

附 錄

附錄一：相互同意度、信度檢定

一、相互同意度公式

$$\text{相互同意度} = \frac{2M}{N1 + N2}$$

M 為完全同意之數目

N1 為第一位編碼員應有的同意數目

N2 為第二位編碼員應有的同意數目

(1)6 月 14 日平均相互同意度為 0.86

$$190/222 = 0.86$$

(2)6 月 15 日平均相互同意度為 0.91

$$202/222 = 0.91$$

二、信度公式

$$\text{信度} = \frac{n \times \text{【平均相互同意度】}}{1 + \{(n-1) \times \text{【平均相互同意度】}\}}$$

(1)6 月 14 日信度為

$$\text{信度} = \frac{2 \times 0.86}{1 + \{(2-1) \times 0.86\}} = 0.92$$

(2)6 月 15 日信度為

$$\text{信度} = \frac{2 \times 0.91}{1 + \{(2-1) \times 0.91\}} = 0.95$$

附錄二：登錄表

編號：_____

一、日期：_____年_____月_____日

二、報刊名：_____

三、報導版別：_____

四、報導主題：

1. 荷爾蒙療法之相關政策。
2. 荷爾蒙療法之醫學知識。
3. 荷爾蒙療法的概論。
4. 荷爾蒙療法的新發現。
5. 荷爾蒙療法之個案報導。
6. 荷爾蒙療法之併發症。
7. 活動之採訪報導。
8. 其他。

五、消息來源：

1. 政府機構、官員。
2. 專家學者。
3. 社會團體。
4. 民眾。
5. 醫院。
6. 醫生。
7. 醫院中之其他醫事人員。
8. 外電報導。
9. 調查或研究報告。
10. 媒體記者。
11. 其他。

六、報導作者：

1. 專家學者。
2. 記者。
3. 醫生。
4. 醫院中之醫事人員。
5. 民眾。
6. 外電編譯。
7. 社會團體。
8. 其他。

七、訴求方式：

1. 陳述。
2. 恐懼。
3. 建議。
4. 陳述與建議。
5. 三者皆有。

八、標題語氣：

1. 正向。
2. 負向。
3. 中立。
4. 混合。

九、報導版別：

1. 軟性新聞。
2. 硬性新聞。

附錄三：深度訪談記錄資料（受訪者的原始回答內容摘要）

說明：因隱私權之故，故未顯示受訪者姓名等個人資料

No.1: 52 歲 股票族

52 的 No1 媽媽，不是一般的菜籃族的股票族，而是在 45 歲退休之後，就「專職」股票的買賣工作，當然在股票市場有賺有賠，她把退休金投資一部份進入股市裡，問她玩多大？她總是很神秘的說「唉呀，只是玩玩啦，別問這個了！」

No1 媽媽，對於荷爾蒙療法的相關新聞有注意，而她本人則沒有使用過荷爾蒙療法，她覺得這是一種自然的生理現象。

為何沒有使用荷爾蒙藥物？

之前在電視新聞上也有看過有關荷爾蒙療法的報導，但我則沒有使用過荷爾蒙的藥物，我覺得這是一種自然的生理現象，以前古時候的人也沒有用過這種療法，一樣活得很好，我不認為自己需要使用這樣的療法，可能自己比較幸運，更年期症狀不明顯，我到現在都還有月經，只是量沒年輕時多，而且也還有再長青春痘。

但是大約 8、9 年前，我曾經停經 2-3 個月，我本來以為更年期到了，但是去看醫生後，醫生是有建議我吃女性荷爾蒙，我不太敢吃藥，而且聽說會致癌，可是過一陣子後，我的大腿骨突然很痛，檢查後才發現是髖關節壞死，還動了一個手術，換人工髖關節。

所以您知道 2002 年有關美國國家衛生研究院針對荷爾蒙療法的研究結果？

你知道的，在股票市場裡，消息流通很快，那時候很多人對於更年期荷爾蒙療法問題議論紛紛，我因為停經的問題，找醫師協助時，醫師有跟我說明有關荷爾蒙療法的爭議，不過我總覺得能不要吃藥就不吃，何況在股票市場裡，很少人會相信報紙報導，報紙只要刊登那一支股票可以買，千萬不要相信，久而久之，

對於很多媒體的談話，我都保持懷疑的態度，現在媒體說的話都不能太相信，都不客觀，很多台都有黨派色彩，太明顯了。

就連攸關身體健康的醫藥新聞你都完全不相信嗎？

也沒有完全不相信啦，還是會注意有報紙有關更年期的消息，而且我也到了這的年齡了，股票市場裡有幾位好朋友，有些描述自己的更年期症狀，聽起來真的很恐怖，受到朋友的影響，如果看醫藥新聞或是更年期新聞，我會比較注意醫生的說法，因為我覺得醫師比較專業。國外這類的研究我也不懂。其他還有衛生署的建議，相信專業股市分析師，自然而言，也相信專業的醫師，這可能是職業直覺吧！我也不知道只聽醫師的話對不對？

為什麼會有這樣的疑惑？

最近醫療院所發生好多打錯針吃錯藥的情況，顯然，醫師也不是那麼百分之百的可信任，是不是？我就有個朋友，平時身體很不錯，而且才 50 歲出頭的男性，說走就走，而且聽他的家人的說法，是因為醫師延誤治療，才枉送一命，聽了朋友的經驗之後，對於醫師的說法，有開始產生了懷疑，不過這時候，不相信醫師能相誰？所以醫師還是我的首選。

您希望媒體針對更年期或是荷爾蒙療法提供什麼樣的資訊？

其實在股票市場中，很多消息都傳來傳去，尤其有關於健康方面的議題，也不知道對不對，有一次我聽股友講吃薏仁可以治療更年期的症狀，我去問醫師之後，醫師說，這個說法沒有醫學根據，不足以採信。

關於健康的小道消息很多，很多都是不正確的，所以我希望多介紹一些正確的、健康的療法，不僅僅是荷爾蒙療法，還有一些更好的、更自然的東西，有一些傳言中可以幫助更年期婦女或是有助於健康的說法，媒體可以幫忙澄清，問問醫師對不對？這樣就不會出現很多亂七八糟的消息，也不知道該不該聽？該不該信，而且我本身有骨質疏鬆症，髖關節壞死，還換了人工的(人工髖關節)，因此有關於骨質疏鬆症該吃些什麼？也是我想要看的東西，可能每一個人想看的東西

都不一樣吧！不過年齡大了，我們就會討論健康的問題，家人的健康也都是我們照顧。

當然，有時候太忙沒有時間看報紙，或是看電視新聞，不過只要是我關心的健康新聞，我只要聽到都會注意。

No.2: 51 歲 菜販

在台北某一個菜市場賣菜的 **No.2** 媽媽，快要進入更年期，月經斷斷續續的，她育有 3 名子女，不到 20 歲就嫁人，教育程度則是國中畢業，身材瘦小的她，對於什麼是更年期，搞不太清楚，她說曾經看過更年期的報導，知道沒有月經之後，皮膚會變差、沒有彈性、比較容易發脾氣，情緒會不好，至於她本人則覺得皮膚比較暗沉，皺紋也比較多，很容易上火，至於發脾氣，**No.2** 媽媽說，脾氣還好啦，我也管教我的小孩，不能隨便亂發脾氣，要有教養。

妳有沒有聽過荷爾蒙療法？

這是什麼東西，我從來沒有聽過，這是我第一次聽到，這個療法可以治療更年期，聽起來好奇怪，月經停了就停了，不需要什麼治療方法，這是很自然的事情，我媽媽和婆婆都沒有月經，也沒有看她們吃什麼藥，所以我認為根本不需要吃藥。這是很自然的事，沒有月經就不會生小孩了，反正我也已經生了 3 個小孩，有沒有月經對我來說不重要，沒有月經更好，還可以省下衛生棉的錢。

你有沒有希望從媒體報導中獲得什麼樣的資訊？

我很想知道有關於養生的問題，而且聽到很多朋友說起癌症，好像現在的人很容易得癌症，如果有辦法可以不讓自己得癌症的消息，我會非常感興趣，而且聽妳(筆者)說起使用荷爾蒙療法會得癌症，我更覺得可怕，如果我知道這樣的消息，而醫師給我吃這種藥，我一定立刻把藥停掉，妳不知道嗎？現在最可怕的就是癌症了。

吃西藥很容易有副作用，所以她說我比較喜歡看中醫，因為中藥比較不傷身體，我很多朋友說，西藥都是吃毒藥，她們都不敢吃西藥，我們以前都比較信任中醫師，吃草藥比較健康，不過感冒還是會去看西醫，西醫的藥比較強，好得快，可以快一點出門做生意。

