



马爱华 编著  
李庆华

# 妇科小顾问

## 前 言

为提高人们认识疾病的能力，特别是妇女、婴儿的防病治疾，特编写了《妇科小顾问》一书，以便更好地为广大妇女及偏僻地区提供正确的医疗咨询。

本书是笔者据数十年的临床实践及教学经验，按经、带、胎、产、杂病、优生优育、计划生育等七个方面编写而成。采用问答形式，较明确地回答了上述七个方面的常见实际问题，共阐述191问。主要论述有关生理与病理现象的辨别、疾病的由来、症状、预防和早期治疗的一般方法，重点突出疾病的自我判断及处理方法。以供广大医务工作者，特别是妇女同志阅读参考。

本书编写过程中曾得到方银珠同志及浙江中医学院医疗系妇科专业班吕苏仙、董伟芬、徐建武等同学的协助，在此表示衷心感谢！

由于编者水平有限，加之时间仓促，书中如有缺点错误，恳请读者批评指正。

编者

1992年12月11日

# 目 录

## 一、月经

1. 月经是怎么回事? ..... ( 1 )
2. 月经是怎样产生的? ..... ( 1 )
3. 月经期应注意些什么? ..... ( 2 )
4. 怎样使用和处理好月经带? ..... ( 2 )
5. 怎样知道月经正常或不正常? ..... ( 3 )
6. 为什么妇女太胖或太瘦都会发生月经失调? ..... ( 3 )
7. 调经的原则及方法是什么? ..... ( 4 )
8. 什么样的月经称为过多、过少、过频(先期)、  
过稀(后期)? ..... ( 4 )
9. 青春期月经过多的原因有哪些? 怎么办? ..... ( 5 )
10. 上节育环后月经过多怎么办? ..... ( 6 )
11. 月经来时肚子痛的原因是什么? 怎样防治? ..... ( 7 )
12. 室女痛经如何用中药治疗? ..... ( 8 )
13. 月经延迟(月经后期)与闭经有什么不同? ..... ( 8 )
14. 引起月经延迟的原因有哪些? ..... ( 8 )
15. 哪些情况下可以引起闭经? ..... ( 9 )
16. 全身性疾病为什么会引起闭经? ..... ( 9 )
17. 哪些病可以引起下丘脑——垂体性闭经? ..... ( 11 )
18. 气虚月经过多怎么办? ..... ( 12 )
19. 劳伤月经过多怎么办? ..... ( 12 )
20. 血热月经过多怎么办? ..... ( 13 )
21. 什么叫月经过少? 常见的原因有哪些? ..... ( 13 )
22. 血虚月经过少怎么办? ..... ( 14 )

23. 血寒月经过少怎么办? ..... ( 14 )
24. 形体肥胖月经过少怎么办? ..... ( 14 )
25. 血淤月经过少怎么办? ..... ( 14 )
26. 肾虚月经过少怎么办? ..... ( 15 )
27. 什么叫月经前后诸证? 常见的有哪些? 如何  
治疗? ..... ( 15 )
28. 什么叫经前便血? 怎么办? ..... ( 15 )
29. 什么叫经前期紧张综合症? 如何治疗? ..... ( 16 )
30. 什么叫经行脐下痛? 怎么办? ..... ( 16 )
31. 什么叫经前泄水? 怎么办? ..... ( 17 )
32. 什么叫经前腹痛? 怎么办? ..... ( 17 )
33. 经前腹痛吐血怎么办? ..... ( 17 )
34. 崩漏是怎么回事? ..... ( 17 )
35. 绝经前后诸证有哪些表现? 是否需要治疗? ..... ( 18 )
36. 什么叫经期延长? 其与崩漏的区别是什么? ..... ( 19 )

