

行政院國家科學委員會補助專題研究計畫成果報告 期末報告

停經婦女的性生活

計畫類別：個別型計畫
計畫編號：NSC 101-2629-B-002-001-
執行期間：101年08月01日至102年10月31日
執行單位：國立臺灣大學醫學院護理學系暨研究所

計畫主持人：張秀如
共同主持人：楊承芳
計畫參與人員：碩士級-專任助理人員：戴鈺鄘
大專生-兼任助理人員：林秋如

報告附件：出席國際會議研究心得報告及發表論文

處理方式：

1. 公開資訊：本計畫涉及專利或其他智慧財產權，2年後可公開查詢
2. 「本研究」是否已有嚴重損及公共利益之發現：否
3. 「本報告」是否建議提供政府單位施政參考：否

中華民國 103 年 01 月 29 日

中文摘要： 背景與目的：性不僅是人類的基本需求，更是促進人類身、心、社會和諧及提高生活品質的要素。停經婦女由於卵巢功能逐漸退化、體內荷爾蒙改變，產生許多不適的生理症狀進而影響生活品質，對性生活也造成衝擊。本研究是探討停經婦女的性生活，以深入了解研究對象的想法、感受及經驗。研究方法：採質性研究設計，以面對面深入訪談方式收集資料，以內容分析法進行資料之分析。邀請台灣北部一所醫學中心在婦產科門診看診或接受檢查的停經婦女參與訪談，共 20 位停經婦女接受訪談。

結果：停經婦女因卵巢功能退化、荷爾蒙改變，造成性慾減低、性行為改變，研究發現，停經婦女面對性生活的感知，有 2 個核心主題：1) 性生活改變，2) 性生活與停經前一致；而面對性生活的反應，則出現 4 個核心主題：1) 無法滿足伴侶的性需求感到抱歉，2) 質疑身為伴侶的角色功能，3) 接受現況，以認同生活伴侶關係取代性伴侶關係，4) 尋求策略以維持性生活。

結論：雖然多數婦女停經時性生活面臨改變，仍有婦女不因停經而改變性生活，面對停經時的性生活，有人因無法滿足伴侶的性需求感到抱歉，甚至質疑身為伴侶的角色功能，也有人接受現況，重新定位夫妻之間的關係；而許多停經婦女為了維持或改善性生活，開始採取多元的策略。

中文關鍵詞： 停經、 更年期、 性生活、 經驗

英文摘要： Background and Objective: Sex is not only a basic human need, but also enhancing harmony on human body, mind, and social, as well as an element on improving the quality of life. The menopause women due to the hormonal change and degeneration of ovarian function, the menopause women experience many physiological symptoms of discomfort thereby affecting the quality of life, in addition to impact on sexual life. The purpose of this study was to explore sexual life of women during menopause and to in-depth investigate on their opinion, perception, and experience. Methods: A qualitative research design by using face to face in-depth interviews and data were analyzed using the content analysis. Menopause women were invited to participate in interview at outpatient department of obstetrics and gynecology at a medical center in northern Taiwan

Results: There are two themes in sexual life of women' s perception during menopause: 1) altered sexual life, 2) sexual life consistent with pre-menopause. There are four core themes in sexual life of women' s response: 1) apologized on no satisfied with partner 's sexual needs, 2) questioned on the role' s function of being a partner, 3) accepted the status: the role was changed from ' sexual partner' to the ' life partner' , 4) looked for strategies to maintain a sexual life.

Conclusions: Most of women' s menopause encountered a change of sexual life, but there were some women had no change. Facing the sexual life of menopause, women' s role identity was transformed by relocating the relationship with their partner. In order to maintain or improve their sexual life, most women have been able to take the initiative to adopt diverse strategies.

英文關鍵詞： Menopause, Climacteric, Sexual life, Experience

前言

大多數的中年婦女認為「性」是重要的(Cain et al., 2003)。許多研究結果顯示，停經婦女的性功能狀況會影響生活品質、人際關係(Avis et al., 2005; Huang et al., 2010; Safarinejad, 2006)，甚至會造成焦慮及憂鬱的情形(Avis et al., 2009; Laumann et al., 2006)。「性」是非常複雜及多面向，與許多因素有相關：停經期間由於雌性素減少，生殖泌尿道常出現陰道乾燥、萎縮、性慾減低及性交疼痛(Dennerstein et al., 2005; Kingsberg, 2002)，隨著年齡增加，性慾及每週性交次數也減低(Chang et al., 1997; Avis et al., 2009; Safarinejad, 2006)；而種族不同，「性」的表現及反應也有差異(Avis et al., 2005; Dennerstein and Leher, 2004; Huang et al., 2010; Woo et al., 2012)，西方國家的人較滿意最近的性功能以及與伴侶的關係，接近一半的人認為性是生活中最重要的，而東南亞國家(台灣、日本、泰國、中國、印尼)的人對於性功能的滿意度較低，認為「性」不是生活中最重要的，(Laumann, et al., 2006)，有慢性疾病的婦女其性功能(Safarinejad, 2006)、感情生活、性生活滿意度與伴侶的親密行為(Chang et al., 1997)比無慢性疾病的婦女差；另外，有性伴侶、與伴侶的關係愈好，性功能愈好(Avis et al., 2009)，性生活滿意度愈高(Wang, 2006)；若性伴侶有性功能問題，婦女性功能會減低(Safarinejad, 2006)。過去許多研究致力於找出影響停經婦女性功能的因素以及治療的方法，結果顯示藥物或荷爾蒙治療能改善停經婦女的生理症狀、性功能(Dennerstein et al., 2005; Gast et al., 2009; Gracia et al., 2007)。目前探討停經婦女性功能的研究，多朝向荷爾蒙的改變、補充及治療(Dennerstein et al., 2005; Gast et al., 2009; Gracia et al., 2007)、停經症狀與性功能的關係(Avis et al., 2009; Dennerstein et al., 2000; Reed et al., 2007)、性功能狀況的調查(Aslan et al., 2008; Dhillon et al., 2005; Safarinejad, 2006)、影響性功能的相關因素(Chang et al., 1997; Avis et al., 2009; González et al., 2006; Hess et al., 2009; Pérez-López et al., 2012)。停經婦女性生活主觀感受或想法之研究較少，西方文化研究指出social, and family factors had impact on sexual experience (Goberna et al., 2009; Hinchliff et al., 2010)，歐洲婦女面對停經時性生活的改變，呈現多樣化的經驗，有人表達出痛苦、挫折、悲傷與生氣；有些人反而性慾比以前高(Hinchliff et al., 2010)。東方文化如台灣，正處於現代與傳統交織的文化脈絡，婦女如何面對停經時期的性生活，她們的內心的想法、感受是什麼?因此，本研究的目的是探討台灣停經婦女的性生活感受及反應。

