



鄭博仁

臺灣婦女健康學會 理事長
pjchengcgmh@gmail.com

會議緣起

多囊性卵巢症候群（PCOS）是育齡婦女最常見的荷爾蒙異常，盛行率高達 10%，患者特徵為高雄性激素、月經不順和含多囊卵泡的增大卵巢。PCOS 需要更廣為人知，因為超過一半以上的 PCOS 患者缺乏疾病認知。醫界負有教育公眾對出現月經不規則、骨盆疼痛等症狀的婦女應尋求醫療照護認知的責任，並提供舒緩 PCOS 的正確處理方式。

台灣婦女健康學會（WHAT）召開「多囊性卵巢症候群診治創新策略專家論壇」（IF PCOS），旨在聚集從事 PCOS 的臨床專家、研究者、學術科學家和研究學者，對此一領域進行臨床經驗、研究心得、診治策略的探索、討論、交流及分享。

本論壇將從貫穿 PCOS 對婦女全生命週期及跨世代的健康影響之軌跡進行鋪陳及論述。

- **青春期：**月經不規則、體重羞恥、多毛症、掉髮、痤瘡；
- **育齡期：**不排卵、不孕症、雄性激素分泌、高危險妊娠、妊娠糖尿病；
- **婦女健康：**胰島素阻抗、高胰島素血症、慢性炎症反應、代謝症候群、糖尿病、高血壓、高血脂症、心血管疾病、子宮內膜癌……，及下一代健康風險的永續循環。

基於 PCOS 多元而複雜的成因及病因中，科學醫學界唯一的共識 - 定義 PCOS 為一生活方式病（lifestyle disease），而生活方式醫學（lifestyle medicine，我稱之樂得美）應為 PCOS 的第一線處方。本論壇將沿著此一 PCOS 的診治路標前進，深入探索。

- **評估：**問卷、生理、InBody、心理；
- **標誌：**炎症指標、代謝及胰島素阻抗檢測、心血管疾病風險、免疫功能；
- **營養：**膳食指南、升糖指數、胰島素指數、糖化終產物、減重飲食、炎症和氧化飲食、樂德美營養室設置標準；
- **運動：**InBody、體脂肪、內臟脂肪、BMI、增肌減脂、標準運動處方、樂德美健身室設置標準；
- **睡眠：**睡眠評估、居家檢測、健康睡眠促進方案；
- **心靈：**心理療法、壓力管理、情緒管理；
- **補充：**營養素補充劑強化方案、微營養處方、肌醇、NAC、Q10、外泌體。

這些方案將形成共識、工具、套組、懶人包，方便 PCOS 健康生活方式醫學（樂得美）介入的標準化、流程化、數位化、普及化。歡迎您蒞臨參加 IF PCOS 創新論壇 2024，相信這個會議將能豐富您的執業內涵，拓展你的服務項目，增加你的工作績效；並能促進婦女的健康程度（healthspan）和長壽程度（lifespan）。

論壇圖摘Graphic abstract IF PCOS創新論壇2024

生活方式醫學=樂得美
lifestyle medicine

健康評估
營養處方
運動處方
補充品
外泌體

PCOS

阻斷代謝異常
阻斷心血管病
增進生育力
降低癌症風險

阻斷世代疾病循環

促進健康程度（healthspan）
促進長壽程度（lifespan）

IF PCOS 創新論壇 2024



美好生活
Working to get better

促進健康
Working to cure

改變未來
Working to change the future

2024.1.21(日) · 上午 台大兒醫B1講堂

臺灣婦女健康學會
Women's Health Association of Taiwan

244新北市林口區仁愛路2段502號11樓1105A
電話 02-86018887

印刷品

研討資訊

時間：2024年1月21日 · 星期日 · 上午

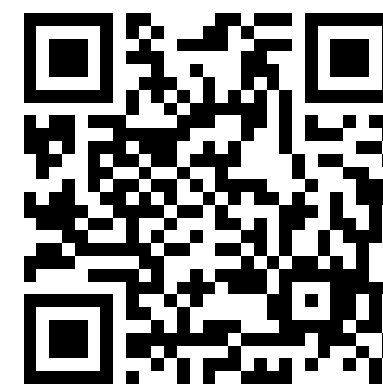
地點：台北市 · 台大醫院兒童醫學大樓地下一樓國際會議廳

主辦：臺灣婦女健康學會
Women's Health Association of Taiwan

合辦：台灣母胎醫學會
Taiwan Maternal Fetal Medicine Society

亞太母胎醫學基金會
Asia Pacific Maternal Fetal Medicine Foundation

學分申請：藥師公會全聯會 (4.0 積分)、護理師繼續教育 (申請中)、
台灣母胎醫學會 (10 學分)、臺灣婦女健康學會 (10 學分)
需培訓證書者申請費用：1000 元



掃碼報名 · 憑證參加

多囊性卵巢症候群診治創新策略專家論壇

Expert Forum on Innovative Strategies for
the Management of Polycystic Ovary Syndrome



