

家庭医生丛书



月经病

编著 / 王丽霞 唐丽云



 人民卫生出版社

家庭

医生丛书

月经病

编 著 王丽霞

唐丽云

绘 图 董建伟

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

月经病/王丽霞等编著. —北京:
人民卫生出版社, 2004.1
(家庭医生丛书)

ISBN 7-117-05913-3

I. 月… II. 王… III. 月经病-防治
IV. R711.51

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 002043 号

家庭医生丛书
月 经 病

编 著: 王丽霞 唐丽云

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 67616688)

地 址: (100078) 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

网 址: [http://www. pmph. com](http://www.pmph.com)

E - mail: [pmph @ pmph. com](mailto:pmph@pmph.com)

印 刷: 尚艺印装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 3.5

字 数: 61 千字

版 次: 2004 年 3 月第 1 版 2004 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 7-117-05913-3/R·5914

定 价: 7.60 元

著作权所有, 请勿擅自用本书制作各类出版物, 违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

家庭医生丛书

主 编 马文元 汤建禾
副主编 冯仲珉 高晓虹 程 然 高 溪
编 委 (以姓氏笔画为序)
马文元 马 莉 马 强 于 璟
王丽霞 王镇山 冯仲珉 汤建禾
杨 丽 李晓枫 李淑媛 宋冬平
杨如虹 张翠丽 宗海鹰 赵 智
赵永福 赵海东 高晓虹 高政南
高 溪 唐丽云 曹慧玲 程 然



医生丛书

月经病

前

言

如今，人们的生活水平不断提高，防治疾病的手段日益进步，对生活质量的要求已经成为人们普遍关注的话题。作者欲以本书为契机，探讨与月经病有关的内容，旨在使月经病病人能够充分认识月经异常的一些特征，积极预防，有效治疗，把发病率及其危害降低到最低限度。

月经病是妇产科常见病之一，随着生活节奏的加快、工作压力的增加、社会人口的老龄化，近年来发病率有明显的上升趋势。月经病可以发生在妇女一生的任何阶段，严重干扰妇女的身心健康，影响正常的生活和工作。

积极防治月经病对人类的危害，实现“人人享有健康”，是妇产科医生的共同目标。但有关月经病的知识并非人人皆知，要想预防和战胜它，就必须了解月经病的发生原因、发病症状、预防措施和治疗方法等，掌握一些与月经病有关的知识。

本书以通俗的文字、形象的插图、图文并茂的形式，详尽、具体地介绍了月经病的基本知识及相关因素，并介绍了其预防和日常生活当中应尽可能注意的事项，对于人们在生活中有效预防月经病的发生有一定的指导作用。

由于作者经验不足及相关知识不够，本书可能存在一些疏漏，敬请读者批评指正。

编者
2003年10月



医生丛书

月经病



1. 什么是月经	1
2. 成熟女性为何会有月经	1
3. 卵巢对女性有什么作用	2
4. 女性体内的雌激素有哪些作用	3
5. 女性体内的孕激素有哪些作用	3
6. 什么是下丘脑-垂体-卵巢轴	4
7. 怎样才称得上为正常月经	5
8. 月经期女性身体会发生哪些变化	6
9. 月经期的保健	7
10. 学会自我进行月经监测	9
11. 什么是月经病	10
12. 月经病包括哪些疾病	10
13. 月经病对身体有何危害	11
14. 什么原因会引起月经过多	12
15. 什么原因会引起月经过少	12
16. 阴道出血就是月经吗	13
17. 如何根据阴道出血来自我诊断	14
18. 刚出生的女孩为何会有阴道流血	16
19. 节食、减肥为何会影响月经	16
20. 为什么有人服用避孕药会发生闭经	17
21. 为何有人在服用避孕药期间会出现阴道流血	18
22. 什么是功能失调性子宫出血	19
23. 功能失调性子宫出血有哪几种	20
24. 什么是无排卵型功能失调性子宫出血	20