## 二、带下与阴痒

1. 十女九带之称对吗? 有白带是不是病? ..... ( 19 )
2. 霉菌性阴道炎是怎么回事? ..... ( 20 )
3. 霉菌性阴道炎是怎么得的? ..... ( 20 )
4. 得了霉菌性阴道炎后, 自己应注意些什么? ..... ( 21 )
5. 如何治疗霉菌性阴道炎? ..... ( 21 )
6. 滴虫性阴道炎是怎么回事? ..... ( 22 )
7. 如何治疗滴虫性阴道炎? ..... ( 22 )
8. 宫颈糜烂是怎么回事? ..... ( 22 )
9. 宫颈炎是怎么回事? 怎么办? ..... ( 22 )
10. 怎么会得宫颈炎? ..... ( 23 )
11. 冷冻疗法有什么优越性? 有些什么反应? ..... ( 23 )
12. 白带中带血是怎么回事? 怎么办? ..... ( 24 )

13. 何为白淫? ..... ( 24 )
14. 完带汤的药物组成有哪些? 有何临床作用? ..... ( 25 )
15. 妇女赤白带下可以用哪些食物治疗? ..... ( 25 )

### 三、妊娠

1. 什么叫妊娠脉? ..... ( 26 )
2. 什么叫验胎? ..... ( 26 )
3. 女子25岁以上结婚, 怀孕后会不会难产? ..... ( 26 )
4. 十月胎形是怎么回事? ..... ( 27 )
5. 什么叫产前十忌? ..... ( 27 )
6. 怎样知道怀孕了? ..... ( 27 )
7. 怀孕后怎么办? ..... ( 28 )
8. 怀孕以后还来月经正常吗? ..... ( 29 )
9. 怀孕后能否参加运动及体力劳动? ..... ( 29 )
10. 什么是养胎, 如何养胎? ..... ( 29 )
11. 什么叫胎教? ..... ( 31 )
12. 逐月养胎法是怎么回事? ..... ( 31 )
13. 怎样推算预产期? ..... ( 32 )
14. 孕妇怎样做乳房护理? ..... ( 32 )
15. 什么叫流产和早产? ..... ( 33 )
16. 引起流产的原因有哪些? ..... ( 33 )
17. 哪些情况下可服药物保胎? ..... ( 34 )
18. 什么叫过期流产? 怎么办? ..... ( 34 )
19. 怎样才能知道怀孕的胎儿死了? 怎么办? ..... ( 34 )
20. 怀孕以后小便疼痛是怎么回事? ..... ( 35 )
21. 怀孕了咳嗽怎么办? ..... ( 35 )
22. 如何预防孕期便秘? ..... ( 36 )
23. 妊娠期间禁忌药物有哪些? ..... ( 36 )
24. 妊娠期间能否进行X光检查? ..... ( 37 )

25. B型超声波检查对胎儿有没有损害? ..... ( 37 )
26. 孕妇饮酒好不好? ..... ( 38 )
27. 什么叫羊水过多症? ..... ( 38 )
28. 什么叫先兆子痫? 如何预防? ..... ( 38 )
29. 怀孕后脚肿怎么办? ..... ( 39 )
30. 孕妇能不能吃辣椒? ..... ( 39 )
31. 什么叫高危妊娠? 引起的原因有哪些? ..... ( 39 )
32. 肝炎病人怀孕了怎么办? ..... ( 40 )
33. 什么叫孪生? 为什么会发生双胞胎? ..... ( 40 )
34. 什么叫胎位? 胎位不正怎么办? ..... ( 41 )
35. 过期妊娠好吗? 怎么办? ..... ( 42 )
36. 葡萄胎是怎么回事? ..... ( 42 )
37. 宫外孕是怎么回事? ..... ( 43 )
38. 宫外孕的原因是什么? ..... ( 44 )
39. 为什么要用晨尿做妊娠试验? ..... ( 45 )
40. 怎样留晨尿? ..... ( 45 )
41. 怀孕以后为什么要测体重? ..... ( 45 )
42. 怎样使分娩顺利进行? ..... ( 46 )