IF PCOS創新論壇2024

PCOS Innovation Forum

時 間	演 講 者
08:15-08:20	Opening Remarks 鄭博仁
座長：陳思原(台大醫院) / 李奇龍(長庚醫院)	
08:20-08:45	Polycystic Ovary Syndrome: Pathophysiology and Controversies in Diagnosis 多囊性卵巢症候群：病理生理學和診斷上的爭議 陳美州 (台大醫院婦產科)
08:45-09:10	A Woman Life Course Health Perspective on PCOS PCOS對婦女生命週期的健康影響 吳憲銘 (長庚醫院婦產科)
座長：李世明(台北中山醫院) / 黃美涓(台塑生醫健康管理中心)	
09:10-09:35	Lifestyle Management of PCOS - BREAKOUT OPTION 1 – Nutrition Management of PCOS PCOS的生活方式管理-創新建議 1 - PCOS的營養管理 陳維茜 (台塑生醫i醫健康管理中心)
09:35-10:00	Lifestyle Management of PCOS - BREAKOUT OPTION 2 – Physical Activity and Weight Control of PCOS PCOS的生活方式管理-創新建議 2 - PCOS的體能運動和體重控制 陳智光 (長庚醫院運動醫學中心)
10:00-10:20	Tea Break 茶歇
座長：蕭慶華(台北市立聯合醫院) / 蕭勝文(台北長庚醫院)	
10:20-10:45	Novel Treatment of PCOS - BREAKOUT OPTION 1 – Beyond Diet and Physical Activity PCOS的創新治療-突破選項 1 - 飲食和體能運動外的選擇 李俊逸 (茂盛醫院)
10:45-11:10	Novel Treatment of PCOS - BREAKOUT OPTION 2 – Potential of Stem Cells and Exosome in PCOS Treatment PCOS的創新治療-突破選項 2 - 幹細胞和外泌體在PCOS治療上的潛能 李玉琴 (廈門長庚醫院婦產科)
座長：鄭丞傑(台北秀傳醫院) / 龍震宇(高雄醫學大學)	
11:10-11:35	Diagnosis and Women Health Assessment of PCOS PCOS的診斷和婦女健康評估 鄭博仁 (台北中山醫院婦產科)
11:35-12:00	Updates to The International PCOS Guideline 最新的國際PCOS處置指引 蔡英美 (高雄醫學大學婦產科)

多囊性卵巢症候群診治創新策略專家論壇

Expert Forum on Innovative Strategies for the Management of Polycystic Ovary Syndrome

