

月经和月经失调

YUEJING
HE YUEJING
SHITIAO

江西科学技术出版社

月经和月经失调

傅兴生 林至君编著

江西科学技术出版社

月经和月经失调

傅兴生 林至君编著

江西科学技术出版社出版

原版：江西人民出版社

(南昌市新魏路)

江西省新华书店发行 江西新华印刷二厂印刷

开本787×1092 1/32 印张3.875字数7万

1989年5月新1版 1989年5月第1次印刷

印数：1—5,000

ISBN7—5390—0226—3/R·52 定价：1.36元

目 录

第一章 月经	(1)
第一节 月经的生理	(1)
第二节 月经周期中的卵巢变化	(4)
第三节 月经周期中的子宫内膜变化	(8)
第四节 女性各生理阶段特点	(10)
第二章 女性的性周期	(14)
第一节 性周期的调节	(14)
第二节 祖国医学对女子性周期调节的论述	(19)
第三章 诊断月经失调的几种特殊检查方法	(21)
第一节 基础体温测量	(21)
第二节 子宫内膜活体组织检查	(26)
第三节 阴道脱落细胞连续涂片检查	(27)
第四节 子宫颈粘液羊齿状结晶检查	(30)
第五节 “瞳孔”反应检查	(31)
第六节 激素试验	(32)
第七节 内分泌测定	(34)
第四章 月经失调治疗概要	(39)
第一节 通经或止血	(39)

第二节	重新恢复月经周期	(41)
第三节	诱发排卵	(45)

第五章 妇科常用性激素类药物 (47)

第一节	卵巢类固醇类药物	(47)
第二节	雄性激素	(56)
第三节	绒毛膜促性腺激素	(57)
第四节	克罗米芬	(58)
第五节	促黄体生成激素释放因子	(59)
第六节	三合激素	(60)

第六章 常见月经失调 (61)

第一节	功能性子宫出血病	(61)
第二节	月经过多	(69)
第三节	闭经	(74)
第四节	席汉氏综合征	(81)
第五节	双侧多囊性卵巢综合征	(86)
第六节	无排卵性月经	(88)
第七节	痛经	(90)
第八节	经前期紧张症	(96)
第九节	经前期乳房胀	(97)
第十节	功能性不孕症	(99)
第十一节	其他异常月经	(103)
第十二节	更年期保健	(107)

第一章 月 经

第一节 月经的生理

一、月经的生理现象

什么叫月经？女孩子到了十三、四岁时，卵巢发育成熟，每个月排出一次卵子，同时产生雌激素和黄体素，作用在子宫内膜使它增生，卵子排出后，增生的内膜就变为分泌期变化，此时，如卵子遇到精子受精后，内膜就继续增厚为孕卵着床作准备；如果没有受孕，雌激素和黄体素的产生停止，则子宫内膜萎缩、脱落，血管破裂，血液从子宫流出体外，成为经血。因为子宫内膜在卵巢激素的作用下，每月发生一次这样的变化，每月有经血流出，就叫做月经。

初潮 女子第一次来月经称为月经初潮。初潮年龄平均是14岁(13~17岁之间均属正常范围)。月经初潮的迟早与气候、营养、职业、健康情况等有一定关系。一般南方女子初潮较北方女子要早，城市女子较乡村女子要早，营养不良及有慢性疾病者初潮较迟，学生、文艺工作者初潮较早。如初潮迟于18岁或早于12岁都是不正常的，应检查是什么原因引起。初潮后一年左右时间内，月经周期往往不规则，多数为无排卵性。

周期与经期 从行经第一日起到下次行经日止为一月经周

期。正常月经周期平均为28~30天。每次行经持续日期约3~5天，称为经期。由于各人发育不同，月经周期并非每次相同，从21~35天内均属正常范围，差异因素可能与生活方式、环境改变、营养及疾病等有关。

此外，尚有几种少见的月经周期，如每两个月来潮一次的称并月；三月来潮一次的称为居经，又称按季；一年行经一次的称为避年；不来月经而受孕的称为暗经；部分妇女在妊娠三个月内仍按月出现少量月经者称为激经，但须与先兆流产鉴别。

出血量 每次行经出血量约50~80毫升，一般行经第一日流血量少，第2~3日流血量增多，以后逐渐减少。月经血为暗红色，不易凝固，经血中渗有子宫内膜组织，并杂有子宫颈分泌物。