#### 四、产后

1. 如何理解产后病的含义? 临床上常见有哪些病种? ..... ( 47 )
2. 产后三审的临床意义何在? ..... ( 47 )
3. 产后能否服用清凉或泻下药? ..... ( 47 )
4. 产后三冲的含义是什么? 如何预防? ..... ( 48 )
5. 什么情况下不能哺母乳? ..... ( 48 )
6. 产后什么时候可以恢复性生活? ..... ( 48 )
7. 蝴蝶斑产生的原因是什么? 如何办? ..... ( 49 )
8. 产后吃红糖好吗? ..... ( 49 )

9. 产后三脱是怎么回事? ..... ( 49 )
10. 如何理解产后三禁? ..... ( 50 )
11. 何为产后禁药? ..... ( 50 )
12. 产妇为什么要避风寒? ..... ( 50 )
13. 儿枕痛是怎么回事? 产后腹痛能服止痛片吗?  
    如何办? ..... ( 51 )
14. 恶露是怎么回事? 多长时间干净为正常? ..... ( 51 )
15. 什么叫恶露不绝? 怎么办? 能否预防? ..... ( 51 )
16. 何谓产后恶露不下? 怎么办? ..... ( 52 )
17. 产后感冒能服 APC 吗? ..... ( 52 )
18. 产后小便不通怎么办? ..... ( 52 )
19. 产后大便难怎么办? ..... ( 53 )
20. 产后奶水少常见的原因有哪些? 能否预防? ..... ( 53 )
21. 产后乳汁过多怎么办? ..... ( 54 )
22. 怎样回乳能使乳房胀痛减轻? ..... ( 54 )
23. 产后什么时候可以下床活动? 能做家务事吗? ..... ( 54 )
24. 产褥感染是怎么回事? 如何预防? ..... ( 55 )
25. 乳母服药对婴儿有影响吗? ..... ( 55 )
26. 为什么初产妇易得乳腺炎? 怎么办? ..... ( 56 )
27. 哺乳期的饮食要注意些什么? ..... ( 57 )
28. 产妇月经何时能够来潮? ..... ( 57 )
29. 乳房小奶水就少吗? ..... ( 57 )
30. 产后乳汁少的原因有哪些? ..... ( 57 )
31. 早产妇乳汁能喂养婴儿吗? ..... ( 58 )

## 五、杂病

1. 结婚多年没有怀孕是怎么回事? 怎么办? ..... ( 58 )
2. 子宫后位也会不怀孕吗? 怎么办? ..... ( 60 )
3. 基础体温是怎么回事? ..... ( 60 )

4. 怎样正常地测量基础体温? ..... ( 51 )
5. 测量基础体温有何临床意义? ..... ( 62 )
6. 什么叫盆腔炎? 如何预防? ..... ( 62 )
7. 为什么妇女容易得尿路感染? ..... ( 63 )
8. 尿路感染的主要症状有哪些? 怎么办? ..... ( 63 )
9. 乳房时感疼痛或触到包块是怎么回事? ..... ( 64 )
10. 如何早期发现乳腺癌? ..... ( 64 )
11. 如何早期发现子宫颈癌? ..... ( 65 )
12. 子宫脱垂怎么办? ..... ( 65 )
13. 老年性阴道炎是怎么回事? ..... ( 66 )
14. 为什么会发生老年性阴道炎? 怎么办? ..... ( 67 )
15. 外阴白斑是癌吗? ..... ( 67 )
16. 外阴白斑与白癜风有何不同? ..... ( 68 )
17. 外阴白斑的发病原因是什么? ..... ( 68 )
18. 子宫肌瘤是怎么回事? ..... ( 68 )

