

高雄榮民總醫院 婦女醫學部 一般衛教文件

科別	婦女醫學部	編號：4000001
主題	月經異常	2003.07.01 訂定
製作單位	婦女醫學部	2023.06.21 審閱/修訂

一、一般說明：

正常月經週期約為 28 天 \pm 7天 (21-35 天)，平均出血天數為3-5天左右，如果超過7天則可能為異常。在濾泡期時，卵巢內卵泡逐漸成熟而分泌雌激素，子宮內膜在雌激素刺激之下增厚。在排卵後，卵泡會變成黃體，可分泌黃體素，子宮內膜同時接受 雌激素及黃體素的作用，準備由受精卵發育成胚胎著床於此當；當卵沒有受精，黃體沒有荷爾蒙支持而崩解，雌激素及黃體素同時減少，導致子宮內膜脫落而產生月經。

月經的改變常是女性最關心的事，亦是最常見看醫生的原因，月經異常可有時間上、形態上、及流量上的改變。

二、月經異常的原因：

月經異常分「異常子宮出血」及「無月經」。月經異常的原因有器官實質性病變、原發性卵巢功能改變，或由於全身性因素、其他內分泌因素導致的卵巢功能異常等。月經過多一般以出血量超過80ml。月經的日數超過 7天作為定義。婦女對月經出血量的主觀認定常有很大差距，在臨床上常看到出血量已造成嚴重貧血的患者，卻自認為正常。

月經期及月經後的症狀對評估出血量也有參考價值，如是否有血塊排出，有血塊顯示出血量已超過纖維分解的功能。月經期後會疲倦、嗜睡則須懷疑有貧血的現象，更嚴重時則會出現呼吸困難的症狀。在異常出血時都應考慮到子宮肌瘤及子宮腺肌症是造成生育年齡婦女月經過多、月經期過長最常見的疾病。另外，也要小心子宮內膜癌、子宮頸癌。

不正常的月經出血原因有：

1. 排卵功能失調：如不排卵性的週期、黃體功能不足、多囊性卵巢、情緒障礙等。
2. 全身性疾病所引起：如血液凝固發生問題造成月經來時間長及量多、甲狀腺機能不足或亢進及腦下垂體發生腫瘤分泌過多的泌乳激素時造成無

月經。其他如抗癌藥物、抗凝血劑、類固醇、精神科藥物、口服避孕藥及女性賀爾蒙等藥物的服用。

三、月經異常的治療：

大致可分為藥物治療及手術治療兩方面。藥物治療的目的有遏止急性出血，恢復排卵和生育的功能。手術治療有子宮擴刮術、子宮內視鏡手術及子宮切除術等，目的為去除病灶，而其中又有診斷是否為惡性病灶的目的。目前有一些新方式可治療月經異常且不須摘除子宮，如蜜蕊娜子宮內投藥系統 (Mirena)。

四、居家照顧（及注意事項）：

1. 注意月經中是否有血塊或其他組織
2. 記錄出血天數
3. 注意改變姿勢時是否有暈眩現象
4. 注意出血的色澤，鮮紅，暗紅或咖啡色等
5. 注意是否有腹痛現象

五、何時找醫師：

1. 月經色澤鮮紅，血流不止。
2. 有嚴重經痛。
3. 月經來潮時間長超過7天，或有不定時陰道出血。

備註：每年修訂或審閱乙次。

警語：所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法取代醫師診斷與相關建議，若有身體不適，請您儘速就醫，以免延誤病情。