研究方法

研究設計採立意取樣之質性研究，研究計畫經研究倫理委員會審核通過後，潛在個案為婦產科門診經醫師轉介合於選樣條件的婦女或候診的婦女，訪談前向研究對象說明整個研究

的目的及過程，研究對象可自由決定是否參與研究，訪談過程中也可隨時退出而不需任何理由，待研究對象同意接受訪談及錄音後，便請其簽署同意書。為了讓研究對象真實且自在的表達自我感受，訪談地點及時間由研究對象選擇，她們選擇在安靜且隱私的空診間受訪，訪談時僅研究者與研究對象在場，若有親友陪同便請他們在候診區等候。

研究者以面對面、深入訪談的方式進行研究資料的收集，運用訪談指引幫助研究對象針對主題表達其感受及看法。訪談指引由參考文獻及訪談4位停經婦女的經驗發展而來。研究者以開放性的問題作為談話的開始，慢慢進入研究情境後，接著問一些比較具體的問題，訪談之後詢問受訪者，針對訪談內容有不清楚或質疑處，是否願意接受下一次訪談或電話澄清，所有受訪者皆同意。訪談時間約40至90分鐘，由研究者與研究對象共同建構一個互動的過程，於訪談過程針對研究對象語言及非語言行為，亦同步以摘要方式記錄下來。分析步驟：1.反覆閱讀逐字文，以了解整體脈絡，決定分析的單元、2.根據研究對象所表達出來的想法、態度或行為，找出有意義的單元、3.將意義相似的單元聚集，給予一個類目名稱、4.以歸納的方式將類目間共同的概念呈現出來，形成一個共同的主題、5.找出合適的字、詞或陳述組合現象意義以形成概念主題。

研究結果

研究期間符合收案條件的停經婦女共23位，收案過程中有3位停經婦女拒絕參與訪談，共計訪談20位停經婦女，包含：10位停經期(月經不規則滿3個月至月經完全停止滿一年)、10位停經後(月經完全停止滿一年以上)的婦女；皆為異性戀婦女，年齡從45到60歲(平均52.15歲，SD=4.39)，20人皆已婚(2人喪偶)；教育程度研究所3人、佔15%，大專院校8位，佔40%，高中7位，佔35%、國中國小2位，佔10%；曾服用荷爾蒙藥物緩解停經症狀者有3位，佔15%。

研究發現，停經婦女對其性生活的感知，有2個核心主題：1)性生活改變，2)性生活與停經前一致；而面對性生活的反應，則出現4個核心主題：1)無法滿足伴侶的性需求感到抱歉，2)質疑身為伴侶的角色功能，3)認同生活伴侶關係取代性伴侶關係來接受現況，4)尋求策略以維持性生活。

I 面對性生活的感知

I-1 性生活改變

很多婦女停經期間，因為陰道乾燥、刺痛，對性生活有不一樣的感受，有人性慾降低，也有人表示沒有「性」趣了；卻有少數研究對象表示停經後，性慾反而比較高。

感覺改變—陰道乾燥、刺痛

本研究發現，婦女停經這段期間感覺陰道乾燥、刺痛及性交疼痛，導致性活動的過程中，若有陰莖插入的動作非常不舒服，進而減少性活動。

對「性」沒興趣了

有研究對象認為月經是女人的象徵，月經停止後心態上感覺自己沒有一點女人的樣子，雖然外表看不出來，但是對男性就是沒感覺，對「性」也沒興趣了。

甚至有婦女表示停經期間，因為陰道乾燥、性慾減低，加上與婆婆住在一起，彼此關係不好，經常需要壓抑自己的情緒，在家庭、身體因素的影響下，加深性生活的不適感。

大部分的研究對象，因為停經感覺陰道乾燥、疼痛，導致性交過程有不舒適的感受；可是訪談中卻發現，有 1 位研究對象表示有不同的體驗，她感覺停經後的性交過程，分泌物變水水的，不像停經前感覺分泌物比較黏稠，而且性慾有增加的現象。

I -2.性生活與停經前一致

研究發現，並非所有的婦女因為停經而改變原有的性生活，有人與伴侶的感情很親密，所以無論停經前或停經後性生活維持一致；但是也有人因為伴侶的生理問題，或對性的態度的不同，而造成性生活從停經前至停經後一直都缺乏或不滿意性生活。

持續享受性生活

訪談過程中發現，有位研究對象因為以前就有運動習慣，她認為運動讓自己的身體保持最佳狀態，而且也懂得如何控制身體肌肉，所以她很享受性生活，夫妻間的性行為次數沒有因停經而減少。

維持例行性生活

另一位研究對象，因為先生每天都要求行房，剛開始覺得很累、也有壓力，但是久而久之將「性」視為煮飯、帶孩子一樣的常規工作，而且他們會準備一些潤滑劑，偶而在潤滑劑的輔助下維持性活動，所以性生活沒有因為停經而有不同的感受。

無奈的性生活

雖然有研究對象的性生活不因停經而改變，但並不表示他們的性生活是和諧的，就有婦女表示，先生因為精子活動力差，對於「性」並沒有很大的興趣，所以先生與她的性關係一直都很疏離，研究對象也只能無奈的接受這樣的結果。

