

## 生育能力荷爾蒙測試常見問題

### 1. 甚麼是生育能力？

生育能力是一種可以繁衍後代的能力。這種能力與生俱來，並取決於多種因素，包括營養、交配行為、血緣、文化、本能、內分泌、時機、生活方式和情感。

---

### 2. 甚麼是生育能力荷爾蒙測試？

生育能力荷爾蒙測試為女士提供了全面的生理狀況評估，當中包括了 12 個檢測項目，目的是幫助測試者找出是否有荷爾蒙失衡情況，而影響懷孕的機會。測試將評估生育問題的因素，包括卵巢內的卵子儲備和其他常見的不孕成因（例如未能排卵、多囊性卵巢綜合症（PCOS）、甲狀腺功能低、卵巢早衰或卵巢功能不全等）。

---

### 3. 誰適合去進行生育能力測試？

合適測試者包括有那些有不規則周期或生育問題的女士、長時間懷孕不果的女士，或是希望通過檢測以便進行孕前計劃的女士。

合適者例子：

- 35 歲以下，並且已嘗試懷孕 1 年但不果
  - 35 歲以上，並且嘗試懷孕 6 個月但不果
  - 流產超過 1 次
  - 有不孕症狀或不孕
- 

### 4. 測試包含哪些荷爾蒙？

唾液：皮質醇（C）

**血點：**雌激素 ( E2 )、孕酮 ( P )、睾酮 ( T )、性激素結合球蛋白 ( SHBG )、DHEA、促黃體生成素 ( LH )、促卵泡生成激素 ( FSH )、游離甲狀腺素 ( Free T4 )、三碘甲狀腺素 ( Free T3 )、促甲狀腺激素 ( TSH )、抗甲狀腺自體抗體 ( TPOab )

---

## 5. 我應該在甚麼時候收集唾液樣本？

所有檢測者需要在一天內不同時段，收集合共四個唾液樣本。

- 第一個樣本：起床後 ( 大試管 )
- 第二個樣本：午膳前 ( 小試管 )
- 第三個樣本：晚餐前 ( 小試管 )
- 第四個樣本：睡眠前 ( 小試管 )

唾液樣本收集過程：<https://www.youtube.com/watch?v=D3z5Q0fSTYQ&t=161s>

- 起床後，不要進食 ( 除了水 ) 或刷牙，直接收集第一個唾液樣本。
- 收集第二、三和四個樣本前兩個小時，不要進食 ( 除了水 ) 或刷牙。
- 收集樣本前，請先用清水漱口五分鐘。唾液水平 ( 不計泡沫部分 ) 需至少到試管的一半高度。

---

## 6. 我應該在甚麼時候收集血點？

### 男性或非經期女性

在每月任何一天醒來後 1 小時內，收集滿 1 張血點卡 ( 12 個乾血點 )。

### 經期中的女士

在以下指定日期和時間起床後 1 小時內，總共收集 2 張血點卡 ( 24 個乾血點 )。

**第一張血點卡：**在月經週期的第 3 天或第 4 天收集血點 ( 第 1 天 = 經血出現的第一天 )

**第二張血點卡：**

- 如果您有固定的月經週期，請在週期的第 19、20 或 21 天收集血點
- 如果您的週期較長（超過 28 天），請在第 21 天收集血點
- 如果您的週期較短（少於 23 天），請在第 15 天收集血點
- 如果您的月經週期不規定，請在非月經週期的其中一日收集血點

採血點：<https://www.youtube.com/watch?v=FETopPm8XG0&t=99s>

- 確保每個血點僅充滿一滴血液，在室溫下乾燥至少 3 小時或直到完全乾燥。

---

## 7. 進行測試前需要停止服用荷爾蒙或其他藥物嗎？

- 外用、口服藥物、口含錠或舌下療法：
  - 只需在收集唾液樣本當天停止外用或口服處方的荷爾蒙或藥物，並確保測試前一天最後一次服藥的時間和第一個樣本收集時間相距至少 12 小時。（例如您打算在早上八時起床並收集樣本，請在前一晚八點前服藥。）
  - 在收集樣本前兩天，不要用手直接接觸或塗抹外用荷爾蒙藥物，可戴上手套或使用其他工具。
  - 避免在面部、嘴部和頸部使用荷爾蒙藥物。
  - 樣本收集前一晚更換床單枕套和毛巾。
  - 避免接觸浴室的環境和用品，浴室環境可能有荷爾蒙物存在。
- 避孕貼、陰道環、避孕藥或避孕針：
  - 在兩次用藥之間進行測試。例如，在用每週一次的避孕貼後 3 天，或是注射每月一次的避孕針 2 個星期後，收集樣本。如果您每天早上都會使用避孕針，請在收集樣本後才進行注射。如您是每晚才使用避孕針，請照常進行注射，並在請血點卡上列明清楚。
- 7-酮 DHEA：
  - 避免在收集前 3 天使用 7-酮 DHEA（不適用於常規 DHEA）
- 類固醇（例如糖皮質激素、氫化可的松、潑尼松等）

---

## 8. 如果我的唾液量比較少，可以怎麼做？

您可以在進行測試前先聞一些食物、嘗試打哈欠或是用舌尖緊壓著牙齒，以刺激唾液分泌。

## 9. 如果我未能成功收集唾液樣本，該如何處理？

用溫水（不要加梘液或其他清潔劑）清洗試管，倒去後再風乾，可再次使用。

---

## 10. 如果我未能在 24 小時內提交樣本，應該怎麼做？

您只需在提交樣本前把唾液樣本放雪櫃儲存即可。

---

## 11. 我該如何提交樣本？

您可以將樣本親身交回或郵寄至我們炮台山的辦公室，或是致電 (852) 2763 1488，聯絡我們安排速遞收件（偏遠地區可能會徵收額外運費）。樣本將會再轉寄至美國 ZRT 實驗室進行分析。

---

## 12. 收集唾液樣本和乾血點有甚麼好處？

乾血點

- 非常方便，在家中便可完成樣本收集
- 樣本速遞過程簡單，更快送達美國實驗室
- 樣本在室溫環境下非常穩定，可儲存數週。
- 血清和血點檢測結果同樣可靠

乾尿液試紙：

- 方便安全的測試方法
  - 免去了需要測試當天隨身攜帶液體尿液樣本的麻煩
  - 荷爾蒙在風乾後的尿液中十分穩定，可以在室溫下儲存數月
  - 易於運回實驗室進行分析
-



### 13. 我甚麼時候會收到報告?

報告需時 2-3 星期 ( 包括樣本運送和檢測過程 ) 。

---

**Source of lab test provider: HK BioTek**