妳希望媒體提供什麼樣的健康資訊？

也沒有什麼特別的希望啦，中醫養身方面的新聞我比較愛看，還有年紀大了要吃些什麼？做些什麼運動對身體比較好，我比較有興趣，有一次聽到報導說，每天要走一千步，對身體很好，我有時候想到有空就會去走一走路，這樣的動作很簡單很容易記得，還有政府教我們要每天吃 5 種蔬菜水果，可以遠離癌症，我自己也會注意，也順便跟顧客說，讓他們也知道，像這些我就會記得。

還有禽流感的新聞，我們菜場的人都很關心，對我們影響很大，我們都很怕賣雞的店家，新聞報導那幾天，看到雞隻心理就怕怕的，不知道政府有沒有在做事，還好現在沒有事情了。

No.3: 32 歲 資訊業

在資訊業工作的 No.3 小姐，未婚，平時對於電腦操作就很嫻熟，她靠電腦資訊的知識賺錢，平時很少看報紙，但是會看相關工作的雜誌或是女性雜誌，至於每天的新聞都是從網路新聞中獲得，長相很甜美的她，工作愛情都很順利，但是短期內沒有考慮結婚，因為一個人很自由自在。

你知道什麼是更年期？你聽過賀爾蒙療法嗎？

國中的健康教育課就有說明什麼是更年期，就是女性停經之後，就進入更年期，我記得更年期好像會有一些症狀，我印象深刻的是骨質疏鬆症，還有就是脾氣會很暴躁，我記得我媽媽好像有一段時間，脾氣變得很怪，經常會發怒，我想可能就是更年期吧！至於更年期還會有什麼症狀？我就不太了解，我記得還有很多毛病，聽說還會失眠。

至於荷爾蒙療法我是在醫療網看到相關的報導，但是沒有很仔細去看，不太清楚有什麼作用，報紙上也有荷爾蒙療法的介紹，但是我目前沒有需要，所以只是瞄一瞄標題，沒有看內容。

其實有關健康的資訊很多，點選醫療網站，想要知道什麼資訊都有，有一次我猛長青春痘，我就上網找資料，順道上網找醫師，看看那一個醫師比較會醫治青春痘，很好用，我有時候甚至想，如果網站做的很好的醫師或是診所，生意應該也會比較好。

妳有想過自己有一天會進入更年期，而想要得到這方面的資訊嗎？

當然會啊，我想多了解一些，等到我到了更年期的時候，就不會像我媽媽那樣，愛亂發脾氣，不過她現在已經沒有亂發脾氣了，我想可能是(停經)那段時間很不舒服吧，如果我能夠知道進入更年期之前我能夠做什麼，可以預防更年期的毛病，或是了解更年期之後，我可以吃那些東西延緩老化，我想我會去嘗試。

如果荷爾蒙療法能夠讓妳在更年期的時候很舒服並且延緩老化，但會有罹患癌症的風險，妳要不要嘗試？

這樣聽起來很可怕，我想我不會嘗試荷爾蒙療法吧，也不一定啦，如果真的能夠讓我很舒服，沒有更年期的症狀，而且還能夠保持青春不老，到時候我或許會因為怕老而吃藥，現在我是不敢用啦！

針對醫藥新聞，你現在都看什麼樣的報導內容？

我現在比較感興趣的是有關美容方面的新聞，例如該怎麼美白、防曬、護膚等等，另外就是減肥的新聞了，常看到有人吃減肥藥死掉，但是我的女性朋友很多人都有吃減肥藥，那一類的我不知道，不過根據我的觀察，她們好像不太怕吃藥吃死人，而且我覺得，最近媒體對於減肥的議題炒作太厲害，好像不減肥就跟不上時代潮流，幾乎每個人都把減肥掛在嘴邊，更誇張的是，週遭朋友沒有人沒減過肥，我自己也會節制我的飲食，控制體重，畢竟這是現代的潮流，我也要跟上時代。

那一則醫藥新聞讓你印象最深刻？

吃減肥藥死人的，還有人吞蛔蟲卵減肥，前陣子聽說有人利用墮胎減肥，這些新聞聽起來都好可怕，很變態，減肥要這樣減，連命都不要了，命都沒了，還減什麼肥。我記得有些教導正確減肥的醫師，都是用飲食來控制，不過要記得這些飲食太困難了，我只記得炸的食物不要吃，剛好我以前長青春痘時，醫師也要我不能吃炸的食物，所以我不太吃炸的食物。

報紙的醫藥新聞報導對我還是有一些影響，至少我不敢亂吃減肥藥，在飲食方面，我不吃炸的食物，以前很愛吃炸鹽酥雞，現在就盡量不碰了。

No.4: 57 歲 前任某醫院更年期婦女保健聯誼會會長

家裡住在醫院附近，No.4 的媽媽因為機緣巧合，參加了某醫院的更年期講座，那時候她還沒有停經，個性很開朗的她，喜歡結交朋友，那時候某醫院的更年期聯誼會招募會員，她想自己也差不多快要停經了，就順勢成了會員，之後很熱心的她，也被選為更年期婦女保健聯誼會的會長，為了幫助聯誼會的會員，她比一般婦女更注意媒體的相關新聞報導。

什麼情況下開始接觸荷爾蒙療法？

其實我很幸運，更年期的症狀並不明顯，最大的困擾是失眠，其次就是盜汗，我把盜汗當成排毒，剛開始盜汗的時候，孩子們以為我很「假仙」，天氣哪有這麼熱？直到了解我的情況後，他們會主動開電風扇給我吹，而我使用荷爾蒙療法僅有一段時間就停用了，在 2002 年美國國家衛生研究院的研究結果公佈後，對我使用荷爾蒙藥物的影響很大。

我記得當時正好擔任聯誼會的會長，邀請了醫師針對荷爾蒙療法進行演講，說明荷爾蒙療法的優缺點，結果吸引了很多更年期的婦女，之後陸續針對這個議題舉辦了多次的講座，獲得很大的迴響，顯然大家(更年期婦女)都很關心。

就我本人而言，加入更年期聯誼會七年，在 2002 年之前，醫界和媒體的報導把荷爾蒙療法當成仙丹，甚至有醫師說荷爾蒙藥物可以吃一輩子，現在已經沒有這樣的說法了，醫師變得比較保守。

您提到媒體，您以及聯誼會的會員們會特別關心媒體有關荷爾蒙療法的報導嗎？

：當然會啊！聯誼會甚至會剪報，而且有不同的人負責不同報紙的剪報工作，再製成冊，供會員參考，媒體報導是我們獲得資訊的重要來源之一。

但是看了這麼多的媒體報導，覺得有點失望，媒體對於更年期的婦女都很負面看待，我希望媒體的報導不要專注於吃藥的問題，也不要將更年期當成疾病，更年期就像青春期一樣，都是一種過度，應該多多宣導更年期婦女，多運動，多參與活動，例如聯誼會，學習新的事物，克服更年期的不適。

其實這樣批評媒體也不公平，媒體也有這方面的報導，只是我覺得如果多一點正面的報導，少一點負面的看法，或是只探討藥物的問題，我想對更年期婦女幫助較大還是多一些正面的鼓勵及報導。

而且我覺得媒體的報導對於我們的影響很大，會員們都會討論，有些更年期的婦女因為媒體的報導指出荷爾蒙療法可能有致癌的危險，就算症狀很嚴重，也不願意服用藥物緩解症狀，有些會員則是看了有關荷爾蒙療法的正面報導而就醫。

尚未進入更年期之前，妳會注意更年期的報導嗎？

完全不會，還沒有更年期之前，我的工作很忙碌，也沒有這方面的困擾，根本不會閱讀有關更年期的報導，現在則會閱讀相關報導，除了更年期之外，一些切身有關的報導，例如慢性病、心臟病、老公的攝護腺問題等，才會特別去閱讀。現在有關於自身問題的醫藥新聞，有需要的才會看，我的朋友大多也是這樣。

No.5: 54 歲 退休國中老師

身材微胖的 No.5 媽媽，個性非常開朗，很喜歡聊天，有點像是個「傳教士」一樣，不斷傳遞自己的快樂經驗，希望每個更年期婦女都像她一樣快樂，她育有 3

名子女，都是從事醫藥方面的工作，女兒唸護理、兒子也在醫界服務，她形容自己是卸下教育兒女工作的快樂媽媽，不過上有高堂的她，要照顧家裡的老人，在照顧的過程中，她也學會如何當個老人，不要當個讓人討厭的老人，讓她的子女輕鬆一些，訪談的過程中，可以感受到 No.5 媽媽的聰明、孝順、體貼。