25. 什么是排卵型功能失调性子宫出血 21
26. 哪些原因可诱发功能失调性子宫出血 22
27. 无排卵时为何会发生功能失调性子宫出血 22
28. 为何有排卵也会发生功能失调性子宫出血 23
29. 患了无排卵型功能失调性子宫出血会有哪些表现 24
30. 患了排卵型功能失调性子宫出血会有哪些表现 24
31. 为何功能失调性子宫出血必须治疗 25
32. 患了功能失调性子宫出血应该怎么办 26
33. 功能失调性子宫出血的治疗方案是如何确定的 27
34. 患了功能失调性子宫出血如何进行止血治疗 28
35. 如何使用雌激素止血 29
36. 使用雌激素止血时需要注意些什么 30
37. 如何使用孕激素来止血 31
38. 如何使用雄激素来止血 32
39. 为何使用激素止血要缓慢减药 33
40. 功能失调性子宫出血需要手术治疗吗 33
41. 功能失调性子宫出血为何要人为地控制月经周期 34
42. 功能失调性子宫出血如何进行雌、孕激素序贯治疗 34
43. 如何进行雌、孕激素合并治疗 35
44. 如何进行后半期治疗 36
45. 哪些方法可用来检测有无排卵 36
46. 自己如何进行基础体温测定 38
47. 如何通过基础体温测定自我诊断月经失调 39

48. 功能失调性子宫出血的中药治疗	40
49. 针灸也能治疗功能失调性子宫出血吗	41
50. 功能失调性子宫出血的食疗方法	42
51. 少女出现月经紊乱应及时就医	44
52. 更年期妇女为何容易发生月经失调	45
53. 更年期功能失调性子宫出血如何治疗	46
54. 更年期功能失调性子宫出血不可大意	47
55. 更年期月经异常都是功能失调性子宫出血吗	48
56. 女孩子什么时候该来月经	49
57. 什么是闭经	50
58. 病理性闭经的原因有哪些	50
59. 为何有的青春期的少女迟迟未来月经	51
60. 继发性闭经的原因有哪些	53
61. 哪些原因可引起下丘脑性闭经	53
62. 哪些原因可引起垂体性闭经	55
63. 哪些原因可引起卵巢性闭经	56
64. 哪些原因可引起子宫性闭经	56
65. 人工流产为什么会导导致闭经	57
66. 肥胖妇女容易发生月经紊乱或闭经	58
67. 肥胖妇女发生闭经应及时就医	58
68. 停止使用避孕药为何仍无月经来潮	60
69. 心理因素也会导致女性闭经	60
70. 青春期切忌因减肥而影响月经	62
71. 少女为何会发生闭经	63
72. 闭经与早孕如何鉴别	64
73. 什么是闭经的试验性治疗	65
74. 如何预防闭经的发生	66
75. 患了闭经怎么办	67

76. 治疗闭经的简便药方有哪些 68
77. 什么是痛经 69
78. 痛经的分类 70
79. 为什么会发生痛经 70
80. 造成原发性痛经的病因是什么 71
81. 痛经有哪些表现 72
82. 痛经要紧吗 73
83. 顽固性痛经应警惕子宫内膜异位症 74
84. 患了痛经怎么办 75
85. 痛经患者如何自我保健 76
86. 治疗痛经可选用哪些药物 77
87. 痛经的中医中药治疗 78
88. 痛经患者如何进行饮食调养 78
89. 育龄未孕妇女出现闭经，且有泌乳是怎么回事 81
90. 闭经泌乳综合征与内分泌失调有关吗 82
91. 闭经泌乳综合征仅仅是内分泌紊乱性疾病吗 82
92. 闭经泌乳综合征与甲状腺功能异常 83
93. 药物也能引起闭经泌乳综合征吗 83
94. 手术创伤也能引起闭经泌乳综合征吗 83
95. 闭经泌乳综合征有哪些表现 83
96. 在诊断闭经泌乳综合征时应注意什么 84
97. 怎样治疗闭经泌乳综合征 86
98. 如何应用药物治疗闭经泌乳综合征 86
99. 服用溴隐亭时应注意什么 87
100. 肥胖、毛发重伴月经稀发，甚至闭经是怎么回事 88
101. 内分泌功能紊乱为什么能引起多囊卵巢