月经现象 月经为生理现象，但大多数妇女在行经时有轻重不同程度的不适感，最常见的是下腹部坠胀及腰痠感，或在月经前2~3天就开始出现腰痠腹胀。此外还常出现头痛、轻微乳房胀痛、失眠、心悸、食欲不振、浮肿、神疲肢乏、尿频、大便稀薄而次数增多或便秘等现象，少数妇女在行经时可发生荨麻疹、痤疮、皮疹等。

经绝 经绝年龄一般在45~50岁之间，月经多由不规则而逐渐停止。最初表现经量减少，周期距离渐稀，或每次间歇1~2个周期，这样可能延长1~2年之久。在这段时间内，部分妇女可出现面部阵发性潮红、心悸、情绪改变（如易激动、多忧虑等），但大多数妇女没有这些症状。

生理性闭经 妇女在青春期前、经绝期后或妊娠期、哺乳

期等各特殊生理时期均无月经来潮，此属生理性闭经，是正常生理现象。在青春期前或经绝期后，由于卵巢机能未成熟或已退化，缺乏卵巢激素对子宫内膜的刺激，而子宫内膜呈静息状态，故无月经来潮；妊娠期由于胎盘分泌大量雌激素及黄体素，维持蜕膜完整，故无月经来潮；哺乳期可能由于脑垂体分泌较大量催乳素，同时促性腺激素分泌减少，抑制卵泡正常发育，故无月经来潮，一般约10~12月，也有在整个哺乳期间不行经，需等断乳后数月才恢复。哺乳期之无月经来潮在一定时期内可称为生理性闭经，但逾期过久，可引起过分之卵巢萎缩及子宫萎缩，而造成病理性闭经，故哺乳时期一般不应超过一年。

二、月经期卫生

月经期间，全身抵抗力减弱，子宫内膜脱落形成创面，如不注意经期卫生，很容易引起生殖器官炎症，月经失调及不孕等。因此，经期应注意下列几点。

(一) 注意卫生，预防感染

经期要经常保持外阴部清洁，每天用温开水洗，但勿坐浴，洗澡时也只能淋浴或擦浴，不要用盆浴，以免污水进入阴道，发生感染。月经带应勤换及勤洗晒，月经纸要干净，可用消毒卫生纸，如用其它草纸可用蒸笼蒸一下，或在阳光下晒过再用。在月经期间，绝对不能性交，防止把细菌带入阴道而引起炎症及月经过多、经期延长等。

(二) 注意生活，增强体质

月经期要注意适当休息，保持充分的睡眠，多饮开水，保持大便通畅。尽量避免辛、辣刺激性食物，少食生冷食物，注

意保暖，勿坐湿、凉地，避免淋雨及下深水工作，以免子宫及盆腔内血管过度收缩，而引起月经过少或突然停止。

(三) 宣传教育，消除顾虑

女子到了青春期就会来月经，当第一次来月经时，会觉得突然、不安和害羞等，这是缺乏对月经知识的认识，因此，母亲、女教师及生产队妇女队长要向女青年宣传妇女卫生知识，教她们注意经期卫生和使用月经带，使她们情绪稳定，精神愉快。成年妇女在月经期也要保持饱满乐观的情绪，避免过度的情绪波动或特大的精神刺激，因为这些刺激可引起月经失调。

(四) 适当劳动，注意劳动保护

来月经时虽有一些不舒服感觉，仍可照常工作与学习，一般的体力劳动也可照常参加，以促进盆腔血液循环，减轻由于淤血现象所引起的小腹胀痛感，但过重的体力劳动或剧烈运动要尽量避免。生产队干部应按照国家农业发展纲要的规定，照顾女社员生理特点，在月经期间，按照“三调三不调”的规定，分配劳动。

(五) 建立月经卡，落实计划生育

对农村、工厂、街道中的育龄劳动妇女，都应建立月经卡，记录每月行经日期，便于了解怀孕、流产、月经紊乱等情况，有利于开展计划生育和防治妇科病。

第二节 月经周期中的卵巢变化

在月经周期中，卵巢呈周期性变化，而这种变化直接影响到月经周期，因此，要更好地了解月经，必须进一步了解卵巢周期性变化。

一、卵巢周期

卵泡发育与成熟 从新生儿到经绝期止，卵巢内卵泡不断生长、发育及退化。新生儿的卵巢内有20~40万个始基卵泡，但在妇女的一生中，仅有400~500个卵泡发育成熟，而每一月经周期只有一个（偶见二或三个）卵泡成熟。

