

常见病实用问答丛书（图文本）

YJBWYBY

月经不调与不孕

黄向华 等 编著



 济南出版社

常见病实用问答丛书(图文本)

月经不调与不孕

✿ 黄向华 石 彬 蒋玉萍 刘静君 李晓冬
邢 盈 王 伟 李雅钗 王亚男 吴艳萍

编著

YUEJINGBUTIAO YU BUYUN

济南出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

月经不调与不孕/黄向华等编著. —济南: 济南出版社, 2006.5

(图文常见病实用问答丛书/卢祥之, 王淑铭主编)

ISBN 7-80710-282-9

I. 月... II. 黄... III. ①月经失调—诊疗—问答
②不孕症—诊疗—问答 IV. ①R711.51-44②
R711.6-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 045068 号

责任编辑 贾英敏

封面设计 史速建

出版发行 济南出版社

印 刷 山东省恒兴实业总公司印刷厂

版 次 2006 年 6 月第 1 版

印 次 2006 年 6 月第 1 次印刷

开 本 850 × 1168 1/32

印 张 5.375

字 数 140 千字

定 价 11.00 元

(济南版图书, 如有印装错误, 可随时调换)

前 言

《常见病实用问答丛书》（图文本）的读者对象，主要是广大患者朋友。丛书力求采取通俗易懂的语言，简单明了的图表、图示，活泼而又贴切的漫画、插图，从临床一线医务工作者的视角，传达医学知识，传达如何缓解因疾病所造成的痛苦，如何用最简单的方法解决急需解决的问题，以及提示、提醒患者朋友应当注意的方方面面。

本套丛书由国际合作出版组织（IPS）北京攀登者国际出版咨询中心（IPAS）、中国出版工作者协会国际合作出版促进委员会研究中心负责策划组织，参加编写工作的有天津、首都、河北、大连四所医科大学的专家、学者。虽然作者们已经倾注了许多心血，但由于作者较多，各书的风格有所不同，内容上也有一些尚需修改的地方，不当之处，祈请读者批评、指正，以便修订时改正。丛书中引用了诸多资料，谨向原作者表示谢意和敬意。

另外，本丛书的出版得到了中国出版工作者协会副主席、全国科技出版工作委员会原主任周谊先生，中共中央宣传部原出版局局长许力以先生，中国出版工作者协会副秘书长常振国先生，济南出版社社长王淑铭先生的支持和指教，一并表示衷心谢忱。

目 录

目

录

第一部分 月经不调	(1)
(一) 青春期月经不调	(1)
1. 青春期从何时开始?	(1)
2. 青春期女孩身体会发生哪些变化?	(2)
3. 月经初潮与体重的关系	(3)
4. 青春期的月经周期什么样是正常?	(4)
5. 什么是青春期功血?	(5)
6. 出现青春期功血怎么止血?	(6)
7. 止血后怎么治疗青春期功血?	(7)
8. 什么是性早熟?	(8)
9. 性早熟的治疗及性早熟与性发育变异的区别	(10)
10. 闭经的原因有哪些?	(11)
11. 肥胖会导致闭经和影响生育吗?	(12)
12. 闭经会影响生育吗?	(14)
13. 甲状腺功能亢进或减退对月经有影响吗?	(15)
14. 月经不正常是否有生殖道肿瘤?	(17)
15. 生殖器官发育异常会有月经吗?	(18)
16. 青春期有可能妊娠吗?	(20)
17. 人工流产后会影响月经和以后妊娠吗?	(21)
18. 什么是高雄激素血症?	(23)
19. 月经能否人为控制?	(24)
20. 痛经需要治疗吗?	(25)
21. 什么是子宫内膜异位症?	(27)