## 六、优生优育

1. 生男生女的奥秘究竟是什么? ..... ( 69 )
2. 有办法按自己的心愿生男或生女吗? ..... ( 71 )
3. 用什么方法预测胎儿的性别? ..... ( 74 )
4. 如何处理脐带? ..... ( 76 )
5. 引起脐带发炎的原因有哪些? 如何预防? ..... ( 77 )
6. 新生儿青记、红记是怎么回事? 是不是病? ..... ( 77 )
7. 新生儿头上胎垢能不能洗掉? 怎么办? ..... ( 78 )
8. 新生儿有月经、白带是怎么回事? 是不是病? ..... ( 78 )
9. 新生儿的乳头需要挤吗? ..... ( 79 )
10. 为什么要提倡母乳喂养? ..... ( 79 )
11. 母乳少不够吃怎么办? ..... ( 80 )
12. 哺喂母乳时应注意些什么? ..... ( 81 )



13. 怎样知道婴儿哺母乳没有吃饱? ..... ( 82 )
14. 婴儿经常呕奶是怎么回事? ..... ( 82 )
15. 怎样判断新生儿啼哭正常不正常? ..... ( 82 )
16. 新生儿发黄是不是病? ..... ( 83 )
17. 新生儿大便颜色不同是怎么回事? ..... ( 83 )
18. 什么时间断奶为好? ..... ( 84 )
19. 怎样给孩子断奶为好? ..... ( 84 )
20. 断奶后的小儿如何调制饮食? ..... ( 84 )
21. 新生儿为什么会发生红臀? 如何预防? ..... ( 84 )
22. 新生女婴为什么会得外阴炎? 怎样预防? ..... ( 85 )

## 七、计划生育

1. 用什么方法避孕为好? ..... ( 85 )
2. 怎样使用避孕套? ..... ( 35 )
3. 怎样使用阴道隔膜? ..... ( 86 )
4. 没有月经就不会怀孕吗? ..... ( 87 )
5. 什么时间放节育环较合适? 为什么? ..... ( 87 )
6. 哪些人不宜放节育环? ..... ( 88 )
7. 放置节育环时间长了会不会取不出? 会不会长入宫壁? ..... ( 88 )
8. 放节育环后应注意些什么? ..... ( 89 )
9. 放置节育环的时间多久为宜? ..... ( 89 )
10. 什么时间取节育环为好? ..... ( 89 )
11. 短效避孕药怎样服用? ..... ( 90 )
12. 服避孕药发生闭经怎么办? ..... ( 90 )
13. 避孕药漏服了怎么办? ..... ( 90 )
14. 避孕药以连服多长时间为好? ..... ( 91 )
15. 怎样使用避孕药膜? ..... ( 91 )
16. 常用探亲避孕药有哪些? ..... ( 91 )

17. 怎样使用探亲避孕药？ ..... ( 92 )
18. 利用安全期避孕为什么会怀孕呢？ ..... ( 92 )
19. 人工流产后阴道出血多长时间为正常？ ..... ( 93 )
20. 人流术后应注意些什么？ ..... ( 93 )
21. 服了避孕药物怀孕的胎儿能不能要？ ..... ( 93 )
22. 避孕失败怀孕了怎么办？ ..... ( 93 )
23. 什么叫中药流产？ 如何应用？ ..... ( 93 )
24. 什么是中药避孕？ 如何选用？ ..... ( 94 )
25. 什么叫中期引产？ ..... ( 95 )
26. 患有慢性病的妇女怎么避孕？ ..... ( 95 )
27. 什么情况下应忌服避孕药？ ..... ( 96 )

# 一、月 经

## 1、月经是怎么回事？

月经又名月水、月信、月汛等。是子宫内膜周期性剥脱出血经阴道排出的现象，是性功能成熟的一项标记。女子一般在十四岁左右月经即开始第一次来潮（称为初潮），到五十岁左右即自行断绝，中间除妊娠及哺乳期外通常一月来一次月经，因每月均按期来潮，故俗称月经。