不滿意的性生活

另一位婦女受訪時表示，自己很重視感覺、氣氛，結婚後發現先生從事性行為時，很草率、不會營造氣氛，因此對於性行為過程感覺不滿意，雖然曾與先生溝通，感覺先生無法達到自己的要求；所以她排斥與先生有性行為。

II 面對性生活的反應

婦女的停經症狀與時間都不同，所以面對停經的性生活也有不同的感受及反應，有人因無法滿足先生的性需求感到抱歉，甚至開始質疑自己的角色功能，有些婦女會轉換自己的心態，找一個關係取代性關係，幫自己找到一個定位。

II-1.無法滿足先生的性需求感到抱歉

有婦女表示，年輕時與先生在性生活上還可以配合，但是因為停經一些不舒服的症狀出現，導致性趣缺乏，先生卻認為太太找藉口、不配合而不高興，因此造成研究對象的壓力。

另一位研究對象陰道乾燥嚴重，幾乎無法與先生性交，雖然先生可以體諒也不勉強，但是想到自己無法滿足伴侶性方面的需求，內心深感歉疚，甚至感覺自己是沒作用、多餘的。

II-2.質疑身為伴侶的角色功能

有婦女因為陰道乾燥，刺痛，許多年都無法滿足先生的性需求，因而質疑自己身為伴侶的角色功能。

II-3.接受現況—以認同生活伴侶關係取代性伴侶關係

有些婦女面對性關係的改變，會調整心態或轉換一些想法，以重新定位夫妻之間的關係。從年輕時性生活較頻繁到了中年之後逐漸轉換為生活上的伴侶，那種「老來伴」的體認尤其深刻。

雖然年輕時與先生性關係並不協調，但是在長期相處之下，研究對象慢慢地調適自己，雖然在先生這裡找不到愛情，但是親情與友情的部分還是滿足了：

另一位婦女生完第二胎，與先生就再也沒有性關係了，她分析夫妻工作繁忙、聚少離多，而且先生曾檢查出精蟲過少導致先生一直無法釋懷，雖然與先生沒有性關係存在，但認定先生是孩子的爸爸，因此選擇經營家庭而不是婚姻，至少還維持親情與友情的關係，這樣的轉換相對安全也符合社會對婦女的期待，努力維持家庭架構及婚姻的和諧，是他們最大的生活目標(Hsu, 2001)。

II-4.尋求策略以維持性生活

停經是婦女生命歷程中的一個轉變時期，研究對象面對性生活改變時，會尋求一些策略以排除或減輕停經所帶來的不適感，期使個體朝向平衡的狀態以維持或回復性生活。

II-4-1 服用荷爾蒙藥物

有婦女認為「性」不是唯一，夫妻生活中卻不能沒有「性」，所以停經期會尋求醫療協助，就是希望藉由荷爾蒙的補充，一方面減輕身體的不適，另一方面改善夫妻之間的性生活。

另一位婦女，停經後發現精神很差、體力也開始走下坡，尤其陰道乾澀很嚴重，無法與

先生進行性交，於是嘗試尋求荷爾蒙藥物的協助，看能不能改善這些症狀：

還有婦女因為停經症狀嚴重，同時肝功能也不好的狀況下，對於要不要服用荷爾蒙藥物，陷入兩難的煎熬，選擇吃荷爾蒙藥物可減輕盜汗、陰道乾燥等停經的症狀，甚至與先生行房更順利，但是又擔心藥物的副作用。

服用荷爾蒙藥物後，有婦女表示對性行為的感受有很大的改善，停經時不喜歡甚至討厭性活動，但是服用荷爾蒙藥物後，對於「性」有興奮與高潮的感覺。

II-4-2.看 A 片

除了荷爾蒙藥物以外，選擇用 A 片給予感官刺激，引發性慾也是一種策略。

II-4-3.溝通與調整性交姿勢

有研究對象表示，先生個性比較大男人，許多事都不願意與太太談，所以研究對象年輕時比較不會與先生討論性方面的問題，停經後與先生的性活動次數愈來愈少，因為身體不舒服，開始表達自己的感覺、學會與先生溝通，經過性行為姿勢上的調整以及增加前戲，夫妻間性行為的過程改善許多。

II-4-4.增加運動

隨著年齡增長，人的體力及精神各方面逐漸減低，有研究對象發現，運動可以增加身體的協調性以及改善體力，甚至在性活動方面也比以前持久，於是開始從事一些運動。

討論

停經是婦女生命歷程的重要轉折，因為每個人生活經驗不同而有不同的感受。本研究結果發現，多數婦女面臨停經時性生活的感受有改變，尤其是陰道乾燥、刺痛的感覺，導致性行為疼痛不適而減少與伴侶性交。這個結果與過去研究發現一致，停經階段的婦女因為血中雌性素濃度減少(Dennerstein et al., 2005; Kingsberg, 2002)，大部份婦女面臨性慾改變、陰道乾燥(Liu and Eden, 2007)，而陰道乾燥與性交疼痛、性慾減低、性活動減少有關(Avis et al., 2009; Dhillon et al., 2005; Ling et al., 2008)。停經對婦女的「性」有負面的衝擊(Avis et al., 2009; Dhillon et al., 2005; Ling et al., 2008; Liu and Eden, 2007)，停經症狀困擾及發生頻率以性慾降低最為嚴重(Pai et al., 2004; Lee and Wang, 2000)；但並非所有的停經婦女感覺性功能下降，本研究發現，有婦女表示月經不規則期間，感覺自己性慾增加，夫妻間的性行為次數也增加。同樣地，Hinchliff等人(2010)的研究指出，少數停經婦女感覺性慾增加及性高潮有改善。過去許多研究致力於找出影響停經婦女性功能的因素以及治療的方法，結果顯示藥物或荷爾蒙治療能改善停經婦女的生理症狀、性功能(Dennerstein et al., 2005; Gast et al., 2009;