22. 脑的疾病会影响月经吗?	(28)
23. 什么是性分化异常? 它影响月经吗?	(29)
24. 青春期少女为何会有“妊娠纹”?	(30)
25. 白带是什么? 它与月经有关吗?	(31)
26. 青春期会有性病吗?	(32)
(二) 生育期月经不调	(34)
1. 自我监测排卵的方法: 基础体温测定法	(34)
2. 几种监测排卵的方法	(36)
3. 正常月经应是怎样的?	(40)
4. 什么叫月经失调?	(41)
5. 哪些原因可引起月经不调?	(44)
6 女性为什么易患贫血? 怎么防治?	(46)
7. 月经过多的常见原因及对策(1)	(47)
8. 月经过多的常见原因及对策(2)	(49)
9. 月经过少的原因及对策	(51)
10. 月经频发和月经稀发的原因及对策	(52)
11. 阴道不规则出血怎么办?	(54)
12. 排卵期出血是怎么回事? 需要治疗吗?	(55)
13. 经前经后点滴出血怎么办?	(57)
14. 无排卵性功血为什么常见于青春期和更年期? 如何 治疗?	(58)
15. 排卵正常也会有功血吗?	(59)
16. 同床后出血怎么办?	(60)
17. 口服短效避孕药后阴道出血怎么办?	(62)
18. 为什么闭经不容轻视(1)?	(63)
19. 为什么闭经不容轻视(2)?	(64)
20. 什么是多囊卵巢综合征?	(66)
21. 如何治疗多囊卵巢综合征?	(68)

22. 何为闭经溢乳综合征?	(70)
23. 40 岁之前就断经是卵巢早衰吗?	(71)
24. 怎样避免卵巢早衰?	(73)
25. 如何看待痛经?	(74)
26. 子宫肌瘤对月经有何影响?	(75)
27. 为什么带环可以引起出血?	(77)
28. 流产会引起月经失调吗?	(79)
29. 肥胖可影响月经吗?	(81)
30. 减肥可引起月经紊乱吗?	(82)
31. 为什么要警惕减食性闭经?	(83)
32. 烟酒可引起月经紊乱吗?	(84)
33. 哪些不良生活习惯与月经失调有关?	(85)
34. 大量运动可引起月经紊乱吗?	(87)
35. 哪些药物可导致月经紊乱?	(88)
36. 哪些职业可影响月经?	(90)
37. 什么是经前期紧张综合征?	(92)
38. 什么是人工周期?	(94)
(三) 围绝经期月经失调	(95)
1. 什么是围绝经期?	(95)
2. 怎样预测围绝经期?	(97)
3. 围绝经期妇女为什么会出现月经紊乱?	(98)
4. 引起围绝经期月经失调的常见原因	(99)
5. 什么是围绝经期功血?	(101)
6. 围绝经期功血的治疗	(103)
7. 什么是围绝经期综合征?	(105)
8. 围绝经期综合征的治疗	(106)
9. 什么是激素替代治疗?	(109)
10. 激素替代疗法剂量和剂型的选择	(110)

11. 围绝经期子宫肌瘤需要手术治疗吗? (111)
12. 老年性阴道炎也可以引起阴道出血吗? (112)
13. 绝经后出血多见于哪些情况? (114)
14. 妇女绝经后是否要将节育环取出? (116)
15. 帮你安全度过围绝经期 (117)

第二部分 不 孕

- (一) 不孕的原因及诊断 (120)
 1. 女性生殖器官的功能及生理特点 (120)
 2. 受孕的过程 (122)
 3. 不孕症是怎么回事? (124)
 4. 不孕症有哪些常见的原因? (125)
 5. 生殖道炎症与不孕 (127)
 6. 外阴阴道疾病引起的不孕 (128)
 7. 宫颈因素与不孕 (130)
 8. 子宫因素与不孕 (131)
 9. 子宫内膜异位症与不孕 (132)
 10. 多囊卵巢与不孕 (134)
 11. 输卵管疾患与不孕 (135)
 12. 内分泌系统对女性生殖系统的影响 (136)
 13. 未破裂卵泡黄素化综合征与不孕 (137)
 14. 免疫因素与不孕 (139)
 15. 性病距离我们有多远? (141)
 16. 肥胖与不孕有关系吗? (142)
 17. 月经正常、夫妻无病,为何不孕? (144)
 18. 基础体温双相就可以怀孕吗? (145)
 19. 生活中怎样预防不孕? (146)
- (二) 不孕的治疗 (148)
 1. 子宫内膜异位症导致不孕的治疗 (148)

2. 不排卵所致不孕症的治疗 (149)
3. 多囊卵巢综合征所致不孕症的治疗 (151)
4. 何为输卵管重建术? (152)
5. 卵巢功能衰竭还能促排卵吗? (154)
6. 何为人工授精? (155)
7. 什么是“试管婴儿”? (157)
8. 何为“减胎术”? (158)
9. “试管婴儿”和自然怀孕有什么不同吗? (159)

目

录

第一部分 月经不調

(一) 青春期月经不調

1. 青春期从何时开始?