您有使用荷爾蒙療法嗎？

我還在學校教書，快退休的時候，經期有點亂，而且半年沒有來月經，我以為以後都不會有月經，覺得很快樂，以後就不要擔心月經的問題了，有一回在醫院聽演講，醫師說更年期會有症狀，需要使用一些荷爾蒙療法的藥物，這些演講的醫師都是很年輕，40 歲出頭的醫師，觀念都很新。我聽了醫師的演講，去掛醫師的門診，開始使用荷爾蒙，而且我的孩子在唸護理，女兒陪我去上課，國民健康局當時也有推廣，在家人的支持下，使用荷爾蒙療法。

而且我很幸運遇到好醫師，一開始用藥的劑量不對，當時的醫師只給我樂吃，並且說吃藥就好，不要來看病，但是我現在的醫師林育弘說，因為我還年輕，不需要吃太高劑量，並且安排我定期抽血，做抹片檢查、乳房超音波，把我列入個案研究，醫師很用心研究這方面的問題，也很配合我的情況，我覺得很好。

您知道2002年有關美國國家衛生研究院針對荷爾蒙療法的研究結果嗎？

我知道這件事情，我在更年期聯誼團體聽課，醫師比我們更敏感，報紙上有關於荷爾蒙療法的報導和研究，醫師都詳細說明，他們指出，國外研究的結果不一定適用於國內，西方人的體質，以及研究取樣的樣本很重要，我聽了醫師的分析之後，並不害怕，依照醫師給的指導，完全沒有受到報導的影響。

尤其是最近幾年，有關荷爾蒙療法不好的報導，一而再再而三的報導，其實根據醫師的分析，根本沒有這麼差，不需要過度擔心。

我有注意這方面的報導，而且也經常去聽演講，聯誼會每個月都辦這方面的演講，不過我相信我的醫師，我覺得我的醫師最瞭解我，不能說報導有什麼錯誤，可能有些人的體質跟我不一樣，我覺得按照醫師的指示很好。

媒體有關荷爾蒙療法的報導您特別注意什麼方面的報導？

我比較注意的是，樂觀的、開心的、正向的報導，我覺得更年期是歡喜的過度階段，不再去害怕懷孕了，從小來月經，就很高興，我懷了三胎、生了三胎，都是自然生產，女人的事情我做完了，現在更年期也走到末期了，目前也沒有不適的症狀，但是我要生活品質，因此現在補充微量的賀爾蒙，我很相信我的醫師，他很知道我的情況，我希望這個年齡要認得一個醫師，對你很瞭解。

我希望媒體用正面的來報導，叫人家不要害怕，以前年輕求學的時候，月經來會痛，結了婚爲了避孕，只要不來月經就很害怕，我每兩年換一次子宮內避孕器，直到更年期後，做愛做的事很安全很放心，夫妻之間的感情更好，不需要算安全期，真的很快樂，我知道每個人不一樣，更年期之後會比較乾燥，情緒會有空巢期，我很幸運，孩子都很孝順，先生也很疼我。

您希望媒體針對更年期或是荷爾蒙療法提供什麼樣的資訊？

第一個，宣導這個是快樂的階段，做一些好的報導，我很感謝現在的醫藥進步，老一輩的人有很多問題，我現在的骨質很好，還可以享受我的人生，我有先生的支持、有孩子的支持，有很美滿的家庭，我還幫忙緩和病房的人唸往生經，更年期之後，要學習的東西很多，可以去學跳舞，去學琴，照顧老人的時候，學習做老人，總之退休之後要走出去，去學一些平常沒有學到的東西。所以媒體應該報導一些正面向的，讓她們知道更年期是人的一生中最快樂的階段。

第二媒體要正確的報導，要讓人家知道怎麼樣過，今天吃荷爾蒙會定期回診治療，不吃荷爾蒙就不來看醫師，如果不吃荷爾蒙的女性，發生問題找醫師的時候，都已經是晚期了，女性要有正確的認知，珍惜現在所擁有的。如果不幸罹患癌症，我就快快樂樂的到緩和病房，我覺得那是人生最棒的地方了，我也去那邊當過義工，所有的事情都了了，該做的都做了，很多人幫妳唸往生經，多好！

您在尚未進入更年期之前會注意這方面的報導嗎？

之前相關的報導很少，10 幾 20 年前幾乎沒有報導，連書籍也很少，現在的醫師觀念很新，當我開始亂經的時候，開始注意這方面的報導，因爲當時孩子就在

讀護理，孩子和我自己去找這方面的報導，而且我父親有一段時間住在加護病房，我趁著空檔，養成在醫院聽醫師演講的習慣，民國 91 年 10 月報名參加更年期婦女團體，跨一個領域，一點都不可怕。

我現在比較注意的是跟家人生病有關的新聞，例如我媽媽是巴金森，我爸爸是肺病，他有慢性肺阻塞性肺炎，我妹妹的婆婆是糖尿病，我婆婆有高血壓、心臟擴大，先生有高血壓，我會注意這方面的報導，而我本人則是太胖了，我也會注意如何減肥的報導，以及如何運動瘦身等等。

No.6: 56 歲 某醫院更年期婦女保健聯誼會現任會長

現在擔任某醫院更年期婦女保健協會的會長，No.6 媽媽對於媒體有更多的期許，接下會長一職，她對於更年期婦女的保健，有著更大的責任感，她想要讓每一個更年期的婦女都能夠快樂的度過，畢竟，她認為這只是一個過程，而且可以進入女性另一個新的人生感受。

No.6 媽媽看起來就是一副古道熱腸的樣子，自己也經歷了更年期的症狀，更經歷了醫師沒有明確告知的情況下，接觸了荷爾蒙療法，她對這樣的情況非常埋怨，而且她與台灣大學公衛教授張珺很熟稔，對於荷爾蒙療法或是更年期的情況，受到張珺教授很大的影響，因此她對於醫師較持負面態度，認為他們可能基於利益的緣故而鼓勵婦女接受荷爾蒙療法。

有一句廣告形容詞可以用來形容 No.6 媽媽--「當了會長之後，才開始學會當會長」，為了給會員們更多的資料與保健資訊，她投入很多心血，從會刊的印行，到每個月的演講邀約，盡量做到多元化，給會員媽媽們充足的常識，她也針對荷爾蒙療法的會員進行小小的調查，從一個普通的更年期婦女，到捍衛女性健康，研究女性健康行為的更年期婦女聯誼會會長，No.6 媽媽的精神令人感佩。

妳有服用荷爾蒙藥物，接受荷爾蒙療法嗎？

我其實不知道自己是更年期，在莫名其妙的情況下服用荷爾蒙，當時只知道經期很亂，婦科很亂，看到一家很氣派的私人婦產科診所，說明了我的情況之後，

醫師就給我服用荷爾蒙，但是沒有說我是更年期，只是給我吃藥，也沒有抽血，那時候我也傻傻的就吃藥了。

在那個氣派的私人診所服用藥物一個月之後，經期正常來潮，我那時候覺得很奇怪，存疑的問說這是什麼藥物？但是醫師沒有說明這是荷爾蒙藥物，第二個月去拿藥的時候問不出來，到第四個月去拿藥的時候，醫師才說了一句話「放心啦！這不會致癌啦」，我一聽，心想「幹麼服用這種東西？」，而且我只是亂經，其他症狀都沒有，於是我就將藥物停下來了。

加入某醫院的更年期婦女聯誼會之後，慢慢接觸了其他會員以及了解除了藥物之外，更年期婦女還有更多值得關心的議題，尤其是 2002 年美國國家衛生研究院提出荷爾蒙療法導致癌症、中風的機率較高之後，引起了很多會員的關心，我更加積極的安排各種演講來替會員們釋疑。

您剛才提到2002年有關荷爾蒙爭議的事件，對您或聯誼會的會員有影響嗎？

因為擔任副會長，有關美國國家衛生研究院針對荷爾蒙療法的結果，是看到媒體的披露才得知這件事情，我曾經在空大(空中大學)修了很多有關婦科的課程，從教科書可以看到正反兩面，看報紙只有單方面，擔任會長，我找了很多剪報資料，剛開始的時候大篇幅的報導荷爾蒙療法的好處，一夕之間起了很大的變化，我到圖書館找，報導都是利多於弊，而且數量很少，大約一年才看到一、兩篇，從 2002 年後每天都有報紙報導相關新聞，那時候剪報資料倍增。

說實在的，今天叫我看媒體的報導，不容易被牽著思緒，報導偏向那一邊？我可以判斷得出來，直到現在還有醫學團體認為荷爾蒙療法認為是有利的、是唯一的，背後可能都有廠商支持。我現在可以辨別報導不可信，醫師說的，流行病學專家講的、公衛專家的說法都不一樣，我綜合討論起來，對醫師的講法，我會貼上顏色。