座 長 介 紹	
(依出場序，不分排名)	
 陳思原 陳思原醫師，現任國立台灣大學醫學院教授及附設醫院婦產部主任。診療專長為生殖內分泌及不孕症的治療，包括：卵巢過度刺激症、子宮內膜著床懷孕、卵子冷凍、及胚胎著床前遺傳疾病診斷。1994 年赴美國康乃爾大學進行臨床研究，吸取新進技術及專業資訊。2008 年完成亞洲第一例胚胎著床前基因診斷地中海貧血致命貧血懷孕生產，生產時收集之臍帶血做幹細胞移植，成功救治其罹患之哥哥。在學術領域積極跨科部合作研究，曾擔任台大醫學院婦產科多項研究計畫之主持人，研究計畫主題包括：卵子冷凍、卵巢過度刺激症、子宮內膜著床懷孕等主題。多篇論文發表於 JCEM, Endocrinology, Human Reproduction, Fertility and Sterility 等，多次榮獲台灣婦產科醫學會及台灣生殖醫學會優秀論文獎，並經常受邀於國際演講。在教學上亦不遺餘力，於 2009 年獲選台大醫學院最佳臨床教師獎。曾任台灣生殖醫學會理事長及台大醫院婦產部主任，現任台灣婦產科醫學會理事長及台大婦產部教授。	 李奇龍 李奇龍教授現任亞太婦產科內視鏡暨微创治療醫學會 (APAGE) 董事會主席、長庚大學醫學系教授、婦科暨微创治療醫學雜誌 (GMIT) 總編輯及台灣婦產科內視鏡暨微创醫學會 (TAMIG) 常務理事。 李奇龍教授專精於腹腔鏡生殖、骨盆重建及婦癌手術，為婦科腫瘤微创及自然孔道婦科腫瘤手術之領航者與先驅，對微创手術的推廣及發展不遺餘力並以此為終生職志。至今已發表論文 315 篇、國內演講 487 場、國外學術演講 268 場，2020 及 2022 年入選美國史丹佛大學之全球前 2% 頂尖科學家榜單，也被譽為「亞太婦科微创之父」。
 黃美涓 方位健康促進專家 治療項目：PRP 增生療法、靜脈雷射、垂直震動治療、自然療法、自律神經系統調節、骨質疏鬆預防 專長：復健醫學、復健工程、兒童復健、神經復健、老人復健、健康促進 經歷：桃園長庚醫院顧問級主治醫師 桃園長庚醫院名譽院長 長庚醫院復健科主任	 蕭慶華 臺北市立聯合醫院婦產科主任 現職：國立陽明交通大學副教授 台灣母胎醫學會前理事長 經歷：中華民國醫用超音波醫學會理事 台北市立聯合醫院和平婦幼院區婦產科主任 台灣母胎醫學會理事長 / 秘書長 台灣婦女健康學會理事
 鄭丞傑 經歷： 台北秀傳醫院院長 高雄醫學大學醫學系婦產學科教授 臺灣婦科腫瘤消融醫學會榮譽理事長 亞太婦科腫瘤消融醫學會理事長 國際外科學會世界總會副理事長 國際微無創醫學會全球副主席 中山醫學大學董事 高雄醫學大學附設醫院副院長 高雄醫學大學國際長 南京明基醫院副院長 台北醫學大學婦產學科教授	 龍震宇 龍震宇教授為台灣最富創造力的婦產科醫師之一。現為高雄醫學大學附設中和紀念醫院 婦產部 部長及高雄醫學大學醫學系婦產學科主任。臨床專長為婦女子宮膀胱脫垂、尿失禁、膀胱過動症、間質性膀胱炎之最新治療。龍教授教、學、言、產創皆優，擁有多項醫療器材專利。
講 師 介 紹	
(依出場序，不分排名)	
 陳美州 陳美州教授現為台大醫學院萬祥玉講座教授，台大醫院婦產部生殖內分泌科主任與台灣生殖醫學會理事長。 臨床診療與研究重點為多囊性卵巢症候群，卵巢功能異常與不孕症治療等之基礎與臨床的研究。	 吳憲銘 現職：林口長庚醫院醫學研究部 副主任 台灣生殖醫學會 理事 台灣子宮內膜異位症醫學會 理事 經歷：長庚醫院與清華大學合聘教授 教授 林口長庚醫院生殖內分泌科 主任 專長：試管嬰兒、生育保存、生殖內分泌及不孕症研究與治療
 陳智光 陳智光醫師畢業於台北醫學大學醫學系，曾任基隆長庚與桃園長庚復健科主任，現為桃園長庚復健科與運動醫學中心主治醫師、桃園長庚醫教會副主席、台北市長庚診所專家門診特約醫師、長庚醫訊總編輯、長庚大學專任助理教授。 陳醫師專長包括復健醫學、老年醫學、運動醫學，曾多次出任國家代表隊隨隊醫師，並受邀擔任 2018 亞洲盃五人制足球錦標賽賽會醫療官，目前擔任台灣運動醫學學會理事，對運動醫學的研究發展與實務參與十分投入。	 李俊逸 李俊逸醫師，現擔任茂盛醫院生殖醫學中心執行長、中山醫學大學附設醫院生殖醫學中心副主任，擅長於生殖醫學，尤其是試管嬰兒、卵子冷凍、不孕症藥物及手術治療。目前亦擔任中山醫學大學附設醫院婦產部助理教授、台灣生殖醫學會副秘書長。
 鄭博仁 2013 年創立亞洲第一個專業母胎醫學團體「台灣母胎醫學會」，2019 年創立亞太母胎醫學基金會鏈結國際母胎醫學專業。首創 GAMI 系統性母胎醫學理論，並於兩岸及國際宣講。台灣醫用超音波學會理事長任內，積極推廣創新 POCUS 的臨床應用。鄭博仁教授結合延伸 GAMI 及 MFH 理論，推出多項創新有價值的母健康照護介入方案，進行醫師培訓。	 蔡英美 現任：高醫醫學院醫研所暨婦產科教授 學歷：高雄醫學大學醫學士 高雄醫學大學醫學研究所碩士 高雄醫學大學醫學研究所醫學博士 經歷：高醫大醫研所所長 高醫大醫學院副院長 高雄醫學大學附設醫院 婦產部主任 生殖醫學科主任 日本京都大學婦產部訪問學者 美國安德森癌症中心訪問學者 專科執照與經歷：台灣婦產科醫學會專科醫師 台灣婦產科醫學會監事長、副理事長 台灣更年期醫學會理事長、常務理事 台灣不孕症暨生殖醫學會理事 專長：不孕症、試管嬰兒、生殖內分泌、更年期醫學
	
	
李世明 美國加州大學 UCLA 生殖內分泌及不孕症研員 生殖內分泌醫學專科醫師 經歷：空軍總醫院婦產科 台北榮民總醫院病理科 台北中山醫院醫務副院長 現職：台北中山醫院執行董事 台北中山醫院生殖中心負責人 大江生物科技分公司獨立董事 和康生物科技分公司獨立董事 台灣幹細胞應用協會理事	蕭勝文 2008 年於英國倫敦大學學院 (UCL) 進修博士學位，專研胎內基因治療與幹細胞治療，發表亞洲首例胎內幹細胞治療玻璃娃娃。蕭勝文教授開創亞洲第一個胎兒內視鏡手術治療開放性脊柱裂，並已通過衛生福利部新醫療計畫，已完成首例胎兒內視鏡治療脊柱裂手術。2021 年取得教授資格，蕭醫師現為台北長庚醫院產科主任。