

# 月經失調的成因和治療

輯錄自「經期失調的成因和治療」的講座內容  
講者：香港大學李嘉誠醫學院婦產科學系名譽臨床副教授**張煜棠醫生**

月經失調是很常見的婦科問題，估計約一至三成婦女曾有這方面的困擾。婦女如有月經失調，應向醫生求診查出原因。如果沒有嚴重病變，患者的健康和生活不受影響，一般毋須接受治療，但病情嚴重者則需根據病因接受適當治療。

很多婦女認為月經應該每月出現一次，異於此規律便屬不正常。其實月經週期在21至35天之間均屬正常。但該週期會受年齡影響，在初經的首數年和接近絕經時，不規律的機會較大。正常月經一般會持續二至九天，總流量在40毫升以下，出血量超過80毫升可視為月經過多。

## 月經失調成因眾多

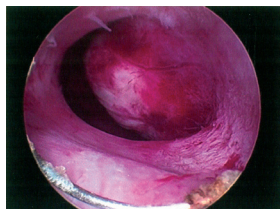
月經失調困擾不少婦女。據統計，有子宮異常出血 (Abnormal Uterine Bleeding, AUB) 的婦女達一至三成。AUB發病率會隨年齡增長而上升，於絕經前最普遍。懷孕、內分泌失調、凝血障礙、子宮病變等都可引致此症。經檢查後，如無發現任何子宮病變，則通常是荷爾蒙分泌失調所致的功能失調性子宮出血 (Dysfunctional Uterine Bleeding, DUB)，在排卵性或無排卵性月經週期都可能發生。

排卵性功能失調子宮出血 (Ovulatory DUB) 多在生育年齡期間發生。無排卵性功能失調子宮出血 (Anovulatory DUB) 則多發生在初經、接近絕經、肥胖和患有多囊性卵巢綜合症 (Polycystic Ovary Syndrome, PCOS) 的女性身上。由於患者沒有正常排卵，身體會停止分泌可幫助子宮內膜脫落的黃體酮，子宮內膜持續受雌激素影響而逐漸增厚，增加癌變的風險。

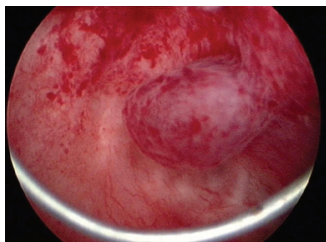
## 診斷與治療

AUB成因眾多，若發現月經的頻率、持續時間或失血量出現變化，就應該求醫接受適當檢查。除了查問病歷、驗血、婦科檢查外，醫生或會因應需要安排超聲波檢查、宮腔鏡檢查或子宮內膜活檢等，找出原因。

子宮內膜活檢通常適用於40歲以上婦女。對於較年輕和有子宮內膜癌高危因素的婦女（如肥胖、患有多囊性卵巢症、服用荷爾蒙阻斷劑諾瓦得士錠 Tamoxifen），或接受藥物治療超過三個月但病情仍未改善的婦女，醫生會視乎情況安排宮腔鏡檢查或子宮內膜活檢。不過，這類入侵性檢查存在疼痛、過敏性休克、感染及子宮損傷等風險。



宮腔鏡下的  
子宮肌瘤



子宮腔內瘻肉

如沒有貧血或不適症狀，大部分 DUB 患者只需接受觀察。病情較嚴重者可接受藥物治療，在有需要時服用止血藥 Transamin 以減少流量，或服用黃體酮、避孕藥令月經週期回復正常，而植入能釋放帶黃體酮的新型子宮環也有相同效用。

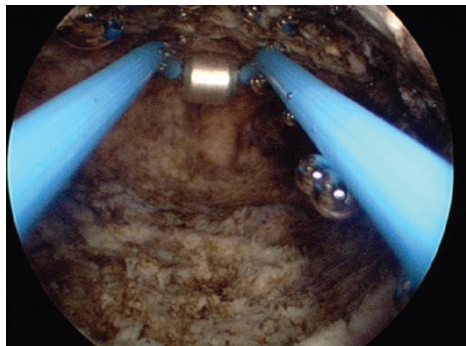
## 手術治療

醫生會視乎診斷來決定採取何種手術治療病患。子宮瘻肉患者可借助宮腔鏡切除瘻肉。持續有 DUB 而藥物治療無效，患者可考慮進行子宮內膜消融術，手術後約九成患者情況可得到改善。子宮肌瘤患者，若保守治療無效，可考慮將肌瘤或子宮切除。子宮切除術 (Hysterectomy) 是目前最徹底的治療。手術可經陰道、利用腹腔鏡或開腹進行。研究發現，經陰道或腹腔鏡手術出血的風險較低，病人的住院時間較短，康復速度亦較快。不過，若肌瘤體積太大，就可能考慮採取開腹式手術。

另外，子宮肌瘤患者，亦可考慮進行子宮肌瘤栓塞術 (Uterine Artery Embolisation, UAE)。利用小微粒堵塞肌瘤的主要血管，可阻斷供血令其壞死。根據文獻，術後肌瘤體積可縮小 40 至 70%，異常出血情況可減少約 80%。

## 開發新治療

除上述治療，瑪麗醫院正研究以高強度聚焦超聲技術(High Intensity Focused Ultrasound, HIFU)治療子宮肌瘤。文獻顯示，經過高強度聚焦超聲治療，患者的子宮肌瘤可縮小50%體積，約80%的症狀得到改善。然而，這項技術可能灼傷皮膚，或令器官(腸、膀胱)、神經受損。此外，內科疾病未受控制、有急性盆腔炎或相關病史、懷疑患有惡性子宮肌瘤、嚴重盆腔黏連者都不可接受這種治療方法。



宮腔鏡子宮內膜消融術

## 常見問題

**問1 子宮肌瘤和子宮瘰肉分別是怎樣形成的？有何預防方法？**

答1 子宮肌瘤是子宮肌肉組織形成的

腫瘤，成因未明。子宮瘰肉泛指在子宮腔內出現的肉粒，通常在子宮內膜產生，由快速繁殖的細胞形成。子宮肌瘤和子宮瘰肉皆無法預防。理論上後者可借助消融術將子宮內膜清除，但子宮瘰肉通常為良性，故不值得為預防而進行手術。

**問2 壓力引致的停經應如何治療？**

答2 盡量放鬆心情，適量運動也有助舒緩壓力。通常短時間的停經問題不大，但若停經超過一年，身體很可能因為沒有排卵而令黃體酮停止分泌，子宮膜會逐漸增厚。期間雌激素分泌會增加，子宮膜細胞持續受刺激就可能形成癌症。停經超過一年的婦女可以每兩至三個月服用一次黃體酮，或持續服用避孕藥，以誘發月經。

**問3 子宮肌瘤會否影響懷孕機會或受精卵著床？**

答3 如果子宮肌瘤的位置很接近輸卵管，堵塞輸卵管出口，便有可能影響懷孕機會，但類似情況不常發生。若子宮肌瘤長至子宮腔，則有可能影響受精卵的著床，導致流產。這類患者宜接受手術，以內窺鏡切除子宮肌瘤。