您的意思是針對荷爾蒙療法的說法，您比較相信公衛學者的說法？

對！我可能會從公衛、流行病學專家的角度，在從學校有關婦科的書本比較，經過消化、內化之後，我覺得醫師說法不可靠，我說了，2002 年爆發了荷爾蒙

療法的爭議研究之後，三個醫學團體還繼續支持荷爾蒙療法，當時更年期醫學會理事長李昭男很支持，在一場公聽會中，有婦癌科、婦產科、婦女團體，我代表婦女團體，說明了自己的就醫經驗，更年期沒有明顯的症狀，自我照顧就可以了，而李昭男卻在當場指出，他母親 70 多歲還在服用荷爾蒙療法的藥物，而且會讓她服用到百歲之後，而女人連線的代表黃淑英則提出強烈的反駁，李昭男才又改口，強調不是建議所有女性都一定要使用荷爾蒙療法。

我那時候就覺得醫師講的話我不太相信，但是醫師很喜歡在媒體寫這方面的新聞，比較偏袒荷爾蒙療法。

2002 年之後我曾經在聯誼會針對仍在服用荷爾蒙的會員進行調查，有人服用 17 年，有人服用 14 年，問她們為什麼還要吃藥，總歸兩個結論，第一是，醫師不會害我，醫師叫我吃我就吃；第二則是認為服用荷爾蒙藥物，可以延緩老化，她怕老太快，皮膚沒有光澤。

您提到媒體刊登醫師的說法可能比較偏袒荷爾蒙療法，您對媒體有什麼樣的期許嗎？

根據我簡報的經驗發現，媒體的報導都是轉述醫師的說法，或者都是醫師投稿，很少從公衛角度，我希望多一點非醫師的角度，那一次(2002 年 7 月美國研究結果出來)之後，很多醫院的婦產科醫師或是主任，都在媒體說明荷爾蒙療法的優點，言論都一面倒，我會很質疑，我認為媒體應該把正反兩面的說法，而不是只有醫師的說法，婦女採用的單向的說法，而忽略了荷爾蒙療法可能帶來的危險。

20 多年前很少人提到女性的更年期問題，也沒有人認真看待女性的更年期，也沒有相關更年期的報導，現在的人比較幸福，資訊比較多。\\

想要知道有關更年期的報導，直到我自己經歷了更年期之後，又在聯誼會擔任職務，才回圖書館找資料，當時翻閱了中國時報、聯合報或是民生報的醫藥版，但相關報導很少，而且說法一面倒，很難得才看到一兩篇有關荷爾蒙療法負面的

文章，被我視為稀世珍寶。因為工作上的需要，相關的剪報很多。連我先生都會主動幫我簡報。

No.7: 33 歲 電視節目企劃

在有線電視擔任電視節目企劃的 No.7 小姐，未婚，在電視圈有少男殺手的雅稱，雖然脂粉未施，但是在爭奇鬥艷的女明星當中，卻顯得更清新脫俗，目前的男朋友是製作人，兩人也已經論及婚嫁，因為在電視圈工作，接觸的資訊較多，她對於更年期及荷爾蒙療法有粗淺的認識，但是就跟其他年輕、尚未進入更年期的女性一樣，對於更年期沒有太大的關心，覺得離自己很遙遠。

你知道什麼是更年期嗎？你聽過荷爾蒙療法嗎？

有啊，我經常在新聞報導中聽到，為了做節目，我也經常查閱媒體或是書籍、雜誌，了解什麼是更年期。據我了解，更年期就是停經、以及雌性荷爾蒙的分泌減緩或者停止。這時的症狀會因人而異，像是頭痛、脾氣暴躁、無力、躁熱、臉潮紅等等，但是也有人沒有任何症狀。不知道對不對？

至於荷爾蒙療法，則是利用打針、吃藥的方式，補充荷爾蒙，來延緩停經的來臨，或是治療更年期的症狀。

我曾經做過有關女性更年期的節目，因此除了從平面媒體獲得資訊之外，我也會上醫療網站找資料。

妳們相同年齡的同事或是朋友曾經討論過更年期的問題嗎？

不會ㄝ，我是因為工作需求而找相關資料才對於更年期資訊有粗淺的了解，我從來沒有跟朋友討論過更年期的任何話題，可能這個問題離我們還很遙遠吧，似乎沒有人會想到自己有一天會進入更年期，要盡早預防，妳知道的，現在的人都只關心跟自己有切身關係的事，而且都是短期內的事，很少會有人未雨綢繆。

那你個人有想過自己有一天會進入更年期，而想要得到這方面的資訊嗎？

嗯！應該會想要知道，這樣才是正確的做法，我會想要知道更年期如果不舒服，脾氣不好，甚至性生活不美滿我該怎麼辦？而且更年期之後就老得很快，那時候會不會老公就開始見異思遷，我該如何保持青春美麗，我認為這類的資訊對我來說是相當重要的。我聽說同樣年齡，女人老得比男人更快，所以我們更應該好好的保養自己，否則老公跑了，自己要負很大的責任。

妳覺得更年期對女性而言，是很大的威脅嗎？

是啊！一方面代表妳已經老了，另外一方面又要面對可能的更年期症狀，我媽媽看起來還好，可是我阿姨聽說很嚴重，發起脾氣之後，就把姨丈的衣服剪破，看起來很嚇人，兩人經常吵架，阿姨看起來也的確老很多，而姨丈看起來還是很年輕，阿姨經常懷疑姨丈有外遇，我媽媽經常勸我阿姨，她也聽不進去，鬧到差點要離婚，我媽媽跟姨丈說，快要停經的女人都是這樣，要姨丈多多忍耐，我看到我阿姨的樣子，有時候覺得她很可憐，有時候又覺得她很無理取鬧，非要弄得家裡雞飛狗跳不可。

雖然從來沒有跟別人談起家人的事，但是對於更年期，我有著不太愉快的看法，所以可能會想要知道更多相關資訊。

妳現在關心那一類的醫藥新聞？

跟我自己有切身關係的新聞囉，例如月經不順的問題，因為我的月經不順，覺得很困擾，尤其在如何計算危險期或是安全期方面，另外正確的兩性關係我也很關心，畢竟這是攸關自己未來幸福的問題。

有些朋友對於整形很有興趣，不過我自己卻很少關心這類的新聞，可能是我自己從來沒有想過要整形，不過我很注意正確的防曬，關於皮膚科醫師建議正確的防曬方法，對我的幫助很大，我以前沒有注意防曬，想要曬黑看起來比較健康，看到媒體報導曬太陽會導致皮膚癌以及皮膚老化，現在我出門或是出外景一定會做好防曬。

No.8: 30 歲 公關公司專案企劃

傳播科系出身的 No.8 小姐，因為插大考上銘傳大眾傳播系，畢業之後進入公關公司服務，該公司接獲的案例五花八門，但都以音響展、食品記者會、旅遊記者會為主，工作的年資超過 5 年，不過一直很不滿意自己的工作環境，現在最大的心願就是到一家大公司任職。

雖然是傳播科系出身，No.8 小姐對於自己不感興趣的議題，沒有比一般人更多的關心，剛滿 30 歲的她，唯一關心的健康議題是有關於單一腎臟的問題，因為她先天就只有一顆腎臟，目前沒有出現其他症狀，至於更年期的問題，她主要的訊息來源是媽媽。

妳聽過荷爾蒙療法嗎？妳母親有使用該療法嗎？

聽起來很熟悉，但我不太清楚這是做什麼用的，不過我媽媽曾經看過醫師，她每次去看醫師都是一個人獨自前往，有一次我要去醫師檢查身體，剛好跟她一起到馬偕醫院去，我陪著她去看婦產科，醫師好像有給我媽媽吃藥，好像就是所謂的荷爾蒙療法，我不太確定，我也不知道我媽媽為何要吃藥，而且我媽媽很愛吃藥，經常吃一些藥丸，有些是朋友介紹給她吃的，有些好像是醫院醫師開的藥，我都搞不太清楚，她到底吃了那些藥或是保健食品。

妳知道什麼是更年期嗎？令堂有沒有更年期症狀？

電視上之前好像有廣告宣導，我記得廣告代言人是唐琪，內容不太記得了，好像是請大家關心女性更年期的問題，至於什麼是更年期，以前護理課的時候有教導，女性老化之後，卵巢功能也退化，就會停經，月經就不會再來了，而且也不會再懷孕了，好像是這樣吧？我也不是很清楚。

我看我媽媽都還好，是不是醫師給我媽吃的藥很有效果？我也不知道，我媽媽那個年紀的人，不會主動跟我提到她的健康問題，我之所以知道她好像有服用藥物，還是那一次跟媽媽一起去看婦產科醫師才知道的呢！

