证明来看，就算孕酮分泌不足，补充黄体酮也并不具有保胎作用。世卫组织中的生殖健康图书馆曾明确提出这样的结论和建议：

黄体酮治疗不能预防早到中期的流产；应将孕激素从防止流产的治疗药物目录中取消。

如果没有出现孕酮数值过低的情况，便盲目补充黄体酮，可能会产生不良后果。譬如，头晕头疼、恶心疲倦，严重的甚至还会造成肝功能异常。

**阅读推荐3：爱丁医生的文章——节选至《流产和胎停，跟孕酮偏低有关？》**

为什么会出现孕酮低的现象呢？

黄体功能不全，孕酮含量相应降低。

肾上腺、甲状腺功能严重失调，影响卵巢的正常功能，出现排卵障碍，孕酮含量相应降低。

身体出现胰岛素抵抗，也会影响孕酮含量。

一般孕酮低的症状有：甲状腺功能不全、纤维囊性乳房、胆囊疾病、低血糖、月经失调、阴道干燥、乳房胀痛等。孕早期孕酮过低会有胎停、流产的风险。


首先我想给妇产科医生们做一个科普，在早孕期对所有的孕妇进行βhCG、孕酮的检查是没有必要的。国内不知道是从什么时候开始，这成为了一个普遍开展的项目，βhCG、孕酮的检测对于那些有早孕期不规则阴道出血的患者具有鉴别诊断和判断妊娠预后的帮助，但是对每一个孕妇都进行检测，有点过度之嫌。

现在普遍开展筛查以后，还发现了不少“问题”，很多孕妇被诊断为“孕酮偏低”，继而要口服孕激素，要不打黄体酮“保胎”，这样的医疗措施似乎听起来合乎道理，低了嘛，容易发生流产，所以要进行补充，孕妇们一听，宝贝要紧，那就吃药打针吧。

事实这样的措施是否是合理的呢？我之前在另外一篇科普文章“医生众说纷纭，到底听谁的”（微信公众账号龚晓明医生里面回复“115”查询）提到的高级别的证据，目前并没有证据支持对这样的情况进行孕激素保胎治疗，这不是我龚医生说的，是全球大样本研究的结果，也是世界卫生组织的建议。早孕期流产，大多是和胚胎的遗传学因素有关，大多数流产的发生是因为孩子无法继续生长下去，是要被淘汰掉了，这样的几率在人群中发生率大概是在7.5%左右，这样的情况孕酮低也是一种结果，不是导致流产的原因，补充孕激素保胎是无益的，目前的研究结果只是支持对有3次以上流产病史的孕妇进行黄体酮的治疗。

[返回姐妹讨论圈>](#)

全部回复


 q1474805...

我今天出血了医生说有先兆性流产，打了黄体酮注射液，有同事说黄体酮注射液会影响胎儿脑部发育。现在都不知道该怎么办

听我的，建议你也下载一个疯狂造人 APP，以前很多孕期问题我也不懂。在这里有很多有经验的姐妹和医生帮助，一搜索基本什么问题都可以解决。安装疯狂造人 APP 试试吧！

 然和丑的... | 备孕达人（大宝）

没事吧，我同事打了好着呢

 宝宝已到... | 准妈妈

鸡宝宝

 q1474805...


回复 然和丑的宝宝

没事吧，我同事打了好着呢

谢谢但愿没事

 Cassiedeng | 备孕达人（大宝）

第一次32天的时候抽血官方，结果孕酮低，明天去复查，好忐忑，只希望一切正常宫内好孕妥妥的

 播小护 | 备孕中

回复 Cassiedeng