Gracia et al., 2007)。但不是所有的停經婦女因性問題求醫或選擇藥物治療，有人認為停經是自然的現象(Ling et al., 2008; Nicolosi et al., 2005)，雖然停經期性慾減低、性高潮減少，但不影響她們的「性」，甚至仍持續享受性生活(Winterich, 2003)。本研究發現，有些婦女不因停經而改變性生活，從她們經驗可歸納出不同型態的性生活如:享受、例行、無奈及不滿意的性生活，若婦女有運動習慣，反而能持續享受性生活。此結果支持Gerber等人(2005)的研究結果，性滿意度隨運動頻率的增加而上昇。本研究發現，部份停經婦女面對性慾減低或性生活改變時，會質疑自己的角色功能，甚至因為無法滿足先生的性需求而感到抱歉，這個結果與台灣早期的研究發現一致，女性為了符合社會文化的期待，對於「性」是被動、配合，婦女處於一種男尊女卑的性態度，即使更年期依然會壓抑自我的不適而配合先生的需求(He, 1999)，當婦女自己的性需求無法滿足時，她們大多採取順其自然的態度(Chau, 2004)。「性」是婚姻關係中很重要的內涵，在傳統的台灣社會裡，「性」看似男人的權利、女人的義務(He, 1999; Lin, 2005)，因此衍生出停經婦女無法配合或滿足伴侶的性需求時，產生內疚與抱歉的想法。同樣地，西方社會的婦女，也有人提及「性」是女人的義務，當性生活改變時表達出痛苦、挫折、悲傷與生氣(Hinchliff et al., 2010)，婦女為了滿足性伴侶的性需求及凸顯他們的男子氣概，會有假高潮的現象(Hinchliff et al., 2010; Winterich, 2003)。

本研究發現，停經婦女面對性功能改變時，有些人感覺夫妻之間的性關係產生變化，為了幫自己找到定位，於是轉換心態調整夫妻的關係，以生活伴侶的關係取代性伴侶的關係，甚至發展出老來伴的互動形態。本研究結果與Chau(2004)與He(1999)的研究發現一致，婦女面臨性關係改變的狀況下，慢慢地調適自己，心念一轉將彼此之間的愛情昇華成友情、親情。澳洲停經婦女也認為母親的角色是其生命中很重要的(Deek and McCabe, 2004)，所以婦女面對停經開始重新定位自己，並調整與伴侶的性生活(Goberna et al., 2009)。

本研究發現，多數職業婦女面對性生活改變，開始尋求資源並採用更多元的策略以維持或改善性生活，例如：服用荷爾蒙藥物，改善陰道乾澀、性交疼痛、同時讓身體更好，或者藉由看A片激發性慾，有些婦女會與先生溝通，改變性交姿勢或增加前戲以改善性行為的不適。大多數婦女面對性生活改變，已不像早期的婦女壓抑自己或採取順其自然的態度(He, 1999; Chau, 2004)，而夫妻感情的基礎不只是建立在性行為的多寡，溝通與尊重也是維繫感情很重要的因素。Winterich (2003)的研究指出，有些婦女因為可以很開放地與性伴侶溝通或改變做愛的方式，所以停經對「性」並沒有影響。本研究也發現，性行為不一定需要有陰莖插入的動作，親密的肢體接觸也是一種性行為的表現，有些停經婦女以親吻及擁抱聯繫情感以替代性行為，性關係只是婚姻關係中，表達愛與情感的一種方式，當性關係不存在時，夫妻之間

還是有其他的情感連結的方式，如：牽手、擁抱，此研究結果與Ling等人(2008)研究結果一致。另外，本研究對象也會增加運動，以改善停經症狀、促進性生活和諧。多數研究也發現，運動可以增加自尊、正向的能量，同時可以促進及調整性功能(Dhillon et al., 2005; Gerber et al., 2005)、增加生活品質(Elavsky, 2009)；但是也有研究認為運動與性功能無相關性(Mirzaiinjmaadi et al., 2006)，其原因可能與運動類型、時間長度、種族等有關，未來研究需更進一步探討。

結論

停經是婦女的一個重要過渡期，從本研究婦女的經驗中揭露出，多數婦女面臨停經，性生活的感受有所改變，以陰道乾燥、刺痛、性慾減低最常見，但有些婦女的性生活不因停經而改變，她們的性生活卻與婚姻狀況、伴侶健康、本身的生活型態及彼此對「性」的態度有相關。受到華人社會傳統觀念的影響，有些婦女因性行為減少或性功能喪失，開始質疑身為伴侶的角色功能，甚至因為無法滿足先生的性需求而感到抱歉，也有人接受目前的性關係，重新定位夫妻關係，尤其是不因停經而改變性生活的婦女。然而面對性生活改變時，大部分的婦女會運用多元的策略以改善或維持性生活，如：服用荷爾蒙藥物、看A片、調整性交方式、增加運動，以調適或平衡變動的性生活。

參考資料

- Aslan, E., Beji, N.K., Gungor, I., Kadioglu, A., Dikencik, B.K., 2008. Prevalence and risk factors for low sexual function in women: A Study of 1,009 women in an outpatient clinic of a university hospital in Istanbul. *Journal of Sexual Medicine*, 5 (9), 2044-2052.
- Avis, N.E., Brockwell, S., Randolph Jr, J.F., Shen, S., Cain, V.S., Ory, M., Greendale, G.A., 2009. Longitudinal changes in sexual functioning as women transition through menopause results from the study of women's health across the nation. *Menopause*, 16 (3), 442-452.
- Avis, N.E., Zhao, X., Johannes, C.B., Ory, M., Brockwell, S., Greendale, G.A., 2005. Correlates of sexual function among multi-ethnic middle-aged women results from the Study of Women's Health Across the Nation (SWAN). *Menopause*, 12 (4), 385-398.
- Cain, V.S., Johannes, C.B., Avis, N.E., Mohr, B., Schocken, M., Skurnick, et al., 2003. Sexual functioning and practices in a multi-ethnic study of midlife women: baseline results from SWAN. *Journal of Sex Research*, 40 (3), 266-276.