我媽媽看起來都很好，不過我聽說更年期的女性很怕熱，我看我媽媽的確比較怕熱，經常看她手上拿著紙張搨風，除此之外，我都覺得沒有什麼跟以前不一樣

的變化，有人說更年期的婦女脾氣會比較暴躁，我看我媽媽還好，一樣每天做飯給我們吃，晚上就到夜市賣滷味，很快樂的樣子。

妳從來不跟媽媽談有關健康的問題嗎？

是我媽媽沒有跟我談她的健康問題，不過因為我天生就是單一腎臟，我媽媽很關心我的狀況，會跟我談起我的健康問題，問我有沒有看醫師，可能是我媽媽受教育不高，對於這種先天性疾病她也搞不清楚，對於醫師開什麼藥給她吃她也不會問，因此也不會跟我談她的健康問題，而且我覺得我媽媽看起來很健康快樂，我也沒有想過要問她有沒有健康方面的問題。

而且我也沒有聽說其他朋友跟媽媽詢問有關更年期或是主動關心媽媽健康的情況，有可能我媽才 50 歲，身體都很好，沒有讓我們想到要跟她討論健康問題吧！

妳自己會關心什麼樣的醫藥新聞？

我每次看報紙，有關醫藥類的新聞，除非是很奇怪的病例，或是像 SARS 那樣很恐怖的傳染病新聞，我才會仔細閱讀報導內容，否則大概只有看看標題，真正醫藥新聞，我大概只會關心報紙有關單一腎臟的報導，像我有一次看到報紙報導指出，單一腎臟的人，子宮可能會有問題，我還很謹慎的把報導影印起來，很緊張的去找醫師檢查，還好目前看起來都很正常，不過我總是會掛念著，以後是不是不能生小孩？

另外我比較會仔細閱讀的新聞是有關如何讓自己皮膚更美麗的新聞，如何使用化妝品、保養品的正確使用，或是有關減肥的新聞，只要有減肥新聞出現，同事們都會互相討論，這個話題不只我關心，很多年輕妹妹都很關心，公司裡那些 7 年級生(民國 70 年以後出生者)比我們 6 年級生更關心這個議題，她們有些人還真的會按照報導吃減肥餐，我沒又這方面的毅力啦，不過我最近愈來愈胖，開始也要注意自己的飲食，盡量不要吃宵夜，但是晚上跟朋友一起唱 KTV 就會吃一些宵夜，除此之外，我晚上就盡量不要吃東西。

至於更年期的報導，我從來沒有主動去看過，電視廣告看過，電視新聞看過，報紙或是雜誌等平面媒體的報導我從來沒有看過，可能我覺得更年期離我很遙遠吧！我現在一點也不關心這個問題，以後我有需要的時候，說不定就會開始關心這方面的問題了。

我自己學傳播的，我想，如果報紙版面設計得很活潑，報導的內容很生活化，我會想要看醫藥新聞，或是用故事性的方式來談一個案例，例如類似紙上問診的報導，我看到投稿的讀者有什麼樣的疾病，很像看到一個人的故事，然後再看醫師解說，這類的醫藥新聞比較會吸引我的注意。

No.9: 53 歲 公務員

在公家機構服務了 20 多年，No.9 媽媽目前已經年屆退休的時候，等到退休之後，她想要好好的享享清福，尤其最近政府的公職人員愈來愈難當，政經情況變化很大，政治不穩定，對公務員而言，很受困擾，因為政令經常改變，有時候很難做事。

對於更年期的議題，已經步入更年期的她，有很多感受，不過有很多經驗都是從朋友方面得知。

您知道什麼是荷爾蒙療法嗎？您的更年期症狀嚴不嚴重？

我沒有使用荷爾蒙療法，但是我聽過，而且有朋友在做荷爾蒙療法。有時候朋友間聊天就會聊到荷爾蒙療法，我也有去尋問在做這種療法的朋友，她說荷爾蒙補充療法在醫界已使用三、四十年以上了，而主要是在補充女性身體內的某種激素，而且還可以用來改善更年期的很多不適症狀，像情緒不穩、失眠等症狀，而且，我也有聽過醫生說，更年期的婦女長期來說，身體甚至會加速骨質流失，而出現骨質疏鬆的危機。

我覺得我的身體狀況跟還沒停經之前比起來，真的差很多。像我現在常常就會夜間盜汗，情緒起伏很大，還有像是記憶力會衰落，甚至會出現其他的泌尿器官

症狀等老化的現象。我現在就很擔心我會有骨質疏鬆症等等，還有心臟血管疾病等疾病或症狀。

你朋友在什麼情況下接觸荷爾蒙療法？您個人為何不考慮使用？

她也是聽朋友的介紹，聽說荷爾蒙療法對更年期的婦女有很多好處，她才去看醫生，醫生也建議她可以試試看，所以她才使用荷爾蒙療法。

因為她的關係，所以有時我也會特別注意荷爾蒙療法或者是更年期的報導，我知道荷爾蒙療法有對更年期婦女有好處，但也有某些禁忌，好處是可以減緩或完全消除潮紅、盜汗、失眠、心悸等症狀，聽說還可以降低視網膜退化的發生率，並可以改善眼睛乾澀的症狀。

但是，我曾經在雜誌裡面看到有關荷爾蒙療法負面的消息，這篇報導有提到說荷爾蒙補充療法的藥物可能帶來的風險，裡面寫著這幾年不斷有資訊顯示，荷爾蒙補充會增加乳癌的罹患率，但都處於不同醫生各說各話的狀態。所以我才遲遲不敢使用這個療法。

您覺得之所以不使用荷爾蒙療法是因為媒體的報導嗎？

其實我也不知道該不該相信媒體報導的，像荷爾蒙療法，很多報導都說這個療法對更年期婦女很好、很有用，但是我在雜誌又看到新聞說荷爾蒙補充療法有一些棘手的副作用。甚至有新聞報導說，荷爾蒙療法對於尚有子宮的婦女不可直接使用只含有雌激素的更年期配方，而必須與黃體激素一起服用，以保護子宮內壁(子宮內膜)。然而，這樣的更年期治療法常會引發停經後再出血，而使許多婦女不太容易接受。

另外，許多婦女則是對荷爾蒙療法是否會引起乳癌而感到疑惑及惶恐…等。這些負面的新聞讓我看了很擔心也很害怕，不知道這個療法到底對我們是好的還是有害的。好像媒體和醫師都沒有辦法講清楚，這讓我覺得很困惑，雖然我很想吃藥來控制我更年期的症狀，但是我又很害怕副作用的問題。

有關於荷爾蒙療法我不會只關心有利的部份，我也會去注意對身體有沒有不好的影響或是害處，除了聽醫生的建議之外，我也會上網查相關的資訊。

以前我比較少去看更年期的新聞，因為時間少、事情又多，除了用餐時間會看新聞聽到相關的報導之外，其餘都是與朋友間聊天才會聊到有關女人更年期的事。

醫師有介紹您使用荷爾蒙療法嗎？

我的醫師沒有叫我吃藥，反而是我主動詢及醫師有關荷爾蒙療法的問題，我的醫師分析了好處與壞處，讓我自己決定要不要用藥，但是我最後還是決定不要吃藥，雖然身體有些不舒服，但是我還能夠忍受。

我會很想瞭解荷爾蒙療法在國外真正實驗的結果，還有荷爾蒙療法對人體的壞處與禁忌，而不單單只是一味地報導荷爾蒙療法有多棒、多好，另外，也會希望媒體在報導更年期部份，能多多教導那些已經更年期，但不使用荷爾蒙療法的更年期婦女，如何去保養身體，例如如何飲食控制、該吃些什麼、減少壓力等。

因為自己已經更年期了，而且更年期的症狀我覺得我自己比身邊的友人都還嚴重，所以對我來說，目前我閱讀有關的醫藥新聞，重點都會放在更年期婦女問題的新聞，例如如何儘量不用任何藥物，來減緩更年期症狀等等。

No.10: 51 歲 家管

51 歲的 No.10 媽媽，結婚之後，就在家裡當個樂天知命的家庭主婦，很多關於外界的訊息，她最主要的消息來源就是平時跟街坊鄰居聊天，關於健康的訊息，則來自於醫院的宣傳單以及電視的新聞報導或是節目，她是個標準的名主持人余美人迷，她說，很多健康資訊都來自於她的節目，這也是訪談過程中，很特殊的一例，從電視節目中汲取健康訊息。

您已經進入更年期了嗎？您有使用荷爾蒙療法嗎？

是啊！我已經停經了，不過目前一切都還好，可能是因為我現在才 51 歲，剛剛步入更年期，我曾經問過婦產科醫生有關更年期的問題，醫生說正常來講，女人更年期的最適當年齡是在 52~54 歲中間，以我本身來說，大家說的更年期症狀譬如脾氣會變得很暴躁、還有我之前說疑心病變的很重之類的，在我身上都沒有