每个始基卵泡中有一个卵母细胞，在它的周围有一层梭形细胞。当始基卵泡成熟时，周围的梭形细胞增生，由单层变为多层，细胞逐渐变成立方形，胞浆出现颗粒，称为颗粒细胞。此细胞在短时期内增生甚多，细胞群之间出现空隙，逐渐形成一空腔，空腔内含有液体，称为卵泡液，卵泡液继续增多，空腔变大，将卵细胞推向一侧，卵之四周有颗粒细胞堆积，形成卵丘。卵泡愈成熟，空腔越大，卵丘愈推向一边，在空腔四周之细胞膜称为颗粒膜。在卵泡细胞变化的同时，卵细胞也变大，核内也有变化，准备分裂，原浆内出现了滋养质，在卵细胞周围有一透明薄膜，称为透明带，卵泡发育到这一时期业已成熟，称为囊状卵泡。在卵泡周围的结缔组织内有血管形成和细胞增生，这时可分为两层，近卵泡的称为卵泡内膜，与卵巢间质相合的称为卵泡外膜。囊状卵泡分泌雌激素，促使子宫内膜增生。

自新生儿开始，囊状卵泡不断形成，但都在皮质深部，而且在发育过程中即行退化；青春期后，逐渐移向卵巢表面的皮质，每隔28天有一囊状卵泡到达表面。

排卵 在青春期以后才开始有排卵机能。每一月经周期中只有一个（偶有二或三个）囊状卵泡成熟，并向卵巢表面缓

进，愈接近卵巢表面该处组织愈形成菲薄。由于卵巢内压力增加及卵泡液内蛋白分解酶的作用，卵泡膜破裂，卵细胞和卵泡液都排至腹腔内，这个过程称为排卵。排卵约在月经周期第14天左右，但可提早在第7~8天，或推迟至第20天左右。排卵之前基础体温降低，排卵之后基础体温上升，相差约0.5℃。不论月经周期长短，排卵常在下次月经前14天。

黄体形成和退化 排卵后的卵泡塌陷和出血，形成血块，破口被纤维蛋白堵塞，卵泡膜细胞开始增大，血管从卵泡膜细胞层长入颗粒细胞层，此时颗粒细胞发育非常迅速，细胞成多角形，含有黄色类脂质，称为黄体细胞，在这些细胞之间有来自卵泡膜的纤维隔、小血管及卵泡膜细胞，形成黄体。在排卵后一周发展至最高峰，如卵子受精，则这种一般性黄体变为妊娠黄体，能继续维持到妊娠4~6月才开始退化；如未受精，黄体开始退化，逐渐变成白体。在一定时间内，白体也逐渐自行消失。自排卵后黄体形成至退化，称为黄体期。

黄体细胞具有分泌黄体素及雌激素作用，黄体开始退化后，其分泌功能逐渐减退，过4~6天，月经来潮，在这段时间，卵巢中又有一个新的卵泡开始发育，为另一个新周期的开始。

二、卵巢激素

(一) 雌激素

1. 来源及月经周期中的分泌

雌激素主要来自卵巢中的囊状卵泡及黄体；在妊娠期间，胎盘产生大量雌激素；肾上腺皮质也分泌极微量雌激素。

在月经周期中，雌激素自周期第4~5天就开始逐渐增加，排卵之前达最高峰，排卵后稍下降，待1~2天后再继续增加，到月经前期，因黄体萎缩，故雌激素量又开始减少。

2.生理作用

雌激素的主要作用是促进生殖器官及第二性征的发育。

子宫：能使子宫肌增殖肥厚，内膜增生，内膜下层的间质和其中螺旋状小动脉增生；促进子宫收缩；使子宫颈内膜分泌液增加且稀薄，有利精子通过；使子宫对脑垂体后叶激素敏感性增加。

阴道：使阴道上皮细胞增生和角化，阴道上皮细胞内淀粉的存储，因而调节阴道分泌物的酸硷度。

输卵管：促进输卵管的蠕动，使输卵管粘膜有周期性变化及刺激粘膜的分泌活动。

脑垂体：对脑垂体前叶的影响，决定于剂量。大剂量雌激素，可抑制脑垂体前叶促卵泡成熟激素的分泌，因而间接阻滞卵泡的生长发育，而小量的雌激素，则相反，兴奋脑垂体前叶，使分泌促卵泡成熟激素增加。