## 2、月经是怎样产生的？

现代医学认为是丘脑、垂体所分泌的激素促使女性的性腺——卵巢，在促卵泡激素和黄体生成素的刺激下，使卵巢中的卵泡成熟，在其成熟的过程中产生较多的雌激素，而雌激素可使子宫内膜逐渐增厚，腺体增多，此时的内膜称为增殖期子宫内膜。雌激素在排卵前1~2天达到高峰，抑制了丘脑和垂体，使促卵泡激素减少，而促黄体生成激素突然升高，引起排卵。卵子排出后，卵泡变成黄体，分泌雌激素和孕激素，使子宫内膜进一步增厚，血管更丰富，腺体更增长并具有分泌功能，此时的内膜称为分泌期子宫内膜，在排卵后9~10天黄体萎缩，雌激素与孕激素突然下降，由于缺乏激素的支持，增厚的子宫内膜血管发生坏死、脱落，随之出现阴道流血，形成了月经。

祖国医学认为月经的产生是（1）气血是月经产生的物质基础与动力；（2）肾是月经产生的根本；（3）脾胃是

月经产生渊源；(4)肝对月经的产生起着重要的调节作用；(5)冲任是月经产生的关键。女子到了十四五岁左右，先天之本肾在后天脾的生化精血营养下，使肾气盛，天癸至。脾主运化，生气血，并能统血，脾功能正常使气血运行脉中，在肝的调节作用下使血下注冲任，血海满溢则下行为月经。月经下泄以后血海空虚，带脉调节无血下泄故月经3~7天自净。由于脏腑的健盛调和，气血充沛，血液又下注血海使之满溢，再次下行为月经，如此周而复始，月月如期，故称月经。

### 3、月经期应注意些什么？

临床上观察有许多妇科疾病都是由于月经期不注意卫生引起的，所以月经期应注意(1)要用可体、干净的月经带或卫生巾，月经带或月经巾不可体，不仅容易弄脏衣服，而且还容易使脏东西、细菌进入阴道，引起阴道或子宫发炎，如果月经带或卫生巾不干净，这种机会就更多了。(2)要保持下身清洁，最好每天用温开水洗外阴一二次，但不要坐浴。(3)劳动要适量，经期不做过重的体力劳动及运动不要过剧烈，如长跑、游泳等。(4)要注意冷热，月经期间不要过食冷饮，不要淋雨涉水，尤其是春、秋、冬季更应注意。(5)经期要保持精神愉快，否则就会引起月经不调。(6)要记住月经来潮的日子，这样一方面可以推算下次月经来潮的日子，事先做好卫生纸、月经带等准备，另一方面可以知道月经是否发生了异常，也可协助医生诊断。

### 4、怎样使用和处理月经带？

使用月经带时，必须垫用消过毒的月经纸（俗称卫生纸），如果一时买不到，也可将一般草纸放在蒸笼上蒸一下再晒干也可以。月经带上垫的纸要经常换，月经带用后先用

凉水洗去血迹，再用开水烫一下，最后在太阳下晒干，放在干净地方准备下次使用。现在社会上有不少人使用卫生巾（纸）这样就更方便卫生了。

### 5、怎样知道月经正常或不正常？

月经是正常或是不正常，可以从月经的时间、颜色、性状来判断。（1）以时间来讲，如果月经提前或错后一至五天来潮，只要感觉没什么不适，也算月经正常。月经来潮三至七天干净是正常月经。也有的开始来月经的一二年内月经来潮的日子不那么准头，一二年以后才能逐渐固定下来。但是如果月经本来很准时，突然错后的天数超过七天以上就应该到医院去检查。（2）以颜色来讲，正常的月经一般都是暗红色，如果是鲜红、紫红或清黄都不是正常颜色。（3）以性状来讲，正常的月经稍带粘性，里边间或可见白色粘块，这是子宫内膜落下来的，如果又粘又稠，或清利如水，或血块大而坚，都是有病现象，应赶快请医生检查治疗。