出現過，我除了停經之外，其他的症狀比較少像一般報導說的那麼嚴重，聽說有些人更年期之後會老得很快，骨頭會疏鬆，容易腰痠背痛，這些我都沒有。

至於妳(筆者)說的什麼荷爾蒙療法是什麼，我沒有用過，也沒有聽說過，請問那是什麼？

這是有關於停經之後補充荷爾蒙的療法，通常都是吃藥。

我好像聽說過，平常跟街坊鄰居或是親戚之間聊天時，會聊到有關女人更年期的事情，或者是從電視新聞報導有關更年期的新聞，另外，有時到大醫院時譬如長庚醫院，就會有相關女人更年期的宣傳單，裡頭就會介紹有關更年期的症狀，像更年期的女人脾氣會變得很不穩定、很暴躁，甚至還有一些會變得疑心病很重等等。裡面好像有提到吃藥，可能就是荷爾蒙療法。我好像有朋友在停經後，醫師叫她吃藥，說是補充荷爾蒙的藥，是不是就是荷爾蒙療法？

除了醫院的宣傳以及電視新聞之外，您有看過報紙報導有關更年期議題嗎？

我比較少看報紙，不過我在電視上看過最多有關女性更年期的報導，像有些談話性節目常常是有關於醫療保健的話題，就會聊到女人更年期的相關事情，像有線電視的「于美人放電」，就曾經有一集主題是有關於女人更年期的症狀啦、應該注意的事項、還有身體保養等等。讓我收穫很多，很多來賓、醫師都聊到更年期的問題，讓我印象深刻，我覺得這類關心女性議題的談話性節目要多做一些，不只是我覺得，我的鄰居、朋友都這麼認為，我們平常很少看報紙、新聞，如果電視台能夠多做一些關心婦女健康問題的節目，對我們的幫助很大。

另外，我會希望電視新聞或媒體也能夠多多報導有關更年期的婦女，應該心理要怎麼去調適，我是指說女生到了更年期就表示說已經步入中年後期了，心態該怎麼樣去調整，還有更年期婦女應該要怎麼要去照顧、保養身體。我希望媒體能夠把重點放在這些上面，而不是單純只是報導更年期婦女會出現的症狀而以。

看了電視節目有關更年期的報導對您的影響如何？

我聽到相關的更年期的新聞都會特別去注意，雖然我現在還沒有所謂的更年期症狀，但並不保證以後就不會有，所以我非常關心，也會非常相信媒體所報導的

更年期內容，例如有時新聞會教導更年期的婦女應該要怎麼去調身體，因為月經停了，就表示女性荷爾蒙可能會失調，所以要怎麼去保養身體，我都會記下來，而且新聞說的，哪些東西少吃，哪些東西不要吃，我也都會盡量遵守。

在還沒有更年期之前，雖然我的月經還沒有停止，但我知道我已經快要步入更年期了，所以只要是有關更年期的電視新聞或都節目我都會特別去關心、注意。我認為這一類的節目對我們這些還不是更年期、快要進入更年期或者是已經進入更年期的婦女都非常有用。我也知道自己有一天也會進入更年期，所以在這之前我會特別注意這一類有關女人更年期的報導和資料。

通常我會特別去注意這一類的新聞與消息，例如會去看更年期的婦女會有什麼樣的症狀，還有生理和心理會起什麼樣的變化，以為將來做準備。

基本上我現在會比較注意有關身體健康，還有更年期的相關新聞，那些減肥、美容那一類的我覺得以我現在的年紀來說根本已經不是重點了，而且一點也不重要，現在對我來說最重要的就是身體保健了，因為我知道年齡愈增長，身體狀況就會愈不如從前，會變得很脆弱，甚至我現在也會開始去關心老年人的相關報導，像老人痴呆症這類的。

No.11: 55 歲 家管

國中教育程度的 No.11 媽媽，與多數跟她同年齡的婦女一樣，結婚之後，就在家裡作家庭主婦，很早就結婚，曾經在居住的社區開過小吃店，現在已經是奶奶級了，3 名孩子其中老大已經結婚生了一子，而老二女兒也已經有 3 個小孩，她很早就當阿媽與奶奶，開始停經之後，不知道自己是更年期，只覺得人很不舒服，老是覺得很熱，很容易跟丈夫吵架，稍一不順心，例如丈夫要求她幫忙順到買個東西，她會突然火冒三丈，質問丈夫為什麼自己不去買。

她的壞脾氣讓子女有所警覺，女兒帶她去看婦產科，醫師給予荷爾蒙藥物，她脾氣暴躁的情況緩和許多，孩子們都已經成家立業，她也有了新的嗜好，找鄰居到家裡來打麻將，消磨時間，打麻將和帶孫子是她目前最快樂的時光。

您使用荷爾蒙藥物之前，有沒有聽過更年期婦女要吃藥？

在之前根本沒有聽過什麼荷爾蒙療法，我媽媽今年 76 歲了，我也從來沒有看過她有什麼更年期症狀，其實我自己不知道停經之後，莫名其妙就想要發脾氣、一下子轟的一聲，臉就很熱很不舒服，那種不舒服也說不上來，感覺就是很怪，看什麼都不順眼，而且經常跟丈夫吵架，現在回想起來，吵架的原因都是一些雞毛蒜皮的小事，其實有可能是我想要找人吵架，就找我最親近的人吧！

後來我女兒告訴我，這是更年期的症狀，帶我去看婦產科醫師，聽醫師解釋之後，才知道自己的不舒服是因為荷爾蒙減少，需要補充荷爾蒙，於是就開始吃藥，吃了藥之後覺得舒服很多，

您知不知道您的女兒為何會知道這是更年期症狀？

因為我女兒是護士啊，健康的問題她很了解，我們家裡有人生病都會找她幫忙，她是我們家族裡的健康顧問，她雖然已經結婚，沒有跟我住在一起，但是都會打電話給我，或是回家來看看我們，剛開始我也不知道自己有更年期症狀，但是我女兒聽到我埋怨身體不舒服，埋怨丈夫很不體貼，埋怨睡不好覺，她就覺得我可能是更年期症狀，幫我掛號，找她們醫院最好的婦產科醫師，給我吃最好的藥。果然吃了藥就好多了，不過我只吃了不到一年，我女兒就叫我不要再吃藥了。

您知不知道為何您女兒叫您不要再用藥？

我知道，好像聽說吃荷爾蒙的藥會致癌，我聽了也不敢再吃了，而且我也聽我的牌友說起這件事，其中有一個牌友也是跟我一樣，身體很不舒服，我介紹她去看婦產科醫師，她吃了藥之後，也好了很多，但是另外一個牌友則說起，她看到報紙說，吃荷爾蒙藥會致癌，那個牌友說，她有一個朋友就是這樣得到乳癌，最後把乳房都切掉了，還是沒救活，聽了朋友和女兒的說法之後，我們兩人都不敢

再吃藥了。其實我的症狀已經好多了，吃藥會致癌實在太可怕了，脾氣不好打打牌，轉移注意力就好了，不一定要吃藥。

您本身有看過醫藥新聞報導嗎？

我不太識字，很少看報紙，不過我曾經看過電視新聞提到更年期的問題，除了更年期之外，我會注意養生方面的消息，吃什麼東西可以養生，尤其是中醫師提出的配方，我記得很久以前有中醫師說要吃黑豆，鄰居們聊天談起這件事情，就會一起去買來吃，結果我吃了很不舒服，另外還有醫師說要吃白鳳豆可以預防癌症，我打電話給我女兒，她跟我解釋這只是研究，還沒有結果，叫我不要亂吃，可是那段時間，我上菜市場聽說很多人都在搶購白鳳豆，大家都怕死，尤其很怕得癌症。

為什麼特別怕得癌症？

因為癌症治不好啊！我有很多親戚都是癌症過世的，我從來沒有聽過有人得了癌症還可以活很久，當然電視報導曾經報導有些人抗癌成功，可是我周圍的人，都沒有這麼幸運，我看電視說，癌症是國人十大死因之首，而且我身邊的人死於癌症的人好多，我的父親就死於肝癌，所以我覺得癌症最可怕了。

我希望看到電視多教我們一些方法，可以預防癌症，我看電視說，衛生署有叫我們每天都要吃蔬菜水果，可以預防癌症，我聽到這個消息之後，幾乎每天都會準備青菜水果，而且多吃青菜水果還可以減肥，一兼兩顧，很不錯，像這樣的消息，我很關心。

No.12: 55 歲 醫院志工

原本就很熱心公益的 No.12 媽媽，從郵局工作退休之後，就到醫院去當志工，因為在醫院接觸醫師護士的機會比別人多，因此她的醫學常識還蠻豐富的，原本她媽媽反對她到醫院去當志工，漸漸地，因為她在醫院的關係，可以幫忙生病的家人找到醫師，成為她當志工的另一項附加價值，她媽媽也就不再反對。