乳房：使乳腺管增生，乳晕、乳头着色；抑制乳汁分泌。

其他：促进第二性征发育。对新陈代谢的影响主要表现于骨质及电解质代谢，对长骨的成骨中心出现较早，发展较快，以致骨垢与骨干得以按一定的时序融合。此外，还能促进电解质特别是钠的潴留。

(二) 黄体素

1.来源与月经周期中的分泌

黄体素主要由卵巢黄体的颗粒细胞及卵泡膜细胞所分泌；

胎盘也能分泌大量的黄体素。

黄体形成后，黄体素逐渐增加，在月经周期第21~23天达最高峰，行经期之前，因黄体萎缩，黄体素之量锐减。

2.生理作用

子宫：只有在雌激素使子宫内膜增生之后，黄体素才能作用于子宫内膜，使其变为分泌期变化；抑制子宫收缩；使子宫颈粘膜分泌液减少，粘性增加；减低子宫对脑垂体后叶激素的敏感性。

输卵管：抑制输卵管节律性收缩。

脑垂体：抑制脑垂体前叶促黄体生成激素的分泌，因而阻滞卵泡的成熟和排卵，故长期应用黄体素，卵巢表面萎缩，月经周期停顿。

乳房：对已受雌激素影响后的乳腺，黄体素能促进乳腺泡的发育。

其他：黄体素协同雌激素产生钠和水的潴留，故经前期有时发现体重增加和水肿。

第三节 月经周期中的子宫内膜变化

子宫内膜在卵巢分泌的雌激素与黄体素的影响下，产生了周期性变化。

再生期 在行经尚未结束时，相当于月经周期第2~5天。在月经开始1~2天后，子宫内膜从脱落部分的基底层内剩余腺体的上皮细胞开始再生，逐渐覆盖其表面，血管也由基底层向上生长，在月经完毕时，再生作用大部分完成，此时内膜甚薄，约1~2毫米厚，腺体短小，腺细胞是低柱状，核

圆，位于细胞底，间质细胞核小，染色深，排列密。

增生期 约在周期第4~14天，在雌激素的作用下，子宫内膜随之增生，逐渐增厚，最后达3~4毫米厚，腺体增长，其形状自细而直变为宽而弯曲，腺腔扩大，腺上皮细胞渐成为高柱状，核变成椭圆形或长形，位于细胞中间，基底层的间质细胞变化较少，机能层间质细胞之核圆形，有小泡或分裂状。

分泌期 约在周期第15~25天，增生期子宫内膜受黄体素作用，使其继续生长，此时子宫内膜腺体增长、肥大、弯曲呈锯齿状。腺上皮细胞变高，细胞浆增多，腺体腔有分泌物充盈，间质细胞增大，间质水肿、充血而变得疏松，内膜中小血管丛生，小血管的增长速度超出内膜的增厚速度，故血管呈螺旋形，小血管在内膜表面之下即分为毛细血管，此时内膜中血管充血，质柔软，含有大量淀粉，内膜呈绒毛样不平，非常适宜受精卵的着床，此时内膜可增厚达5~6毫米，并清楚分为三层：

(1) 基底层：由排列整齐的立方上皮细胞所组成，月经来潮时大部分的内膜细胞脱落，而遗留此层为内膜再生起点。

(2) 海绵层：内含腺体中部，腺体大而弯曲，纵切面呈锯齿状，腺细胞有分泌活动，其分泌物含动物淀粉，腺体之间甚少间隙，故间质细胞较少。

(3) 致密层：内含腺体上部，腺体较直，间质水肿，细胞肥大，细胞排列紧凑，细胞核染色浅。

海绵层和致密层都有周期性变化，故合称为机能层。

退化期 此期包括月经前期及月经期，约在月经周期第26

天开始，黄体开始萎缩，子宫内膜开始退行性变而变薄，间质中有大量白血球浸润。内膜腺体和螺旋形血管挤压，血流阻滞，内膜缺血坏死，产生月经毒素，使小血管痉挛，毛细血管及局部组织因缺氧而受损。当血管收缩一定时间后又再度扩张，坏死的血管即被破坏，产生局部出血，将内膜剥离，形成月经。