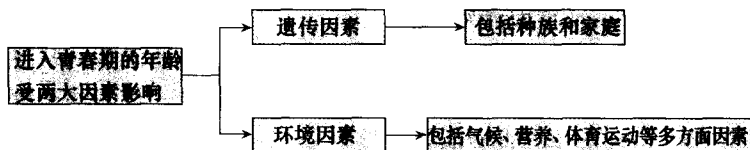
青春期是儿童期到成年期的过渡时期。具体地说就是从性器官开始发育、第二性征出现至生殖功能完全成熟、身高增长停止的时期。一般女孩的青春期较男孩早1~2年。



青春期的年龄划分在不同的国家稍有不同,世界卫生组织(WHO)将青春期的年龄范围定为10~24岁。我国一般把青春期的年龄范围定为10~20岁。其中9~12岁为青春早期,是从第二性征开始出现直至月经初潮为止,以体格生长突增为主要特征;13~16岁为青春中期,以性器官及第二性征发育为主,出现月经初潮,也称性器官发育期;17~20岁为青春晚期,自出现周期性月经直至生殖功能完全成熟、身高增长停止。日本妇产科协会委员会认为,青春期开始于8~9岁,终结年龄是17~18岁;而有些学者认为,部分18~19岁的少女月经周期仍不规律,即使有正常周期也可表现为无排卵月经,故认为青春期的终结年龄为20岁,甚至更大些。美国女性青春期开始的平均年龄为10岁,终止于20岁左右。我国研究资料表明,女孩青春期开始的年龄一般为10~12岁,但有的可早在8~9岁就已经开始,最晚17~23岁。

进入青春期的年龄受许多因素的影响,归纳起来主要分为两大类,即遗传因素和环境因素。前者为内因,后者为外因。①遗

传因素：包括种族和家庭。不同种族的少女，单就其初潮年龄而言，可相差6岁。而同一家族的女孩，初潮年龄仅相差十几个月。亲属关系越近，初潮年龄越接近。②环境因素：包括气候、营养、体育运动等多方面因素。居住在热、湿地区的孩子发育较早，而居住在干、寒地区的孩子发育较晚。营养状况对生长发育有直接影响。体育锻炼可以促进生长发育。由于人类生活条件的改善，特别是营养状况的改善，进入青春期的年龄有明显提前的趋势。



2. 青春期女孩身体会发生哪些变化？

乳房的发育是女性青春期出现的最早标志。从8岁至13岁开始发育，先是乳头突出；2~3年之后乳房内腺体增生，脂肪、血管也明显增多，使整个乳房凸起；乳晕（乳头四周的棕色圈）逐渐增大、明显，整个乳房充分发育。3/4的女孩直到12~18岁乳房才发育得与成年人相差无几。两侧乳房的发育有先有后，大小也可不对称，这是正常现象，在进一步成长发育时通常可自然消失。用手平放在乳房上，向下按压可以感觉到腺体组织。

阴毛的发育一般稍后于乳房发育，起先外阴处开始有细茸毛分布，而后在阴阜和阴唇两侧有浅色的阴毛稀疏地生长，逐渐地阴毛变粗、卷曲并逐步增多，最后达到成年人的程度，形成一个倒三角形。阴毛生长的同时外阴色素也开始加深。

骨骼的发育一般在前两者之后。进入青春期首先会开始长高、长胖，出现人生第二个快速生长期，女孩身高总增长约25 cm。由于人体全身骨骼的增长速度并不完全相同，因此女孩的骨骼框架会发生变化，会发现腿要比以前显得修长。体重的增加与骨骼的增长有关，也与肌肉和皮下脂肪的增加有关，皮下脂肪的分布以乳房、臀部、上臂内侧等处为多。皮下脂肪的增长是持续的，有