No.12 媽媽有兩個小孩，目前都在唸研究所，家裡的事情都不需要她操心，唯一要擔心的是她年邁的媽媽的健康情況。

您有使用荷爾蒙療法嗎？

沒有，我停經很晚，而且也沒有什麼症狀，兩年多前(剛好是 2002 年荷爾蒙療法爭議的時候)到醫院當志工，聽說很多更年期的婦女使用荷爾蒙療法會罹患癌症，我從來沒有想過要吃藥，當然一方面就像我說的，停經之後沒有什麼特別不舒服的感覺，另外一方面是我聽很多護士說，沒有必要最好不要吃荷爾蒙，有些醫師是爲了賺錢才會開荷爾蒙的藥給更年期的女性吃。

有關更年期的問題，妳只有聽護士說，還是您有看過相關報導？

有啊，我除了跟護士聊天會談起更年期的問題之外，我自己也很喜歡看報紙，因爲我本身更年期的症狀不明顯，所以有關更年期的新聞，我都是大致看一看，沒有很詳細閱讀，有其他醫院裡的志工媽媽很關心這個問題，經常看這方面的報導，還會剪報，有機會就順到問醫師，我沒有這方面問題，所以沒有剪過相關新聞的報導，但是還是會注意一下，妳知道的，在醫院裡，我們也要有一些基本的常識，幫忙走進醫院的病人，所以我已經養成看醫藥版新聞的習慣。

您個人最關心那一類的醫藥新聞？

我比較關心養生保健的新聞，因爲這類新聞對我而言非常重要，到了我這個年齡，如果沒有好好的保健自己的身體，很容易一生病就跨下去，舉凡衛生署推動的「天天五蔬果」運動，預防癌症，或是心臟科醫學會提倡的「健康快步走」預防心血管疾病，我都會遵守，雖然不一定每天都做到，但是我有能力的情況下，我一定會每天吃 5 種不同的蔬果，有空就到公園去散步，另外，我先生有攝護腺肥大的問題，有這類新聞報導我也會特別關心，我會定期幫他安排健康檢查。

應該可以這樣說，因爲我天天都會看醫藥新聞，而且關於養生或是抗癌的報導，我會盡可能的融入我的生活方式，所以要說醫藥新聞對我有直接的影響，也很正確，其實很多像我一樣，上了年紀的人，都會關心醫藥的新聞，因此而改

變生活習慣，像我一個朋友，因為參加「戒菸就贏」的活動，還把 20 多年的菸癮給戒掉了，其實媒體的訊息對我們而言是很重要的。

我希望能夠多介紹一些有用的、實用的養生方法，很簡單，但是很容易學，又很有效能夠達到保健效果，就向衛生署提倡的「天天 5 蔬果」一樣，這樣一來，健康的人會愈來愈多，而生病的人就會愈來愈少。

我在醫院看到很多病人，年紀輕輕就生重病，有些事業做得很大，結果健康沒有了，什麼都是假的，只有健康最重要了。

No.13 54 歲 退休律師

從國內知名律師事務所退休的 No.13，曾經使用過荷爾蒙療法，因為工作的關係，從年輕就養成每天至少閱讀 5 份報紙的習慣，在自己步入更年期之後，更加注意關於這方面的消息，用藥與停藥，很多資訊都參考報紙的報導。

可否請問您使用過荷爾蒙療法的經過？

我在將近 50 歲的時候，開始停經，剛開始月經來潮的時間很久，滴滴答答的，從報紙的報導得知，這樣的情況稱之為「點狀出血」，當時有部分的老同事出現了其他更年期的症狀，早已經找醫師治療了，我因此也到醫院去找婦產科醫師詢問有關荷爾蒙療法，因為我看了許多報導，指出改良後的荷爾蒙補充療法致癌率不高，而且女人往後的歲月還很長，想要留住青春，體內必須要補充適當的荷爾蒙。因此我曾經使用過荷爾蒙療法。

報紙有關荷爾蒙療法對您個人有實質的影響嗎？

我記得幾年前有許多報導還強調，國外更年期婦女絕大多數都使用荷爾蒙療法來維持原來的狀況，我經常出國開會，國外的報紙也有相關的新聞報導，雖然不好意思詢問其他國家的年長女性律師有沒有使用荷爾蒙療法，但是我看到國內報紙報導關於荷爾蒙療法的優點，確實讓我很心動，當然，這是將近 4 年前的事情，我的感覺，當時對於荷爾蒙療法的報導確實很吸引人。

而我的婦產科醫師在我的訊問下，也贊成我使用荷爾蒙療法，於是我使用了一年多。

您更年期的症狀嚴不嚴重？

跟我母親比，我覺得還好，我只是熱潮紅的情況比較嚴重，情緒方面偶爾會覺得有些失落感，而我記得我母親當年更年期的時候，我已經當律師了，她經常跟我父親爭吵，手裡永遠拿著一條很大的手帕，一整天都在擦汗，幸好當時已經有冷氣機了，我母親會把冷氣溫度調低，家人都穿著薄薄的外套，而她還熱的很，我覺得她很辛苦，我很想幫她，但當時很少關於更年期的報導可以參考，而且也不知道可以找婦產科醫師幫忙。

您經常看報紙，是否注意到2002年關於荷爾蒙療法可能致癌的報導？對您的影響如何？

對！我正要說荷爾蒙療法用一年多停藥的原因，就是與國外這個大型研究結果有關，那段時間，報紙關於荷爾蒙補充療法的新聞最多，我看到關於外電的報導，真是嚇一大跳，雖然用藥期間感覺還不錯，但是報紙上也報導一些中醫師的說法，認為可以不需要使用西藥，食療食補也能夠補充女性荷爾蒙，因此我慢慢把荷爾蒙的藥物停掉，覺得沒有其他症狀，我記得大約三星期後，我就把藥物全部停掉了。

您沒有先去找醫師詢問嗎？

沒有！因為我工作太忙了，我的婦產科醫師又是大型教學醫院的醫師，我抽不出時間，我是停藥約兩個月後，才去掛號看醫師，我跟醫師討論關於美國國家衛生研究院的報導，當時我的醫師告訴我不要太緊張，他說這個研究定論言之過早，如果我有疑慮，停藥也無妨，而且還幫我做了乳房以及卵巢超因波的檢查，所幸一切都還好，我原來看到報紙擔心的部分都沒問題。

關於荷爾蒙療法從推崇到質疑的報導，您對報紙的報導產生質疑嗎？

我自己也在法律界工作，對於科學的進步有很大的接納度，不過我所接觸的醫師深信荷爾蒙療法的好處，讓我很訝異，我的朋友有些是很知名的醫師，他們對

於荷爾蒙療法都停留在有必要才用的觀念，但我的主治醫師卻很推薦，我也不清楚為何，我聽其他在媒體工作的朋友說，很多醫師都靠某一藥品賺錢，我覺得我的醫師有點這個味道，但是他仍能夠完整的說明，荷爾蒙療法的優點如何多過缺點，而我沒有採用醫師說法的緣故，是我看了報導，自己停藥之後，身體狀況良好，沒有任何心理負擔，不需要擔心以後會增加罹患癌症的機率，跟醫師討論後，決定停藥，當然，我母親罹患乳癌也更增加我注意這方面癌症的情況。

報紙對您就醫的影響很大嗎？

可能我每天習慣閱讀三份以上的報紙，對於自身的健康也多一些注意，醫藥新聞的報導關於自己或家人的健康問題，我都特別注意，報紙的報導確實會影響我的就醫行為，不過朋友的介紹或是自己的健康狀況也是很重要的就醫依據，很多朋友都會介紹自己的醫師好友照顧健康，我也有一些醫師朋友，可能是我個性的關係，非緊急事件，我不想找醫師朋友詢問健康狀況，我怕萬一出錯，或許連朋友都沒得當，因此，我會注意醫藥新聞的報導，認真的說，報紙的醫藥新聞報導對我個人的影響很大。

那一類的醫藥新聞你比較相信及重視？

我比較相信外電的報導，國外的研究比較嚴謹，而國內的醫師說法，都跟隨國外醫師的研究腳步，當然有可能我很注意國外的醫療訊息，不過國內關於荷爾蒙療法的新聞，大多都是引用國外醫師的報告加以延伸，我很少看到國內自己做大規模的研究。

您覺得媒體對於荷爾蒙療法的報導訊息足夠嗎？

我有親戚在媒體工作，我知道很多時候，媒體能夠呈現的內容跟讀者的預期有很大的落差，我只希望媒體，尤其是報紙能夠做為民眾資訊的補給站，電視媒體太過浮面，無法深入報導或是提供讀者想要的資訊，報紙可以做到這點，不過認真說來，我步入更年期之後，發現荷爾蒙療法的報導還真是不夠，反而一些誇張的新聞個案，例如罕見疾病、特殊疾病等，有新聞性的醫藥新聞多過一般讀者所需要的荷爾蒙療法新聞，或是常識性的新聞，這類新聞多在紙上問診這方面的專

