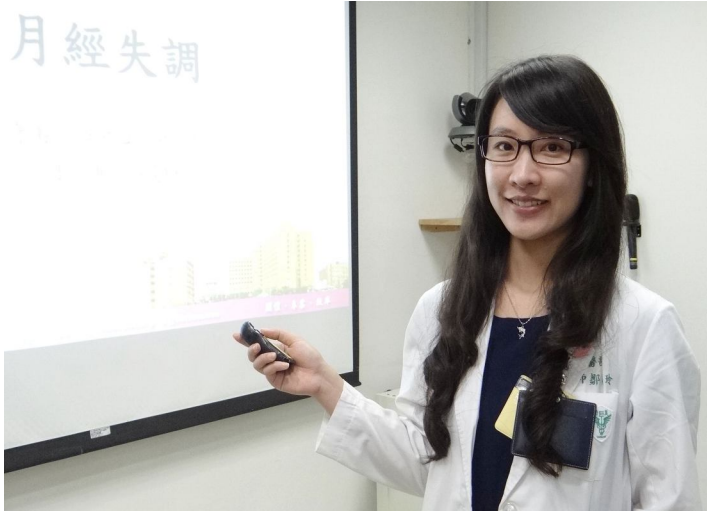


# 月經不準時來或月經量異常 造成女性同胞生活、工作上極大困擾 ～中醫治療月經失調 可有效緩解改善症狀

奇美醫學中心中醫部總醫師 鄒曉玲



主講者中醫部總醫師鄒曉玲及其講題

每個女孩自從進入青春期以後，發育成熟、月經來潮，每個月的月經來潮被暱稱為女性的「好朋友」又來拜訪了，月經準時來潮代表著生殖機能運作如常，但跟男性相比又帶給生活一點不方便；若月經不準時來或經血量異常則又造成女性同胞偌大的困擾。這些困擾一般通稱為「月經失調」，但事實上，月經失調是一個綜合性名稱。

月經失調的症狀表現多樣化，造成月經失調的原因也各有不同；症狀表現一般分為月經週期不規則與月經量異常兩部分，包括月經提前、月經延後甚至閉經、月經先後不定期、月經量過多與月經量過少，上述症狀可能單獨表現或合併表現。

月經失調的病因眾多，內分泌波動、情緒壓力、結構異常、良性或惡性的腫瘤增生等都有可能導致月經失調，因此經婦產科檢查排除懷孕、惡性腫瘤或器質性問題之後，中醫則依據不同的症狀進行辨證施治。

**案例 1**：40 歲 A 女士，平常月經來時經血量少，月經週期延後，已經二個月沒有月經來潮，曾經去婦產科檢查但未發現任何異狀，因為這次月經長達二個月沒有來，A 女士服用醫師開立的藥物催經，服藥後月經雖然來了但經血量更少、經血顏色偏深褐色。

隨後前來中醫部鄒曉玲醫師門診就診調經，診察後認為這名 A 女士屬於肝腎陰虛兼瘀阻胞宮的證型，服用六味地黃丸加減的中藥處方治療二週以後，隔一個月的月經準時來潮，經血量也比以往增加，經血顏色也恢復為一般的紅色。

**案例 2**：21 歲 B 小姐，經婦產科診斷為多囊性卵巢症候群，月經已經持續兩年沒有來潮，B 小姐在家量基礎體溫都一直呈現低溫狀態，因為月經太久沒有來潮，所以就診中醫部鄒曉玲醫師門診。綜合分析這名病人的症狀資訊以後，判斷其屬於氣滯痰瘀阻滯的證型，服用四逆散與溫膽湯加減的中藥處方，治療二個月以後月經再度來潮，治療至今五個月，每個月都有月經來潮。

**案例 3**：26 歲 C 小姐，月經的經血量過多已經好幾年，平時雖然使用加長增厚型的棉墊，過了二個小時之後仍然因為經血量過多而滿溢出來，近幾年來抽血發現血色素逐漸偏低，伴隨頭暈疲倦等症狀，經過婦產科檢查並排除子宮肌瘤、瘰肉等等器質性問題之後，前來中醫部鄒曉玲醫師門診治療。

鄒醫師診斷後認為 C 小姐屬於氣血虧虛無以固攝胞宮造成的經血量過多，服用補中益氣與四物湯加減的中藥處方治療後，每個月的經血量逐漸減少，再次抽血追蹤血色素的數值沒有再往下掉，頭暈等症狀也隨著緩解。



鄒曉玲總醫師呼籲：眾多病因都有可能導致月經失調，因此經婦產科檢查排除懷孕、惡性腫瘤或器質性問題後，中醫依據不同症狀進行辨證施治。



鄒曉玲總醫師表示：月經不準時來或月經量異常，造成女性同胞生活、工作上極大困擾，經由中醫治療月經失調，可有效緩解改善症狀。

**案例 4**：35 歲 D 小姐，消化功能不佳、容易疲倦、體重過輕，月經的經血量過少二年，經血點滴即止伴隨經血顏色偏淡，近來有計畫生育的意願，因此就診中醫部鄒曉玲醫師門診。經半夏瀉心湯加減的中醫處方調理腸胃消化功能之後，月經的經血量每個月逐漸增加，經血顏色較紅，精神體力與氣色均有進步。

不佳、容易疲倦、體重過輕，月經的經血量過少二年，經血點滴即止伴隨經血顏色偏淡，近來有計畫生育的意願，因此就診中醫部鄒曉玲醫師門診。經半夏瀉心湯加減的中醫處方調理腸胃消化功能之後，月經的經血量每個月逐漸增加，經血顏色較紅，精神體力與氣色均有進步。

中醫典籍《黃帝內經》中提到女性的生命階段：「女子七歲，腎氣盛，齒更髮長；二七而天癸至，任脈通，太衝

脈盛，月事以時下，故有子……」中醫的臟腑學說提到，「腎」主管生殖與生長發育的啟動，為先天之本，女孩到了二七之年(14 歲)腎中的精氣成熟、內分泌生殖軸的啟動，促成了月經來潮。

另一方面月經來潮也需要充盈的氣血與經絡通暢兩個條件，女子以血為本，腸胃消化功能是後天氣血化生的源頭，心主血，推動血液運行，肝藏血，主調暢氣機與主管情緒，月經失調與心、脾、肝、腎四個臟腑功能失調關係密切。

現代社會生活節奏快速、作息紊亂、情緒壓力、飢飽失常的狀況比比皆是，日久影響臟腑功能失調，進而逐漸表現月經失調的症狀，透過中醫診察逐步釐清原因，依據不同案例給予相應的治療。

若為月經週期容易延後、經血量有逐漸減少的傾向，可以於生理期結束之後，在醫師診斷之下服用滋陰養血、補益肝腎的藥物，如：何首烏、當歸、枸杞、玉竹、山藥、紅棗等等，讓月經週期或月經量漸漸恢復正常。



鄒曉玲總醫師記者會後接受媒體專訪