时甚至达到过胖的程度。这种情况一定要引起注意,因为肥胖会使体内激素的分泌发生变化,而影响月经来潮,甚至对以后的生育产生影响。

月经来潮是青春期发育到中期时必然出现的生理现象,一般在身体突然快速增长后出现,为正常女子发育中独有的现象。月经初潮时卵巢的功能尚未完全发育成熟,也很不稳定,在1年内才逐步按月来潮。我国女子的月经初潮年龄波动范围一般在9~15岁间,在经济发达地区最早的为8岁。通常在出现月经前,阴道就开始变长,一直持续到初潮稍后。阴道上皮增生变厚,约在初潮前的1年阴道分泌物由中性变为酸性。前庭大腺开始分泌,这会使阴道变得润滑。阴阜由于脂肪的堆积而变得丰满,小阴唇增大,使表面的细皱纹更加明显,大阴唇变肥厚并有色素沉着。

每个儿童青春期开始发育的年龄、发育速度及成熟年龄均不同,按发育早晚可分为三种类型:早发育、一般发育、晚发育。早发育的特点是青春期开始的年龄早(8~9岁),身高突增高峰出现早,但突增过程较短,第二性征出现及月经初潮年龄均较早,她们具有身材较矮、肩窄、骨盆宽的矮胖体形。晚发育型女孩的各项发育指标均较晚,具体身材与早发育型正好相反。一般发育型则介于前两者之间。

3. 月经初潮与体重的关系

月经初潮是青春期发育的一个重要标志,是青春期发育到中期时必然出现的生理现象。根据1985年中国学生体质与健康研究报告,我国汉族女孩月经初潮年龄为 13.46 ± 1.36 岁。美国女孩初潮年龄为12.5岁,日本为12~13岁。近100年来,随着经济的发展及生活水平的提高,女孩月经初潮年龄有明显提前的趋势。欧美资料表明初潮年龄每10年提前4个月。北京城区1962年初潮年龄为14.16岁,1985年为12.62岁,23年间提前了1.54岁,平均每10年提前0.67岁。这表明生活环境及营养状况的改善对青春期发育有重要作用。

月经初潮的年龄个体差异性较大，主要受遗传因素控制，其他如营养、体重、体脂状态及运动等亦起着重要的作用。为此学者提出了临界体重和临界体脂含量的概念，即月经初潮发生及维持正常月经周期所需的按体重身高计算的最低体重和最低脂肪含量。国内外研究资料表明，月经初潮时的临界体重为 45 ~ 48 kg，尽管近 100 年来月经初潮有提前趋势，但临界体重未变。出现月经初潮所需的临界体脂含量为体重的 16%~ 23.5%。18 岁时维持正常月经周期所需的最低脂肪含量为体重的 22%~ 24%。当体重低于理想体重的 10%~ 15%，或机体储存的脂肪消耗 1/3 以上时，可发生初潮推迟或闭经。因此体重较轻或体脂含量较低的芭蕾舞演员、体操和游泳运动员的月经初潮较晚，有时可推迟至 18 岁。相反中度肥胖的女孩月经初潮较早。但过度肥胖则常导致月经初潮推迟。进入青春期的女孩千万不要为了追求时尚，过度限制饮食来维持苗条的身材，这样就不能满足发育期所需的营养，使体重和体脂都达不到正常能有月经初潮的水平，形成人为初潮推迟甚至原发闭经。当然也不能走向极端，使体重无限制地增加，这样也会推迟月经来潮。这两种情况是妇科医生最不愿意看到的，因为它们可能会影响女性今后的一生，如青春期月经改变、生育年龄不孕及老年时子宫、卵巢肿瘤等。

4. 青春期的月经周期什么样是正常？

月经周期的计算是从月经来潮的第一天算起，直到下次月经来潮前一天。一般为 28 ~ 30 天，正常周期范围是 21 ~ 40 天。月经周期分为三个阶段，卵泡期、排卵期和黄体期。月经流血时间一般为 5 ~ 7 天。月经期过后就是卵泡期，卵泡期有长有短。卵泡发育成熟后就会排卵，在月经周期为 28 天的女性，排卵时间约在月经周期的第 14 天或 15 天。排卵后卵巢就会形成黄体，这时进入黄体期，黄体期较稳定，为 14 ± 2 天。因为排卵，月经周期才会比较规律。但在相当多的少女中，月经周期无规律可言，有的 1 个月来 2 次月经。有时 2 个月才来 1 次月经，有时甚至数月不

