

# 談青春期少女的經痛問題

文/婦產部 沈煌彬 醫師  
應宗和 醫師

很多青少年患者到門診來，大多是抱怨經痛的問題，臨床上會造成經痛的原因很多種，有可能是子宮內膜異位症、卵巢腫瘤、骨盆腔發炎、骨盆腔沾黏、子宮畸形，或者是腸胃問題。經過婦產科超音波檢查之後，並沒有發現有任何的腫瘤或是病灶，這種狀況我們稱之為「原發性經痛」。「原發性經痛」通常都還會伴隨著噁心、嘔吐、腹瀉、頭痛、頭暈、或是下背痛。這種不適感，在月經來前幾個小時就會開始，一般持續兩到三天。至於為什麼會造成這樣的狀況，主要是因為子宮內的前列腺素濃度較高，造成子宮劇烈收縮，收縮力變強，也間接造成噁心和嘔吐。

這樣的狀況，根據臨床表現不同，我們會給予不同的分級（如表一），等級越高越嚴重。

表一：原發性經痛分級表

等級	影響工作程度	不適症狀	是否需要止痛藥
第零級	不影響	沒有	不需要
第一級	很少受影響	沒有	偶爾需要
第二級	有時會影響	有一點點	每次都需要
第三級	無法上班	很明顯	吃了也效果不好

有大約百分之六十的少女都有這樣的困擾，每次月經來時，有如天崩地裂，無法出門，也無法上學，但是卻只有四分之一的年輕女

孩尋求醫療幫助，有可能是傳統觀念或是同儕觀念束縛，造成不敢就醫，反而迷信吃巧克力、暖暖包熱敷、甚至是只要有過性經驗就會好等方法。如果家中青少年有這樣的狀況，找家人或是老師一同前往婦產科就醫，才是上上之策。

## 婦產科醫師會詢問的病史

- 初經年齡
- 兩次月經的間隔
- 每次月經會來幾天
- 最近這兩個月的月經時間
- 第幾天開始經痛和嚴重度
- 有沒有噁心、嘔吐、腹瀉、背痛、頭暈、頭痛
- 嚴重程度  
(有沒有辦法上學、上班、參與社交活動)
- 使用止痛藥的情況
- 有無性經驗、避孕方式、有無得過婦產科感染性疾病

談到大家最關心的治療方式，非類固醇消炎止痛藥（NSAID）是首選的治療方式，主要是在疼痛發生時使用，對70-90%的患者具有治療效果。如果對於止痛藥效果不好，可以試著使用避孕藥來治療。避孕藥的治療原理，主要是抑制排卵以及減少經血量，間接造成降低前列腺素的效果。如果已經開始有性生活的少女，也可以直接使用避孕藥來治療。治療期間需要每個月回診評估，如果還是效果不好，就要排除有沒有可能是其他疾病造成。