月经周期第1~4天，内膜血管破裂，内膜呈片状或分散剥脱。出血主要由动脉出血，也有静脉出血者，血液与剥脱的内膜混在一起排出体外。机能层全面剥脱，同时内膜创面自基层开始修复。

第四节 女性各生理阶段特点

女性一生各生理阶段，都具有它的生理特点，尤其是性机能的生理特点，如女性生殖器官必须在出生后十多年才开始发育成熟，约有三十多年的旺盛时期，以后性机能才逐渐衰退。现将女子性机能的发展和改变，在各阶段的生理特点分述如下：

新生儿期

由于胎儿离母体前，接受胎盘所产生的性激素（主要是雌激素）的影响，所以部分女婴生殖器官及乳房都有一定的发育，如子宫体略增大，子宫颈分泌物稍多，卵巢内可见部分发育的卵泡，乳房也稍胀大，甚至能分泌少量乳汁。当胎儿与母体分离后，由胎盘来的性激素很快消失，所以一部分女婴在出生后几天，可发生子宫出血，称为新生儿假月经，这是生理现象。新生女婴的阴道壁薄而嫩，对外来感染的抵抗力差，做母

亲的要经常注意女婴的外阴部卫生。

儿童期

儿童时期的特点，是身体发育比生殖器官发育快。这时期的女孩阴道细而长，上皮薄，上皮细胞内缺乏糖元，因此酸度低，抵抗力弱。子宫颈较子宫体长，约占子宫全长三分之二。输卵管细长而弯曲。卵巢狭长，卵泡不发育，到十岁左右，卵巢中有少数卵泡发育，但不到成熟程度。同时在体态上出现女性特征，如皮下脂肪在胸、肩、臀部等处渐渐增多积聚，丰满隆起，乳房也开始隆起。骨盆渐渐变宽大，内生殖器官逐渐由腹腔向盆腔内下降。由于生殖器官未发育成熟，故不会来月经，如在儿童时期发生子宫出血，就应该找妇科医生检查原因，警惕卵巢生长肿瘤，如卵巢颗粒膜细胞瘤，往往出现过早行经和生殖器官、乳房发育等早熟现象。

青春期

青春期特点是身体和生殖器官发育均很快，第二性征发达，下丘脑——脑垂体——卵巢——子宫内膜之间功能调节已开始建立，故出现月经。

月经初潮：女子发育至14岁左右即可出现月经初潮。由于青春期卵巢功能不稳定，所以月经周期也不规则，往往相隔数月、一年或更长时间再来月经。初潮一年内的月经多数是无排卵性的，经过一段时间，月经周期才会正常，故月经初潮不能说明生殖器官已完全发育成熟。

生殖器官发育：生殖器官发育又称为第一性征发育。随着卵巢发育及其产生性激素的增加，生殖器官各部均有明显变化，如阴阜隆起，阴毛出现，大阴唇变肥厚，小阴唇变大且有

色素沉着。阴道的长度及宽度增加,阴道粘膜增厚,出现皱襞。子宫增大,尤其是子宫体明显增大,占全子宫全长三分之二,输卵管变粗,弯曲减少。卵巢增大并出现发育不同程度的卵泡,使表面凹凸不平。

第二性征发育:第二性征指生殖器官以外的女性特有征象,如乳房更形丰满,乳头增大,乳晕颜色加深,腋窝内出现稀疏腋毛,骨盆进一步宽大,胸、肩、臀部皮下脂肪更加丰满,出现女性特有体表形态。

成熟期

女子从18岁开始进入性成熟时期,也是卵巢生殖机能最旺盛时期,持续约有30年左右。由于身体各器官包括生殖器官都趋向成熟,所以女性特征特别发达,月经周期出现,卵巢按月排卵,并且具有生殖能力,孕后身体各个器官特别是生殖器官又发生了另一重大变化,因此,此期最易发生月经失调及各种疾病而引起的妇科病。

由于女子刚进入性成熟时期,生殖器官发育还很幼嫩,全身发育尚未完全,一般要到23~25岁才能发育健全,因此不能过早结婚。

更年期

更年期系指自然停止月经前后的数年时间,是女性由成熟期进入老年期的一个过渡时期,一般在45~50岁之间。此时期主要表现卵巢功能紊乱与衰退,月经也开始变化,初期多为月经周期延长,月经量减少或增多,随着时间进展,可出现更明显的卵巢功能紊乱,出现月经过频、过多或不规则等,也有部分妇女表现月经突然停止。