来月经。这种情况在初潮后的一段时间内较为突出。少女因此困惑，家长也着急，总以为是性发育不良的结果。其实，少女月经周期不准的主要原因是生理上的因素，多不属于病态。因为月经周期的调节主要是通过下丘脑、垂体和卵巢三者之间的相互作用实现的，称为下丘脑-垂体-卵巢轴。在青春期，下丘脑-垂体-卵巢轴的功能尚未完全发育成熟，虽然卵巢内有卵泡的发育，并能分泌雌激素，但还不能正常排卵，一直要到卵巢发育完善，卵泡才能发育成熟，并排出卵子。当能正常排卵时，月经的来潮才会遵循一定的规律，即正常的月经周期。也就是说随着时间的推移，卵巢发育逐渐成熟，下丘脑-垂体-卵巢轴也逐步健全、完善，少女月经自然变得有规律。所以少女月经初潮后的1~2年内，发生月经周期不准的现象大多数是正常的。少数少女月经不准的现象可延长到初潮后的3~4年，对此少女与家长不必过于担忧和恐惧，因为心理因素也会影响月经周期的规律性，如情绪波动、环境改变、学习紧张等，这些因素一旦去除或对这些因素适应了以后，月经周期就会恢复正常。所以少女要正确认识月经，了解这方面的知识，不要整天忧心忡忡，更不要焦虑，因为在15岁之前只要有月经来潮，就说明女性的性器官发育基本正常，应以平和的心态对待每一次月经的来潮。

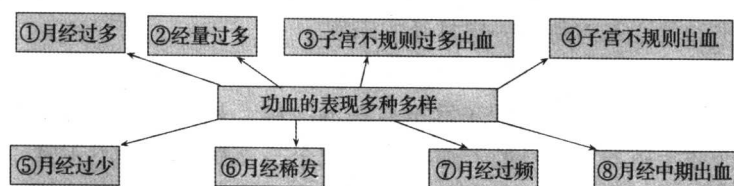
5. 什么是青春期功血？

功血是功能失调性子宫出血病的简称，是指月经调节功能失常而非生殖器官本身的器质性病变或全身疾病引起的不正常子宫出血症。主要表现为月经周期、月经量和月经期的紊乱。功血可以发生在女性一生中的任何时期，在青春期比较常见。

生殖器官本身的器质性病变，比如外阴、阴道、宫颈的炎症或肿瘤，子宫肌瘤、子宫肌腺症、子宫肉瘤、子宫体癌等，这些病都可以引起出血，而且多半是不规则的出血。另外，月经是受下丘脑-垂体-卵巢轴调节的，其中任何部位的疾病均可对其产生影响，如垂体肿瘤、卵巢肿瘤等，可以影响月经。同时，全身

出血性疾病如白血病、血小板减少症等同样可以引起月经的改变。以上这些疾病引起的出血是生殖器官本身的器质性病变或全身疾病引起的不正常出血，不属于功血范畴。在诊断功血时必须排除以上所有的病理情况后才能作出诊断。

功血的表现多种多样：①月经过多：周期规则，但经期延长（超过7日）或经量过多（超过80 mL，正常时月经量不超过80 mL）。②经量过多：周期规则，经期正常，但经量过多。③子宫不规则过多出血：周期不规则，经期延长，经量过多。④子宫不规则出血：周期不规则，经期可延长，而经量不太多。⑤月经过少：周期规则，经量少。⑥月经稀发：周期超过40天。⑦月经过频：周期短于20天。⑧月经中期出血：两次月经中期（即排卵期）出现子宫少量出血。功血分为有排卵型功血和无排卵型功血，青春期多见于后一种。因为青春期下丘脑-垂体-卵巢轴正常功能的建立需要一段时间，月经初潮后1年以内80%的月经是无排卵月经，初潮后2~4年内无排卵月经占30%~55%，初潮后5年时可能仍有不到20%的月经周期尚无排卵。而下丘脑-垂体-卵巢轴调节机制的建立需要更复杂精细的调控，如果此时受到过度劳累、应急等刺激，或肥胖等遗传因素的影响，就可能引起功血。



6. 出现青春期功血怎么止血？

青春期少女出现月经不正常后要尽早去医院检查，一旦诊断为功血就要及时进行治疗。青春期功血一般是无排卵型功血，治疗原则是：先止血，之后调周期和促排卵。这里主要介绍止血的方法。

