漠視經痛潛在危機﹗小心子宮肌腺症上身﹗

每個月生理期所伴隨的經痛與經血量過多，讓許多女性朋友們聞之色變﹗「不痛則已，痛起來要人命﹗」每逢生理期的經痛到來，必須經天人交戰一番﹔疼痛到冒冷汗﹑下腹絞痛﹑痙攣﹑拉肚子﹑嘔吐﹑全身無力到虛脫，嚴重程度影響日常生活作息，甚至都需要向公司請『生理假』無法正常工作。根據最新刊載在《英國醫學期刊》上一份研究報告﹕女性經痛在學校,職場上一年少掉將近有九天的生產力,有高達50～90%的育齡女性都曾發生過經痛的經驗,幾乎身旁周遭女性朋友們,每個月都得去忍受生理期經痛折磨,身心備受煎熬究竟經痛發生的原因為何？

**經痛（Dysmenorrhea）**，又稱為痛經或月經痛，是女性月經來潮期間出現的疼痛，過程約2-3天，在臨床上經痛主要分為﹕

➊ **原發性經痛**

在月經來潮後1-2年內發生,常見於排卵週期的年輕女性，沒有罹患明確可能造成經痛的疾病。造成原發性經痛主要原因–為前列腺素（Prostaglandin）的分泌刺激，引發子宮收縮反應而造成疼痛。

* **續發性疼痛**

通常發生在初經以後幾年才開始，造成經痛主要因素與子宮﹑卵巢﹑骨盆腔疾病有關﹔包括子宮肌瘤﹑子宮肌腺病﹑卵巢囊腫﹑骨盆阻塞等,最常見為子宮內膜異位症（約占經痛女性朋友的70%）續發性經痛與原發性經痛相異之處,一般來說原發性經痛可以服用非類固醇類止痛藥(NSAIDs)來緩解疼痛，而續發性經痛單靠止痛藥，效果不彰,仍需要進一步做婦科超音波檢查,完善醫療處置才是最佳解決問題根本。

1

因生理痛前來醫院就診的案例很多，分享最近案例也是受到長期經痛所苦，最後明智選擇『海扶刀手術』治療，成功改善「每月一痛」所帶來的煎熬與恐懼。個案服務於教育界，是位兢兢業業﹑溫儒謙卑的老師，多半授課期間是要站立著﹗個案主訴每逢生理週期就是她人生噩夢的開始﹔「每次總是要強忍咬著牙忍受經痛講課，甚至還痛到全身顫抖﹑痙攣﹑臉色蒼白冒冷汗﹑幾乎快暈厥無法站立，需要臥躺身體像蝦子般弓起緊縮，雙手環抱著下腹，長期下來止痛藥卻是越吃越重…這樣的生活簡直是痛不欲生﹗」聽著個案眉頭深鎖娓娓道來…

陳智偉醫師 透過超音波檢查赫然發現子宮內有一顆直徑約16公分大的子宮肌瘤，且體積過大已壓迫到腸胃及膀胱以致於個案嚴重便秘及頻尿，造成日常生活諸多不便。加上長久站立講課，下腹部被肌瘤壓迫不適感更加明顯。個案表示﹕她不想每個月都要經歷一次經痛黑暗期，希望有個正常規律健康生活。

2

個案平日在學校教書其餘就僅剩周末假日，沒有多餘時間安排做一般婦科手術來處理肌瘤問題，並且擔心手術過程是否會有腸沾黏風險﹑術後傷口照護﹑腹部是否會有疤痕生成及術後休養等問題﹔並且個案想要保有健全子宮生育功能，針對個案需求及子宮肌瘤狀況評估，

陳智偉醫師詳盡專業解說『海扶無創消融手術』特色,是為個案的治療選擇–『非侵入性』,『表皮無傷口』,『術後復原快』及『可保留子宮功能』﹗

醫病共享決策下，個案欣然選擇『海扶無創消融手術』，**僅需安排周末假日**到院治療,在生安海扶專業團隊悉心照護下,手術過程成功順利復原情況良好，個案隨即於隔日帶著愉悅心情重返工作職場。

大多數女性朋友當面臨經痛，圖一時之便多半都自行服用止痛藥來紓解疼痛症狀，而不積極就醫找出病灶問題的根源來對症治療﹗

永無止境每個月經期循環，您到底服用了多少止痛藥**？**

再者身體對藥物耐受性及心理依賴下，為了壓抑疼痛感殊不知不覺中，您可能漸漸服用高劑量藥物,才能夠止住經痛不舒服感。

**止痛藥並不是萬靈丹**﹗莫輕忽經痛背後所暗藏婦科問題,小心**「子宮內膜異位症」**﹑**「子宮肌瘤」**早已悄悄上身,為了守護您的健康 ，貼心提醒您﹕**『早一分檢查 ，多一分準備』**﹗

生安婦產小兒醫院 羅藥師

*2019.12.5*

3