综合征	88
102. 多囊卵巢为什么会引起多毛和肥胖	89
103. 不孕症与多囊卵巢有关吗	89
104. 多囊卵巢综合征会引起子宫内膜癌吗	89
105. 多囊卵巢综合征患者多毛有什么特点	90
106. 怀疑有多囊卵巢综合征需要做哪些检查	90
107. 多囊卵巢综合征遗传吗	91
108. 有肥胖、多毛、月经失调都是多囊卵巢 综合征吗	92
109. 多囊卵巢，卵巢有什么变化	93
110. 如何治疗多囊卵巢综合征	93
111. 多囊卵巢综合征需要手术治疗吗	95
112. 经前期紧张综合征是怎么回事	95
113. 经前期紧张综合征与内分泌失调有关吗	96
114. 精神心理因素与经前期紧张综合征	97
115. 维生素缺乏能引起经前期紧张综合征吗	97
116. 经前期紧张综合征有哪些症状	97
117. 如何防治经前期紧张综合征	98
118. 应用雄激素能改善经前期紧张综合征 症状吗	100

1. 什么是月经

有规律的子宫出血称为月经。正常成熟女性卵巢分泌的雌激素、孕激素有周期性变化，子宫内膜接受其作用从而发生周期性脱落及出血。初潮是女性生殖功能成熟的标志之一。

2. 成熟女性为何会有月经

月经的发生最直接的原因是子宫内膜接受周期性变化的卵巢激素的影响，从而发生周期性脱落及出血。但是正常月经的建立和维持远非如此简单，它还有赖于妇女体内神经内分泌系统（下丘脑-垂体-卵巢轴）的正常调节以及子宫内膜对性激素的正常周期性反应，其中任何环节发生障碍都会引起月经异常，如功能失调性子宫出血、闭经等。

在下丘脑分泌促性腺激素释放激素的作用下，垂体产生促性腺激素，卵巢接受其调节，发生周期性的变化，包括卵子的发育成熟、排卵、黄体的形成及萎缩，其所分泌的雌孕激素随之同样发生周期性的变化。随着卵巢的周期性变化，女性的生殖器官发生一系列的周期性变化，尤以子宫内膜的周期性变化最为显著。正常妇女子宫内膜周期性变化可分为3期：增

生期（卵泡期）、分泌期（黄体期）、月经期。以月经周期28天为例，月经周期5~14日为增生期，15~28日为分泌期，1~4日为月经期。子宫内膜增生期的变化主要是卵巢产生的雌激素作用的结果，分泌期的变化是受孕激素作用所致，当雌孕激素水平下降时，子宫内膜发生脱落出血，即月经来潮。

3. 卵巢对女性有什么作用

每个妇女体内正常情况下有一对卵巢，外观呈椭圆形，约4厘米×3厘米×2厘米大小，它是女性的生殖器官之一，它有两方面的作用：一是可产生卵子，故具有生殖功能。二是它分泌性激素，故又称为女性性腺。它分泌的性激素主要为雌激素、孕激素，另外还分泌少量的雄激素。

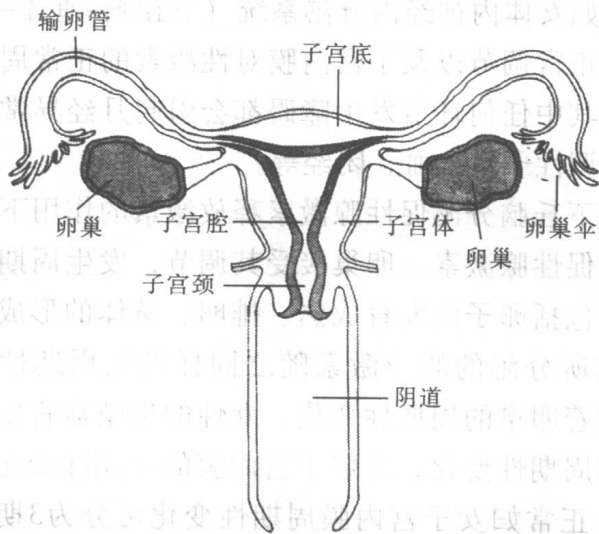


图1 卵巢可产生卵子，分泌性激素

4. 女性体内的雌激素有哪些作用

人体内的雌激素主要有雌二醇、雌三醇。以雌二醇活性最强。主要作用如下：

(1) 与月经发生有关 能够促使子宫发育，肌层增厚，血管增生，内膜呈增生期改变。一定浓度的激素通过丘脑下部来影响垂体促性腺激素的分泌，一方面是抑制垂体促卵泡成熟激素的分泌，另一方面是刺激黄体生成素的分泌。