- Chang, C., Chang, C.H., Mao, C.L., 1997. Sexuality of the midlife women in rural Taiwan. *Journal of Women and Gender Studies*, 8, 169-189 (in Chinese).
- Chau, M.L., 2004, June. The sexual impact among perimenopause women in Taiwan. Institute of Clinical Nursing, Chang Gung University. Tao-Yuan, Taiwan(in Chinese).
- Deeks A. A., McCabe M. P., 2004. Well-being and menopause: An investigation of purpose in life, self-acceptance and social role in premenopausal, perimenopausal and postmenopausal women. *Quality of Life Research*, 13, 389-398.
- Dennerstein, L., Dueley, E.C., Hopper, J.L., Guthrie, J.R., Burger, H.G., 2000. A Prospective Population-Based Study of Menopausal Symptoms. *Obstetrics & Gynecology*, 96 (3), 351-358.
- Dennerstein L, Lehert P., 2004. Women's sexual function, lifestyle, mid-age, and menopause in 12 European countries. *Menopause*, 11 (6),778–85.
- Dennerstein, L., Lehert, P., Burge, H., 2005. The relative effects of hormones and relationship factors on sexual function of women through the natural menopausal transition. *Fertility and Sterility*, 84 (1), 174-180.
- Dhillon, H.K., Singh, H.J., Ghaffar, N.A.A., 2005. Sexual function in menopausal women in Kelantan, Malaysia. *Maturitas*, 52 (34), 256-263.
- Elavsky, S., 2009. Physical activity, menopause, and quality of life: the role of affect and self-worth across time. *Menopause*, 16 (2), 265-271.
- Gast, M.J., Freedman, M.A., Vieweg, A.J., De Melo, N.R., Giráo, M.J., Zinaman, M.J., 2009. A randomized study of low-dose conjugated estrogens on sexual function and quality of life in postmenopausal women. *Menopause*, 16 (2), 247-256.
- Gerber, J.R., Johnson, J.V., Bunn, J.Y., O' Brien, S.L., 2005. A longitudinal study of the effects of free testosterone and other psychosocial variables on sexual function during the natural traverse of menopause. *Fertility and Sterility*, 83 (3), 643-648.
- Goberna, J., Francés, L., Paulí, A., Gascón, E., 2009. Sexual experiences during the climacteric years: What do women think about it? *Maturitas*, 62 (1), 47-52.
- González, M., Viáfara, G., Caba, F., Molina, T., Ortiz, C., 2006. Libido and orgasm in middle-aged woman. *Maturitas*, 53 (1), 1–10.
- Gracia, C.R., Freeman, E.W., Sammel, M.D., Lin, H., Mogul, M., 2007. Hormone and sexuality during transition to menopause. *Obstetrics & Gynecology*, 109 (4), 831-840.

- Graneheim, U.H., Lundman, B., 2004. Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24(2), 105-112. doi: 10.1016/j.nedt.2003.10.001
- He, Y. L. 1999, July. The sexual experience of menopause among Taiwanese women. Institute of Clinical Nursing, National Yang-Ming University. Taipei, Taiwan.
- Hess, R., Conroy, M.B., Ness, R., Bryce, C.L., Dillon, S., Ho Chang, C.C., Matthews, K.A., 2009. Association of lifestyle and relationship factors with sexual functioning of women during midlife. *Journal of Sexual Medicine*, 6 (5), 1358–1368.
- Hinchliff, S., Gott, M., Ingleton, C., 2010. Sex, Menopause and Social Context. A Qualitative Study with Heterosexual Women. *Journal of Health Psychology*, 15 (5), 724-733.
- Huang, H.M., 1994. Development, present situation, and problems women's education and labor force participation. *Journal of Women and Gender Studies*, 5, 133-163.
- Huang, K.E., Xu, L., Nasri I, N., Jaisamrarn, U., 2010. The Asian menopause survey knowledge, perceptions, hormone treatment and sexual function. *Maturitas*, 65(3), 276-283.
- Hsu, M. T., 2001. Psycho-Social development among elderly women in Taiwan. *The Journal of Nursing*, 48 (5), 5-10.
- Kingsberg, S. A. (2002). The impact of aging on sexual function in women and their partners. *Archives of Behavior*, 31 (5), 431-437.
- Laumann, E.O., Paik, A., Glasser, D.B., Kang, JH., Wang, T., Levinson, B., Moreira, Jr., E.D., Nicolosi, A., 2006. A cross-national study of subjective sexual well-being among older women and men: Findings from the Global Study of Sexual Attitudes and Behaviors. *Archives of Sexual Behavior*, 35 (2), 145-161.
- Lee, I., Wang, H.H., 2000. Menopause experiences and self-care behaviors among mid-life women. *Journal of Nursing Research* 8 (1), 71-84(in Chinese).
- Lin, H.H., 2005. Women's sexual self-awareness in sex counseling practice. *Formosan Journal of Sexology*, 11 (1), 61-76(in Chinese).
- Ling, D.C.Y., Wong, W.C.W., Ho, S.C., 2008. Are post-menopausal women 'half-a-man'? Sexual beliefs, attitudes and concerns among midlife Chinese women. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 34 (1), 15–29.
- Liu, J., Eden, J., 2007. Experience and attitudes toward menopause in Chinese women living in