月经期间每天的出血量不是平均的，一般头一天和最后一天少，中间稍微多些。如果一下子出血很多，或自始至终出血都很少，也是不正常的，应当请医生诊查。

### 6、为什么妇女太胖或太瘦都会发生月经失调？

正常的月经规律是身体内很多种激素互相调节并保持协调一致的结果，其中最重要的一个环节是雌激素的水平呈低落和高潮的交换变化，而当妇女发胖时，皮下脂肪中能转变为雌激素的物质增多，因而雌激素水平增高，体内雌激素的低潮消失，上述功能紊乱，因此月经变为无规律，或闭止不来，所以发胖可能影响月经。从祖国医学观点，发胖后身体痰湿过盛阻滞胞脉，使月经过少，后期或停闭可能。那么太

瘦会不会影响呢？一般说体重比标准体重低10%以上，或在短期内体重急剧下降时，体内激素的调节紊乱，则可致月经规律失常。从祖国医学观点，身体过瘦虚弱导致冲任空虚，血海不能按期满溢则可能出现月经量过少、稀发（后期）或闭经。

#### 7、调经的原则及方法是什么？

调经的原则是（1）先治病，病愈经自调；（2）先调经，经调病自愈；（3）调经与治病并举，为了使调经效果迅速，调经与治病并举之法是临床上常用之法。

调经的一般方法是（1）平常用药（又称平时治疗），即辨证施治之法，是求因治本。如热者清之，寒者温之，虚者补之……；（2）经期用药，多采用因势利导（即养血活血之法）；（3）经前用药，多采取疏肝之法；（4）经后用药，多采取养肝疏肝逐淤之法。

#### 8、什么样的月经称为过多、过少、过频（先期）、过稀（后期）？

月经是指子宫内膜周期性的剥脱出血，正常的周期一般为28天，据统计分析认为25~28天都属正常范围，这根据每个人的情况而定，只要无特殊不适且不影响受孕者均不属病态；有时也会遇到周期更长，如二个月来一次月经称为并月；每三个月来潮一次，称为季经；每一年来一次月经，称为避年。这些临床上较少见。如月经周期短于21天，但仍保持一定的规律性，流血时间和流血量仍正常者，称为月经过频（即月经先期）。月经过稀是指每年仅来3~4次，即月经超过37天以上来一次，俗称月经后期。正常的月经经期，一般3~7天，平均约在5~7天。而月经期的出血

量以月经的第2~3天为最多，每人经量的多少，有明显的个体差异，一般每次用月经纸2包左右为标准。

如一次月经量超过200毫升，或伴有大量血块者称为月经过多；一次月经量少于50毫升，为月经过少。如有以上情况要到医院去请医生治疗。

### 9、青春期月经过多的原因有哪些？怎么办？

月经过多是指月经周期、经期正常，或基本正常，唯月经量增多且自感头晕、心慌、贫血或乏力等血虚症状。正常的月经是由于子宫内膜受激素的影响，周期性的增殖、分泌、脱落，使子宫内有一创伤面，血窦开放而造成出血。又由于子宫肌的收缩使血窦关闭，身体里激素的再升高，促使子宫内膜再次增生，修补子宫内的创伤面而经血停止。从祖国医学观点引起月经过多的主要机制是冲任不固。

如果，上述正常月经的过程中，某一个或数个环节出现异常，就可以发生月经过多的疾病。常见的原因有青春期，因卵巢功能还不完全正常，这时候的月经有一部分是属无排卵性的，没有排卵也就没有黄体，没有黄体也就缺少孕酮，因此子宫内膜只能处于增殖期而不能达到完美的分泌期，结果可以由于子宫内膜脱落不完全而影响子宫的收缩，使子宫内膜的血窦较长时间的开放，出血自然增多。由于青春发育期的女孩多数对自己生理上的变化缺乏正确的认识，又不好意思问，甚至对自己的母亲也要保密；有的父母对自己的孩子不够关心，往往到出现急性贫血时才被发现。因此对青春发育期的女孩一定要给她们讲解有关月经卫生的知识，做父母的也应多关心您的孩子，能及早发现和早期治疗。

