



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。