- Sydney—A cross sectional survey. *Maturitas*, 58 (4), 359-365.
- Mirzaiinjhabadi, K., Anderson, D., Barnes, M., 2006. The relationship between exercise, body mass index and menopausal symptoms in midlife Australian women. *International Journal of Nursing Practice*, 12, 28-34.
- Nicolosi, A., Glasser, D.B., Kim, S.C., Marumo, K., Laumann, E.O., 2005. Sexual behaviour and dysfunction and help-seeking patterns in adults aged 40–80 years in the urban population of Asian countries. *British Journal of Urology*, 95 (4), 609-614.
- Pai, H.C., Lee, S., Tseng, Y.H., 2004. A correlative study of the uncertainly in the climacteric women. *The Journal of Nursing Research* 51(5), 45-52 (in Chinese).
- Pérez-López, F.R., Fernández-Alonso, M., Trabalón-Pastor, M., Vara, C., Chedraui, P., 2012. Assessment of sexual function and related factors in mid-aged sexually active Spanish women with the six-item Female Sex Function Index. *Menopause*, 19 (11), 1224-1230.
- Reed, S.D., Newton, K.M., LaCroix, A.Z., Grothaus, L.C., Ehrlich, K., 2007. Night sweat, sleep disturbance, and depression associated with diminished libido in late menopausal transition and early postmenopause: baseline data from the herbal alternatives for menopause trial(HALT). *American Journal of Obstetrics & Gynecology*, 196, 593e1-593e7.
- Ruan, F.F., Lin, Y.C., 2003. *Human Sexuality*. Taipei: Downtown.
- Safarinejad, M., 2006. Female sexual dysfunction in a population-based study in Iran: prevalence and associated risk factors. *International Journal of Impotence Research*, 18 (4), 382-395.
- Wang, C.L., 2006. A study of sexual satisfaction of women in menopause: Case from Kaohsiung city and country. *Formosan Journal of Sexology* 12(2), 51-64 (in Chinese).
- Winterich, J.A., 2003. Sex, menopause, and culture sexual orientation and the meaning of menopause for women's sex lives. *Gender & Society*, 17(4), 627-642.
- Woo, J.S.T., Brotto, L.A., Gorzalka, B.B., 2012. The relationship between sex guilt and sexual desire in a community sample of Chinese and Euro-Canadian women. *Journal of Sex Research*, 49 (2-3), 290-298.
- Yang, F.C.I., 2004. Internationalizing women's magazine in Taiwan. In Catherine, F., Anru, L., & Murray, R. (Eds.), *Women in the new Taiwan*. USA: An East Gate Book. pp.120-146.

行政院國家科學委員會補助專題研究計畫成果報告

(期中進度報告/期末報告)

停經婦女的性生活

計畫類別：個別型計畫 整合型計畫

計畫編號：NSC NSC 101-2629-B-002-001-

執行期間：2012年08月01日至2013年10月31日

執行機構及系所：國立臺灣大學醫學院護理學系暨研究所

計畫主持人：張秀如

共同主持人：楊承芳

計畫參與人員：林秋如、戴鈺郾

本計畫除繳交成果報告外，另含下列出國報告，共 1 份：

執行國際合作與移地研究心得報告

出席國際學術會議心得報告

期末報告處理方式：

1. 公開方式：

非列管計畫亦不具下列情形，立即公開查詢

涉及專利或其他智慧財產權，一年二年後可公開查詢

2. 「本研究」是否已有嚴重損及公共利益之發現：否 是

3. 「本報告」是否建議提供政府單位施政參考 否 是， （請列舉提供之單位；本會不經審議，依勾選逕予轉送）

中 華 民 國 103 年 01 月 29 日

國科會補助專題研究計畫成果報告自評表

請就研究內容與原計畫相符程度、達成預期目標情況、研究成果之學術或應用價值（簡要敘述成果所代表之意義、價值、影響或進一步發展之可能性）、是否適合在學術期刊發表或申請專利、主要發現（簡要敘述成果是否有嚴重損及公共利益之發現）或其他有關價值等，作一綜合評估。

1. 請就研究內容與原計畫相符程度、達成預期目標情況作一綜合評估

達成目標

未達成目標（請說明，以 100 字為限）

實驗失敗

因故實驗中斷

其他原因

說明：

2. 研究成果在學術期刊發表或申請專利等情形：

論文： 已發表 未發表之文稿 撰寫中 無

專利： 已獲得 申請中 無

技轉： 已技轉 洽談中 無

其他：（以 100 字為限）

3. 請依學術成就、技術創新、社會影響等方面，評估研究成果之學術或應用價值（簡要敘述成果所代表之意義、價值、影響或進一步發展之可能性），如已有嚴重損及公共利益之發現，請簡述可能損及之相關程度（以 500 字為限）

停經是婦女生命歷程中的一個重要過渡期，從本研究婦女的經驗中揭露多數婦女停經時性生活面臨改變，仍有婦女不因停經而改變性生活，面對停經時的性生活，有人因無法滿足伴侶的性需求感到抱歉，甚至質疑身為伴侶的角色功能，也有人接受現況，重新定位夫妻之間的關係；而許多停經婦女為了維持或改善性生活，開始採取多元的策略。本研究分析結果內涵非常豐富，具有相當的原創性與獨特性，對臨床應用及學術研究具有重要的價值，而且可發表論文於國際期刊。預期研究結果將提供醫療及護理人員對女性停經性健康有更多了解，也提升國際對台灣婦女健康的評價及觀感。除此之外，未來若能延續目前之結果，繼續相關因素之量化研究，建立其理論模式，以及進一步發展停經期重要健康指標之資料庫。

國科會補助專題研究計畫出席國際學術會議心得報告

日期：102 年 06 月 28 日

計畫編號	NSC 101 - 2629 - B - 002 - 001 -		
計畫名稱	停經婦女的性生活		
出國人員 姓名	張秀如	服務機構 及職稱	台大醫學院 護理學系所 副教授
會議時間	102年3月15日至 102年3月19日	會議地點	義大利米蘭
會議名稱	(中文) 第28屆歐洲泌尿科學會 (英文) 28th Annual EAU Congress		
發表題目	(中文)產後期間尿失禁之變化及影響因素 (英文) Changes in urinary incontinence during postpartum and associated factors		