也有人说月经的血是脏血，留着不好，不能吃药，也有

的人说月经的多少与属相有关，例如属猪的月经量就多，属鼠的月经量就少……，这种说法是无科学道理的。事实上子宫的血管也是由身体中主要血管分枝而出的，月经的血和身体中任何一部分的血是一样的，所以千万不可大意。

青春发育期的月经过多，除上述原因之外也可有其他的原由，特别是由于血液凝固系统有病，常使月经过多，例如血小板减少性紫癜，某一凝血因子的缺少，再生障碍性贫血等。还有由于其他内分泌紊乱而造成的，如甲状腺功能低下也可以使月经过多。患有青春期月经过多症者，常表现出脸色苍白，头晕、记忆力减退、乏力、食欲不佳甚至失眠。出血过多时可服用一般的止血药，如安乐血、云南白药等。如果服药后月经量仍过多者，就必须请医生给予检查和治疗。

也有部分女孩由于青春发育时期，大脑皮质与皮质下中枢处于不稳定阶段，对外界的刺激比较敏感，如情绪紧张，体育运动过度或脑力劳动过度、或过食刺激性饮食等也可造成月经过多。对这类女孩除作全面身体检查有否器质性和功能性疾病外，还需教导孩子合理安排体育活动及学习时间。若饮食偏于辛辣者应改变生活习惯。

#### 10、上节育环后月经过多怎么办？

上节育环后因损伤子宫内膜引起月经过多。祖国医学认为是机械刺激损伤了子宫功能，冲任不固所致。出现月经过多应给以止血药，如安乐血、云南白药。同时给以消炎药，如螺旋霉素每次0.2克，日三次。中药可服上环汤（《经验方》），其药物有藕节30克 旱连草15克 益母草15克 地榆炭30克 泽泻10克 黄芩12克

另外，若经用药无好转时，可取出节育环，或节育环位



置经X透视低置者也应把环取出。

### 11、月经来时肚子痛的原因是什么？怎样防治？

凡是在月经前后或经期，发生小腹部疼痛难忍或腰骶部酸痛不适，严重时可伴有恶心呕吐，影响生活与劳动的现象称为痛经。若仅感小腹部微痛不适，或腰骶部稍酸胀感，但不影响生活与劳动者，不属痛经，这可能是由于心理作用，譬如月经初潮时，由于缺乏月经常识和体验，听别人说月经来时肚子痛，就认为每个妇女都这样，因而感觉到自己来月经也有点肚子痛，或许是恐惧心理，一见阴道出血，同时联想到其他外伤出血都有疼痛，所以产生了一种痛的心理，这一种肚子痛，只要解决思想问题就行了，不需要药物治疗。引起痛经的原因很多，有的是生殖器官有病，如子宫内膜异位症、盆腔炎、肿瘤等引起的痛经称为继发性痛经，这类痛经应针对病因治疗；也有的痛经是由于经血排出困难或经血排出不畅所引起痛经，称为器质性痛经，如阴道闭锁、处女膜孔过小、宫颈狭窄、严重的后倾后屈子宫等，这类痛经多需手术治疗；也有的痛经找不到原因，多由于气滞血淤，胞脉受阻，经血排出不畅，不通则痛，此属功能性痛经，中药效果甚佳。由于痛经好发在初潮后2~3年，因此在初潮后就应注意经期卫生，如经前后及经期注意保暖，不要感受寒凉，不食冷饮等；适当进行体育锻炼，增强体质，生活要有规律，劳逸结合，并适当增加营养和充足的睡眠。精神方面应消除恐惧、焦虑等负担。对身体进行一次全面的检查，如发现全身性的疾病要及时诊治。

另外可以服生姜红糖茶和局部热敷，或服益母膏，若疼痛不重好转，可适当服用一些止痛片，但不要久用，最好服