欄看到。

您目前最關心那一類的醫藥新聞？

很多，只要跟家人健康相關的，我都很注意，尤其最近看報紙，都不想看政治版面，反而是一些軟性的生活健康或是藝文的報導，比較能吸引我的注意。

No.14 34 歲 媒體工作者

研究所畢業之後，就進入電子媒體工作的 No.14，反而養成每天早上閱讀報紙的習慣，她說這是她工作的一部份，如果沒有看 5 份報紙，就有資訊恐懼的情況出現，害怕開會的時候不知道該報什麼主題，尤其當了中階主管之後，她每天早上一定要翻閱報架上幾大主要報紙。

有聽過更年期荷爾蒙療法嗎？從何處接收這個資訊？

我聽過更年期荷爾蒙療法，關於此一療法，比較詳細的內容幾乎都從報紙上得知，其次是來自於同事相關的報導，不過由於電視新聞經常無法深入描述一件事情，尤其新的科學知識，很多關於研究的背景、研究方法、研究結果都被省略，想要進一步瞭解科學新知，就必須靠平面的媒體。我很多同事也都如此，不看報不能上班，報紙是我很重要的資訊提供來源。

有特別注意更年期荷爾蒙療法的報導嗎？

有！可能因為媽媽這兩年進入更年期的緣故，我特別注意更年期的相關報導，媽媽有些不舒服的情況，而她是我看過最害怕到醫院看病的人，因此我會告訴她來自媒體的相關報導，因為媽媽不喜歡吃藥，雖然知道有更年期症狀的婦女可以使用荷爾蒙療法，但我媽媽自認自己症狀不嚴重，不需要就醫，更不必吃藥，所以媽媽從來沒有使用過荷爾蒙療法。

不過由於我在媒體工作，很多親戚也都會問我一些問題，我是家族中資訊提供者，我的阿姨和姑媽們會詢問我關於就醫的問題，我則會去請教主跑醫藥路線的記者，該找那一位醫師？當然希望同事們幫忙關說，讓親人就醫比較方便，也可以獲得較好的待遇。

你知道關於更年期荷爾蒙療法在2002年出現的重大爭議嗎？從何得知？

我知道這個新聞，主要從報紙的報導得知，我記得那天幾乎每家報紙都有刊登這一則消息，電視台的外電消息也有相關報導，但是報紙相對報導比較仔細，可以看到國內醫師的看法。

我也特別關心這則新聞，因為我姑媽正好在這個爭議出來之前不久，聽從醫師的建議，使用荷爾蒙療法的藥物改善更年期症狀，我記得當時我還跟姑媽建議，請她去找醫師詢問需不需要停藥，我姑媽跟我感情很好，我那時還陪她去看醫師，醫師分析姑媽的情況，因為姑媽熱潮紅、盜汗、失眠的情況非常嚴重，荷爾蒙的藥物可以幫助姑媽解決她的症狀，如果想要停藥，也必須慢慢停藥，醫師答應會幫姑媽定期檢查身體，請姑媽放心。

之後陸陸續續我看到關於荷爾蒙療法的爭議，都會趕緊與姑媽分享及研究，後來姑媽聽了一位中醫師的話，把荷爾蒙的藥停掉，改服用中藥來調理，根據我姑媽跟我說，她換中藥吃之後，感覺也還不錯。

你覺得媒體在荷爾蒙療法出現爭議之後的報導足夠嗎？

我知道做媒體很難兼顧所有的讀者，滿足每一個人，足不足夠很主觀，如果不喜歡這類議題的人，或是根本不注意這則新聞的人，或許會認為這類報導很多餘，我個人因為家庭的因素，會稍微注意這方面的訊息，我反而注意媒體的報導參考價值，而不會太注意足不足夠的問題。

你個人經常讀報，你認為媒體在醫藥新知或是新療法的報導出現爭議時，報導內容有參考價值嗎？

我覺得醫藥新聞的報導已經比其他新聞更客觀，因為大多數的報導都有研究根據，不像其他新聞，尤其是國內的政治新聞，可以毫無憑據的放話，而且都是由具有專業素養的醫師所說，可信度很高，具有高度的參考價值。

你個人會注意那一方面的醫藥新聞？

可能我從小就體弱多病，所以對於所有身體有關的醫藥新聞都會特別注意，尤其是對於自己身體所須要注意的，因為工作的關係，我經常腰酸背痛，該如何消除腰酸背痛的問題，我很注意，另外，我也超過30歲了，美容方面的告知、

日漸老化的身體所會出現的問題等等...我都很有興趣，這些相關知識不可能全部都等到有問題身體不舒服的時候，再去看醫師由醫師告訴你，而且如果自己本身沒有任何醫藥相關的認知，發現身體有任何的不對時就會特別不安和煩惱，我想是因為無知會造成恐懼。

另外因為自己有小寶寶，因此也會對於孩童健康相關的新聞也會特別關心，包括腸病毒、流行性感冒等問題。

No.15 50 歲 公務員

她最主要的工作，是負責該單位的剪報工作，將近 20 多年的剪報經驗，她已經養成了閱讀報紙的習慣，每天需要看將近 7 家報紙的新聞，從第一版到最後，先詳讀並且剪該單位需要的新聞剪報，她也會剪下他個人喜歡或是感興趣的新聞話題。

您知道更年期荷爾蒙療法嗎？從何得知？

知道啊！我每天的工作就是剪報，很多醫療的資訊都是從報紙看到的，尤其是最近這幾年，許多報紙都有醫藥版，連工商日報都推出醫藥專版，我開始注意自己的健康之後，就很喜歡看報紙的醫藥新聞。

而我這一兩年來也開始出現一些更年期的症狀，所以會將更年期的新聞剪下來，這幾年也注意到荷爾蒙療法的報導，在報紙上出現的相關新聞讓人感覺莫衷一是，一下子說使用荷爾蒙療法沒有問題，而且還有助於婦女的健康，一下子又說會罹患癌症，我記得還有研究提到荷爾蒙療法可以治療骨質疏鬆症、老人癡呆症(失智症)，看了報導之後，我都很想去吃荷爾蒙的藥物。

您有使用荷爾蒙療法嗎？

沒有使用，因為我很少去看婦產科醫師，而且許多更年期的同是一起討論荷爾蒙療法，大家談論的結論是害怕罹患癌症，能不用最好不要使用，我也有相同的感覺，我記得以前很多人因為使用荷爾蒙療法而罹患乳癌，我有一個朋友也因此而過世，雖然我不是很清楚是否完全是因為吃荷爾蒙的藥所導致，但幸好我本身

目前沒有什麼不舒服的症狀，不必擔心要不要使用荷爾蒙的藥物。

所以您注意到關於2002年美國研究單位公佈關於荷爾蒙療法可能增加罹患癌症機率的新聞？

是啊！我記得那段時間報紙經常大篇幅的報導，我個人就有幾篇剪報資料，我的辦公室女性同事雖然很多，不過已經邁入更年期或是使用荷爾蒙藥物的同事很少，反而是我的親戚，我有個表姐好像已經吃了三年多的荷爾蒙藥，有一次跟她討論起報紙的這則新聞，她卻表示不擔心，因為她的醫師保證沒有問題。

假設醫師告訴您使用荷爾蒙藥物對您有幫助，您會採納嗎？

我也不知道，如果醫師真的覺得我有需要，我想我應該會使用吧！因為醫師都是救治病人的專業人士，醫師如果覺得有需要，應該真的是有需要的吧！而且我看到報紙的醫藥新聞，關於病情或是疾病問題，醫師都說明得很清楚，生病當然只能靠醫師的幫忙。

但是荷爾蒙療法的爭議很多，您不擔心嗎？

還是有點擔心啦，我看報紙很多不同的說法，如果現在要我用藥是不太可能，但是如果醫師診斷之後覺得我必須用藥，我想我會相信醫師，因為他們應該不會故意害死病人，雖然報紙有很多關於醫療疏失的報導，但我相信沒有一位醫師存心要害病人，大部分都出在不小心的疏忽。

您看了這麼多報紙醫藥新聞的報導，您覺得媒體有哪些地方需要加強？

其實仔細看報紙的醫藥新聞，內容還蠻多元的，想得到的疾病、想不到的疾病，幾乎都可以在報紙上看到，是很好的健康資訊來源，我很喜歡看紙上問診的單元，可以讓我這個懶得上醫院的人，看看別人發問的疾病，如果跟我有關，或許可以當作參考，事實上我同事就曾經投稿詢問過她個人問題，醫師都很詳細回答，我個人感覺還不錯。