(1) 激素止血：根据出血的过程、出血量及患者的贫血程度来

选择激素的种类和剂量。在应用孕激素过程中如出现阴道出血，可加用雌激素，目前用得最多且比较安全的是倍美力。激素止血停药后，一般有撤退性出血，不可立即再用激素止血，以免加重病情。贫血患者用药后，应逐渐减量至维持量，持续用药至少从血止日起 20 天。由于口服大量雌激素时胃肠道的症状会比较明显，而孕激素可以使子宫内膜变薄，停药后出血较用雌激素少，所以孕激素更容易被患者接受。另外，大剂量雌激素递减止血的方法也不适用于血液呈高凝状态或有血栓性疾病的患者。

(2) 一般止血药：维生素 K_4 ，口服；或维生素 K_1 ，肌注；止血敏肌注或静滴；安络血肌注；催产素肌注，或者加到 10% 葡萄糖液 250 mL 内，静滴。

(3) 刮宫止血：药物止血无效时，应刮宫止血，刮出组织送病理检查还可明确诊断，这样一举两得。刮宫适用于已婚者，未婚者如经反复药物止血无效时应征得家长及本人的同意施行刮宫止血，以免延误病情。

7. 止血后怎么治疗青春期功血？

功能性子宫出血的治疗原则是：止血、调周期、促排卵。但在青春期功血治疗时不主张过早促排卵，重点放在止血和调周期上。我们知道月经周期是由下丘脑 - 垂体 - 卵巢轴来调节的，青春期该轴尚未发育成熟，尤其卵巢功能不成熟，头几年的月经可能为无排卵月经，如果这时促排卵也未必能成功，所以青春期功血止血后就应调整周期。

一般采用激素引起内膜的周期性变化和按时撤退性出血，特别是用雌、孕激素序贯疗法可使内膜有类似正常月经周期的变化。青春期功血多选用妇康片加倍美力组合，用药方便，依从性好。全周期用药一般在月经期的第 5 天开始，后半期用药一般在月经周期的第 14 天左右。尽管用药时间有长有短，一般都在停药后 3 ~ 5 天出现阴道出血，最长不超过停药 10 天。从出血开始记录为下一月经周期，用药 3 ~ 6 个月后可以短期停药，观察机体有无自

然调整的可能，若症状复发则及早再用药，比较容易控制住。用药期间千万不能自行停药，这样可以人为造成不规则出血，重新调整有时很难奏效。

许多药物对肝、肾功能均有影响，激素类药物也不例外，因为需要较长期应用，所以用药期间要注意检查肝、肾功能。孕激素类药可使机体内水钠潴留，敏感人群可能在用药期间感觉面部微肿。雌、孕激素均可使体重轻度增加，有人统计每月平均增加0.5~1 kg。

8. 什么是性早熟?



顾名思义，性早熟就是性功能过早地成熟了。女孩的性成熟表现为女性性征发育，如乳房长大，身材变为女性型（臀部变宽），阴毛及腋毛长出并且具有女性型分布的特点，甚至月经来潮。我国正常女孩性成熟的年龄和月经初潮一致，即多数在12~14岁之间，个别的早自11岁，晚至18岁。因此，性早熟的界限是以月经初潮的年龄为依

据的。多数定为8岁以前，也有定为9岁或10岁的，这是指同性性早熟。异性性早熟是指女孩在长大的过程中，过早地出现了男性性征，如长胡须、长喉结、说话声音变粗、阴蒂长大等，这是完全不正常的情况。

按性成熟的程度将性早熟分为部分性性早熟与完全性性早熟。部分性性早熟是与完全性性早熟相比而言的。完全性性早熟指全面的性早熟，也就是说，该女孩具备了成年妇女的一切特征，如乳房发育、阴毛长出，并且有月经。部分性性早熟则是指具有部分性成熟特征者，如只有乳房长大，或阴毛长出，或阴道流血。部分性性早熟常见于性早熟的早期，或者根本不是性早熟，而是局部或外因引起的。例如误服了雌激素类药物（女孩把母亲的避孕药当糖片吃了）可以使乳房长大和阴道流血；卵巢长了肿瘤并