(2) 为受孕做准备 宫颈分泌透明稀薄粘液，便于精子通过。促进输卵管的发育及蠕动，出现纤毛细胞，有利卵子或受精卵的运行。

(3) 为哺乳做准备 促使乳腺管增生。

(4) 促进女性的发育成熟 促使女性第二性征发育，并加速骨骺端的闭合。

(5) 与代谢有关 促使体内钠和水的潴留，并调节脂肪代谢，降低胆固醇与磷脂的比例。

5. 女性体内的孕激素有哪些作用

人体内产生的孕激素，主要是孕酮，其代谢产物主要为孕二醇。孕激素主要的生理作用是：

(1) 与月经发生有关 使经雌激素作用而增生的子宫内膜出现分泌现象，并通过丘脑下部抑制垂体促性腺激素的分泌。

(2) 为受孕做准备 使子宫内膜增厚，利于受精卵着床。

(3) 也可抑制受孕 使宫颈粘液变得粘稠，精子不易通过，并抑制输卵管的蠕动。

(4) 为哺乳做准备 促使乳腺小泡的发育，但必须在雌激素刺激乳腺管增生之后才起作用。

(5) 与代谢有关 有致热作用，可能是通过中枢神经系统使体温升高约 0.5°C 。促使体内钠和水的排出。

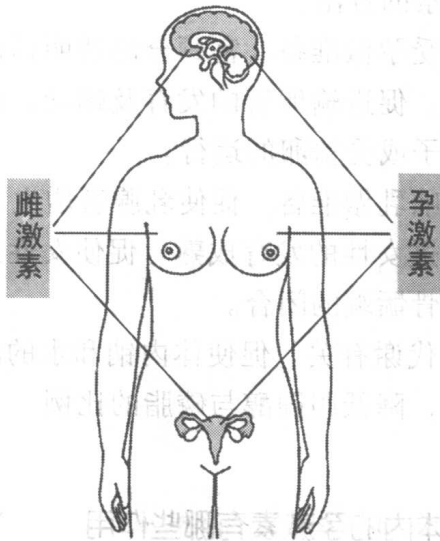


图2 雌、孕激素对子宫、输卵管、阴道、
乳腺发挥不同生理作用

6. 什么是下丘脑-垂体-卵巢轴

下丘脑-垂体-卵巢轴是一个完整而协调的神经内

分泌系统，它的每一个环节均有其独特的神经内分泌功能，并且相互调节、相互影响。它的主要生理功能是控制女性的发育、正常月经和性功能，因此又称性腺轴。此外，它还参与机体内环境和物质代谢的调节。下丘脑-垂体-卵巢轴的神经内分泌功能活动还受到大脑高级中枢的调控。

7. 怎样才称得上为正常月经

正常月经应在月经周期、月经持续时间长短（行经期）、月经量多少、月经血的特征、经期症状几方面均表现正常。

月经周期：出血的第一天为月经周期的开始，两次月经第1日的间隔时间为一个月经周期，它的长短因人而异，每个妇女的月经周期有自己的规律性，只要不影响正常的生理功能均可视为正常。妇女的正常月经周期一般为25~35天，月经周期恰好为28~30天的妇女仅占少数。

行经期：月经持续时间称为行经期。正常妇女行经期差异很大，但对每个妇女自身来说，行经期长短基本一致。正常月经持续时间为2~7日，多为3~6日。

月经量：多少很难估计，一般于月经第2~3日的出血量最多，平均出血量为50毫升，每次经期用卫生纸1~2包。超过80毫升则为异常。

颜色及形状：月经血呈暗红色，主要特点为不凝固，正常情况下可有小血凝块。

月经期症状：一般月经期无特殊症状。但由于经期盆腔淤血及子宫血流量增多，有些妇女可有下腹及腰骶部下坠感。个别可有膀胱刺激症状如尿频，轻度神经系统不稳定症状，如头痛、失眠、精神忧郁、易于激动，胃肠功能紊乱，如食欲不振、恶心、呕吐、便秘或腹泻，以及鼻粘膜出血、皮肤痤疮等，但一般并不严重，不影响妇女的工作和学习。



图3 正常月经周期为25~35天

8. 月经期女性身体会发生哪些变化

在月经期中，有些女性可以毫无症状，而部分女性则会有以下一些症状，如感到局部或全身的不舒服、精神不振、容易疲倦、乳房发胀、消化不良、便秘、腰酸或小腹胀等，有时情绪也容易激动。与此同