一、參加會議經過

歐洲泌尿科學會 (EAU) 年會今年三月十五日到十九日在義大利米蘭舉行，這是全世界規模僅次於美國泌尿科學會年會的重要泌尿科學研討會，大約有一千四百名參與者。我在開幕當天上午飛抵米蘭，將行李寄放旅館後，隨即趕往位在米蘭國際會議中心 (MiCo) 的會場。這次的註冊費十分昂貴，但也造就了便捷的巡迴巴士服務、氣派的會議場以及滿場穿著亮麗的服務員；當然最重要是有許多大師級學者的參與及許多令人心動的 workshop。MiCo 會場十分廣闊，同時有好場會議在進行；我主要是參加尿失禁及性功能相關的討論會。相當特別的是，有一場 workshop 是 EAU 找人來談如何寫好論文投稿他們的雜誌；我覺得這是一場對雜誌及投稿者都有利的演講會。

我的題目是「Changes in urinary incontinence during postpartum and associated factors」，討論的是普遍存在並困擾女性的產後尿失禁問題。雖說是壁報展示，但並不是一整天站在壁報旁邊接受質詢討論，而是在一個特定時段，由主席帶領觀眾整場參觀一回，再上台做口頭綜合報告，並當場接受詢問。也許因為這是一個泌尿醫學研討會，

參與者大多是泌尿科醫師，相對於眾多男性相關的議題，我的題目是比較少見純討論女性泌尿道的議題；也因為是這樣，在會場多了許多女性聽眾。

二、與會心得

相對於以往參加的國際會議，EAU 提供相當便捷的服務，包括隨時巡迴的巴士、米蘭大眾捷運五日券、舒暢的會場以及隨時可以找到的場邊服務人員，都是國內舉辦國際會議時可以參考的。這次會議中安排很多大師級人物出席，大多討論會都十分熱絡，台下聽眾也能即時掌握時代主流議題，收穫良多。呈現這樣美好成果，與會者當然要繳不少報名費；不過從參與者的踴躍，高品質的會議內容，才是吸引人參加的主因。

三、發表論文全文或摘要

Changes in urinary incontinence during postpartum and associated factors

¹Shiow-Ru Chang, PhD; ²Kuang-Ho Chen, PhD; ³Ming-I Lin, MD;

⁴Ho-Hsiung Lin, MD, PhD; ⁵Wei-An Lin, MD

Abstract

Introduction & objectives: Few data are available on postpartum urinary incontinence by validated measures and longitudinal design. The aims of this study were to examine changes in urinary incontinence throughout 4-6 weeks, 3, 6 and 12 months postpartum and to identify associated factors.

Materials & methods: A prospective longitudinal investigation was performed in women who completed the Taiwanese version of the International Consultation on Incontinence Questionnaire - Urinary Incontinence Short Form (ICIQ-UI SF) and a demographic questionnaire in a medical center at 4 postpartum time points.

Results: The prevalence of urinary incontinence and stress incontinence were significantly higher at 12 months postpartum than at 4-6 weeks, 3 months, and 6 months postpartum (all $p < 0.05$). Mean urinary incontinence score, prevalence of urinary incontinence and stress incontinence increased throughout 4 postpartum time points (all $p < 0.05$). No significant changes of overall trend were found for urge, mix and other urinary incontinence. Urinary incontinence for women investigated at 4-6 weeks, 3 and 6 months postpartum were associated with the urinary incontinence at 12 months postpartum (all $p < 0.05$). Stress incontinence at 6 months postpartum was associated with the stress incontinence at 12 months postpartum ($p < 0.05$).

Conclusion: The preliminary results showed prevalence of urinary incontinence and stress incontinence at 12 months postpartum were highest, respectively. Overall, urinary incontinence tended to increase from 4-6 weeks to 12 months postpartum. Association of urinary incontinence at early postpartum with incontinence at 1 year postpartum was identified.

四、建議

有關泌尿系統之研究可由產後婦女尿失禁延伸至其它泌尿議題，譬如膀胱癌等是未來可致力之研究方向。

五、攜回資料名稱及內容

Congress Program

六、其他

國科會補助專題研究計畫出席國際學術會議心得報告

日期：102 年 06 月 28 日

計畫編號	NSC 101 - 2629 - B - 002 - 001 -		
計畫名稱	停經婦女的性生活		
出國人員 姓名	張秀如	服務機構 及職稱	台大醫學院 護理學系所 副教授
會議時間	102 年 3 月 15 日至 102 年 3 月 19 日	會議地點	義大利米蘭
會議名稱	(中文) 第 28 屆歐洲泌尿科學會 (英文) 28th Annual EAU Congress		
發表題目	(中文)產後期間尿失禁之變化及影響因素 (英文) Changes in urinary incontinence during postpartum and associated factors		

一、參加會議經過

歐洲泌尿科學會 (EAU) 年會今年三月十五日到十九日在義大利米蘭舉行，這是全世界規模僅次於美國泌尿科學會年會的重要泌尿科學研討會，大約有一千四百名參與者。我在開幕當天上午飛抵米蘭，將行李寄放旅館後，隨即趕往位在米蘭國際會議中心 (MiCo) 的會場。這次的

註冊費十分昂貴，但也造就了便捷的巡迴巴士服務、氣派的會議場以及滿場穿著亮麗的服務員；當然最重要是有許多大師級學者的參與及許多令人心動的workshop。MiCo會場十分廣闊，同時有好場會議在進行；我主要是參加尿失禁及性功能相關的討論會。相當特別的是，有一場workshop是EAU找人來談如何寫好論文投稿他們的雜誌；我覺得這是一場對雜誌及投稿者都有利的演講會。

我的題目是「Changes in urinary incontinence during postpartum and associated factors」，討論的是普遍存在並困擾女性的產後尿失禁問題。雖說是壁報展示，但並不是一整天站在壁報旁邊接受質詢討論，而是在一個特定時段，由主席帶領觀眾整場參觀一回，再上台做口頭綜合報告，並當場接受詢問。也許因為這是一個泌尿醫學研討會，參與者大多是泌尿科醫師，相對於眾多男性相關的議題，我的題目是比較少見純討論女性泌尿道的議題；也因為是這樣，在會場多了許多女性聽眾。

