

月經紊亂、痛經

郭小姐：二十五歲

主訴：月經紊亂，每月停經幾天後經血再來，不規律陰道出血一年多，盆腔及陰道發炎，反復脫髮、斑禿四年、失眠、頭暈、心煩等等。

十七歲意外懷孕，翌年誕嬰，由於保養調理欠佳，加上吸煙、喝酒、睡眠不足，身體虛弱。十九歲那年腹部劇痛入醫院急診，做腹腔鏡檢查證實盤腔炎，一側輸卵管堵塞。手術後，小腹仍隱隱作痛，陰道出現灼熱，流出黃色或帶血分泌物，有異味，「這現象從沒停過，並時常流血。」腹部隱痛，看過多位婦產科醫生及服抗生素，未見效。導致非常疲倦、脫髮、失眠、精神很差。由於身體虛弱，皮膚常出現無名腫毒，外陰部曾生一粒大毒瘡而需手術切除。家人也很著急：。經朋友介紹來接受針灸治療。

郭小姐症屬：婦女經間期出血症，主因體陰虛，肝氣抑鬱，憂思勞傷，精血虧損，腎虛脾弱，陽氣不足，濕熱內阻，帶下色黃，小腹隱痛，造成沖任不固，經血綿綿不絕，心煩、失眠、脫髮等等。

治療：用體穴及耳穴、中藥等綜合治療；疏肝解鬱，活血化滯，滋補脾胃，理血歸經。

郭小姐接受針灸及中藥調理，斑禿逐漸生出毛髮，睡眠質素好，月經

回復正常，這使她很驚奇，並於四月二十七日接受《壹週刊》訪問。

女性月經是受大腦內的下丘腦控制，通過垂體、卵巢產生雌激素，孕激素，刺激子宮內膜的生長，子宮內膜的脫落，造成月經。

女性正常月經週期三至七天，標準每月廿三至三十三天左右屬正常，整個月經週期，它是受體內各種激素的相互協調而達到分泌平衡。如經血過少或過多都是疾病表現，是內分泌功能紊亂所致。

梁小姐，三十歲。工作繁忙，常常更深更半夜，精神非常緊張，痛經已十年。初期第一日來月經要食止痛片，近兩年經痛更嚴重，每小時要食兩粒止痛片，不能上班。近年脫髮、睡眠欠佳，皮膚濕疹、鼻敏感、易感冒、胃氣脹、大便不暢通等等。

梁小姐症屬：肝氣鬱結，腎虛氣弱，通過針灸及中藥綜合調理，痛經逐漸減輕至消失，其他症狀得到改善及痊癒。

有不少女性，月經前期中腹不舒服，有些輕痛，有些很疼痛，要吃止痛藥或打止痛針並伴有腰底痛、乳房脹痛、煩躁、非常疲倦、易怒、甚至不能正常工作，稱為經前綜合症。另一個原因是子宮內膜移位或盆腔內血

正常的月經週期是婦女健康的指標。現代女性，如果工作緊張，精神壓力大，大腦受到外界周圍環境的影響，精神過度緊張，情緒抑鬱的話，影響到下丘腦、垂體、卵巢對雌激素的正常調節，失去平衡，造成月經週期紊亂，如經血連綿不斷，出現二至三個月，甚至半年才來月經等。

使月經週期紊亂的另一個原因是器質性病變，如子宮肌瘤、卵巢囊腫，子宮內膜異位或子宮出血等。所以，月經紊亂、陰道不規則出血，應排除器質性疾病。

很多女患者常問經血有瘀黑的血塊，是否病態？

女性月經週期，子宮內膜脫落順利流出宮頸外，經血鮮紅，但如果經血不能順利流出，在子宮內停留時間過長，氧化後形成暗紅血塊，是一種血瘀表現，如果沒有其他臨床症狀，純屬正常。但我希望現代女性要多注重精神養生，盡量不要承擔太大精神壓力，戒怒，因為怒會傷肝、腎，容易造成體內血瘀。看我的文章都知道，血瘀會引致各種疾病。所以，日常工作及生活要用平和的心情處理一切事物，遇上使自己心煩的事，先按摩耳廓，冷靜下來，對自己健康有益。

《聖經》箴言：「喜樂的心，乃是良藥，憂傷的靈，使骨枯乾。」

余德賢

以上資料由雅賢針灸院
余德賢中醫師提供。

耳廓按摩保健詳情可瀏覽網頁
www.nyabchk.com。
或致電2391 8447查詢