

警惕內異症 痛經需留意

文：香港中醫學會榮譽會長汪慧敏教授 圖：資料圖片

而且為以後順利懷孕埋下病根，很多人因此患上不孕症。診送院才知原來自己已患內異症至少有三八年，不但治療棘手，或許已經超過4公分或者併發腺肌症，有些甚至朱古力瘤破了急宮內膜異位症（簡稱內異症），此時病情已經非常嚴重，朱古力瘤的止痛片甚至鎮痛劑也不能緩解病情，一去醫院檢查，發現有子聽信坊間理論結婚生了仔就會不痛不去理會；再過二年痛經又持續加重，要服用強力藥片，也不少見，但過了二三年止痛片加到了四片六片；這時候還在認為是生理痛，數暖包，喝點薑茶也就緩解；過了幾年痛經變得嚴重，通常月經第一天吃一到二片止女孩子十三四歲來月經，並沒有什麼特別異常，過了幾年開始有了痛經，經期數

	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

首先，漸進性痛經是內異症最容易辨別的症狀。子宮內膜異位的意思，是有活性的子宮內膜組織，異位於子宮腔以外的位置，它有四大臨床表現：疼痛、月經異常、盆腔包塊、不孕，其中疼痛包括三方面，第一：漸進性痛經，痛經特點是隨着年齡的增加痛經越來越嚴重，很多女性每個月來月經時都要吃止痛藥，而且越吃越多，吃的時間越來越長。第二：非經期的腹痛，也叫慢性盆腔痛，在月經前一周就開始下腹部疼痛，或者月經乾淨後仍舊腹痛或維持到排卵期，有些人甚至整個月從頭到尾沒有停止過腹痛。第三：性交痛，在男女同房時或同房後出現下腹部疼痛。



內異症痛經有時伴有肛門墜脹痛，下腹部劇痛時會出現嘔吐，甚則出現昏厥。內異症會出現月經異常，通常是月經周期延長或提前，月經量增加或減少，經色紫黯有血塊；內異症視異位的位置而表現為不同病灶，可異位在子宮和直腸的凹陷位置，或盆腔的韌帶等，如果異位在卵巢，是卵巢子宮內膜異位症，也就是我們經常講的朱古力瘤，通過超聲波或婦科檢查可以檢出這些病灶或包塊；由於諸多因素影響子宮內膜異位症，50%患者併發不孕。

確診平均需7年半

資料顯示，全球普遍存在內異症不同程度的診斷延遲，從症狀首發到確診平均需要7.5年，內異症的首發症狀應該是痛經，而漸進性痛經特點開始並不明顯，要經過幾年才能發現也是診斷延遲的重要原因，故在問診時要讓病人回憶近三年到五年痛經有無明顯加重、止痛藥服用劑量有無明顯增加情況。行醫過程中不時碰到朱古力瘤10公分還茫然不知的案例，也有不少是劇烈腹痛去急診才知道自己朱古力瘤破了。診斷延遲直接導致病情加重，影響疾病治療。

■汪慧敏教授



早發現早治療「防微杜漸」

子宮內膜異位症治療的關鍵在於早治療，在瘀血只有一點點時就及時化掉，很輕微的病灶就清掃乾淨，不能聽之任之發展到嚴重程度。但是，早治療的關鍵在於早發現，所以每一個有痛經的女孩子要關心自己的痛經到底是正常的「生理痛」，即原發性痛經，還是繼發於子宮內膜異位症的「病理痛」，即繼發性痛經，要仔細關注自己的痛經是否漸進性痛經，有無進行性加重趨勢，可疑時要盡早去看婦科專科或做超聲波檢查，或如果檢查沒有異常發現也有可能是病灶小，現階段還發現不了，過一年半載再重複檢查，不要一次檢查正常就五年十年不再去檢查，即使沒有生育要求也要有婦科檢查的習慣，再者即使是生理痛，也可以用中醫或日常生活調攝減輕疼痛。

■經期宜服用溫補食材。

溫經薑棗茶

做法：將山楂10克、陳皮3克、大棗10克，煮沸10分鐘，加入生薑10克、片糖15克，再煮3分鐘，經前或經期服用，每個月經周期服用3次。

適用於經痛，月經不暢，月經顏色紫黯有塊。

■生薑



■紅棗



子宮內膜異位症發病普遍，現在全世界有超過一億人患有此病，而且病情複雜，症狀多樣，持續時間長，基本上要跨越女性整個育齡期，所以任何治療包括飲用湯水都要在熟悉的中醫師指導下服用。