二、與會心得

相對於以往參加的國際會議，EAU提供相當便捷的服務，包括隨時巡迴的巴士、米蘭大眾捷運五日券、舒暢的會場以及隨時可以找到的場邊服務人員，都是國內舉辦國際會議時可以參考的。這次會議中安排很多大師級人物出席，大多討論會都十分熱絡，台下聽眾也能即時掌握時代主流議題，收穫良多。呈現這樣美好成果，與會者當然要繳不少報名

費；不過從參與者的踴躍，高品質的會議內容，才是吸引人參加的主因。

三、發表論文全文或摘要

Changes in urinary incontinence during postpartum and associated factors

¹Shiow-Ru Chang, PhD; ²Kuang-Ho Chen, PhD; ³Ming-I Lin, MD;

⁴Ho-Hsiung Lin, MD, PhD; ⁵Wei-An Lin, MD

Abstract

Introduction & objectives: Few data are available on postpartum urinary incontinence by validated measures and longitudinal design. The aims of this study were to examine changes in urinary incontinence throughout 4-6 weeks, 3, 6 and 12 months postpartum and to identify associated factors.

Materials & methods: A prospective longitudinal investigation was performed in women who completed the Taiwanese version of the International Consultation on Incontinence Questionnaire - Urinary Incontinence Short Form (ICIQ-UI SF) and a demographic questionnaire in a medical center at 4 postpartum time points.

Results: The prevalence of urinary incontinence and stress incontinence were significantly higher at 12 months postpartum than at 4-6 weeks, 3 months, and 6 months postpartum (all $p < 0.05$). Mean urinary incontinence score, prevalence of urinary incontinence and stress incontinence increased throughout 4 postpartum time points (all $p < 0.05$). No significant changes of overall trend were found for urge, mix and other urinary incontinence. Urinary incontinence for women investigated at 4-6 weeks, 3 and 6 months postpartum were associated with the urinary incontinence at 12 months postpartum (all $p < 0.05$). Stress incontinence at 6 months postpartum was associated with the stress incontinence at 12 months postpartum ($p < 0.05$).

Conclusion: The preliminary results showed prevalence of urinary incontinence and stress incontinence at 12 months postpartum were highest, respectively. Overall, urinary

incontinence tended to increase from 4-6 weeks to 12 months postpartum. Association of urinary incontinence at early postpartum with incontinence at 1 year postpartum was identified.

四、建議

有關泌尿系統之研究可由產後婦女尿失禁延伸至其它泌尿議題，譬如膀胱癌等是未來可致力之研究方向。

五、攜回資料名稱及內容

Congress Program

六、其他

國科會補助計畫衍生研發成果推廣資料表

日期:2013/04/25

國科會補助計畫	計畫名稱: 停經婦女的性生活
	計畫主持人: 張秀如
	計畫編號: 101-2629-B-002-001- 學門領域: 性別主流科技計畫
無研發成果推廣資料	

<p>其他成果 (無法以量化表達之成果如辦理學術活動、獲得獎項、重要國際合作、研究成果國際影響力及其他協助產業技術發展之具體效益事項等，請以文字敘述填列。)</p>	<p>研究團隊已經完成研究成果之論文撰寫，準備與 Doctor Nancy J. Kenney 合作投稿國際期刊；Dr. Kenney 現任職 Director of Graduate Training, Department of Gender, Women, & Sexuality Studies, University of Washington。此研究成果之合作對國際學術交流與發展具有實質之效益。</p>
--	--

	成果項目	量化	名稱或內容性質簡述
科 教 處 計 畫 加 填 項 目	測驗工具(含質性與量性)	0	
	課程/模組	0	
	電腦及網路系統或工具	0	
	教材	0	
	舉辦之活動/競賽	0	
	研討會/工作坊	0	
	電子報、網站	0	
	計畫成果推廣之參與(閱聽)人數	0	

國科會補助專題研究計畫成果報告自評表

請就研究內容與原計畫相符程度、達成預期目標情況、研究成果之學術或應用價值（簡要敘述成果所代表之意義、價值、影響或進一步發展之可能性）、是否適合在學術期刊發表或申請專利、主要發現或其他有關價值等，作一綜合評估。

1. 請就研究內容與原計畫相符程度、達成預期目標情況作一綜合評估

達成目標

未達成目標（請說明，以 100 字為限）

實驗失敗

因故實驗中斷

其他原因

說明：

2. 研究成果在學術期刊發表或申請專利等情形：

論文： 已發表 未發表之文稿 撰寫中 無

專利： 已獲得 申請中 無

技轉： 已技轉 洽談中 無

其他：（以 100 字為限）

3. 請依學術成就、技術創新、社會影響等方面，評估研究成果之學術或應用價值（簡要敘述成果所代表之意義、價值、影響或進一步發展之可能性）（以 500 字為限）

停經是婦女生命歷程中的一個重要過渡期，從本研究婦女的經驗中揭露多數婦女停經時性生活面臨改變，仍有婦女不因停經而改變性生活，面對停經時的性生活，有人因無法滿足伴侶的性需求感到抱歉，甚至質疑身為伴侶的角色功能，也有人接受現況，重新定位夫妻之間的關係；而許多停經婦女為了維持或改善性生活，開始採取多元的策略。本研究分析結果內涵非常豐富，具有相當的原創性與獨特性，對臨床應用及學術研究具有重要的價值，而且可發表論文於國際期刊。預期研究結果將提供醫療及護理人員對女性停經性健康有更多了解，也提升國際對台灣婦女健康的評價及觀感。除此之外，未來若能延續目前之結果，繼續相關因素之量化研究，建立其理論模式，以及進一步發展停經期重要健康指標之資料庫。