

## 中醫婦科調理-【子宮肌瘤】

1. 子宮肌瘤是女性婦科疾病中最常見的良性腫瘤，20~30 歲的女性中，每 5 個人就有 1 個人有肌瘤，40~50 歲的女性發生率更高，約一半的女性都有肌瘤，可以說是現代婦女的文明病。
2. 「多數的子宮肌瘤並不會有明顯的症狀，有無症狀與長的位置有關，與肌瘤大小不完全成正比」經血量過多的狀況，多數屬於長在黏膜下的肌瘤，容易出現經血量過多、經期延長、經痛、貧血等症狀；至於長在肌肉及漿膜下的肌瘤，大多要等到長得比較大顆，壓迫鄰近器官，才會引發腰痠、排便不順、頻尿等壓迫症狀。
3. 目前認為「雌激素」或「雌激素+黃體素」的協同作用，是刺激子宮肌瘤增長的主要因素，「子宮肌瘤」是子宮平滑肌和結締組織異常增生導致，許多女性懷孕後子宮肌瘤可能會變大，更年期後則會縮小，的確可以說明卵巢所分泌的荷爾蒙是刺激肌瘤增長的原因之一，但子宮肌瘤的成因複雜，雌激素並不是引起子宮肌瘤的唯一因素，還含可能與種族、遺傳、孕產狀態、身體代謝機能、飲食、壓力、環境荷爾蒙等因素有關。
4. 病理上一開始可能是因為染色體變異、特定的基因突變導致，到了育齡期加上卵巢分泌的荷爾蒙刺激，使肌瘤增大；但有些子宮肌瘤並不受雌激素的影響，可能與每個人的體質、子宮荷爾蒙的受體有關。
5. 中藥+針灸治療雙管齊下，改善子宮肌瘤；針對不同體質，中醫治療上會有不同的治則，例如氣虛體質需補氣、氣滯體質需理氣活血、痰濕體質需祛痰化濕，每個人血瘀程度的不同，還要給予相對應活血化瘀的藥，唯有讓子宮的氣血運行通暢，才有助於減少子宮平滑肌細胞不正常增生的機率。

桃新凡事用心  聯新國際醫院 桃新分院 對您無限關心

總機：03-3325678 預約專線：03-3326161

## 中醫婦科調理-【子宮肌瘤】

6. 治療上常用加味逍遙散、柴胡疏肝等藥物，疏肝行氣處理氣的鬱滯；桂枝茯苓丸、少腹逐瘀湯等藥物活血化瘀；蒼附導痰湯等藥物理氣化痰；除了服用中藥調整體質外，也可依據患者的狀況，搭配針灸加強療效。雖然在實證醫學的證據上，還沒有針灸讓肌瘤消失的研究，但藉由針灸經絡的疏通、穴位的刺激，確實有助於舒暢氣血、改善血瘀的狀況。
7. 人體的經絡如腎經、脾經、肝經、任脈、衝脈，這些經脈的循行路徑及經脈的生理功能，都跟子宮的生理狀態有關；除了臨床上常用的子宮穴、八髎穴外，「針灸不同穴位其效用也有所不同，」葉濡端解釋，三陰交、血海穴可活血、太衝穴可理肝氣；豐隆穴有助痰濕體質者祛痰化濕；虛寒體質者溫灸氣海、關元穴，都有助調理體質、改善症狀。
8. 出血過多別亂補，最好由醫師開立處方；需要特別注意的是，很多屬於黏膜下肌瘤的女性，常因為經血量過多，出現貧血的狀況。雖然中醫補血的處方很多，如四物湯、當歸補血湯、聖愈湯等，但醫師們提醒，這些看似食療的湯方，其實都屬於藥材，不同的體質狀況，適合的補血藥有所不同，需要中醫醫師依體質開立適合的藥方，最好不要自行進補，以免補錯。
9. 已經有子宮肌瘤的婦女，務必要針對體質對症調理。子宮肌瘤的患者，若未從根本改變身體的狀況，當飲食不當或生活作息不正常，可能會加快肌瘤增長的速度；許多女性甚至以為切除肌瘤後就一勞永逸，但生活、飲食習慣未調整，形成肌瘤的體質未改變，肌瘤很容易再度復發。
10. 現代女性很多都久坐、運動量過少，其實適當的運動有助幫助骨盆腔的循環，且規律的運動也能幫助控制體重，對因肥胖導致肌瘤的民眾也能有所幫助。此外，平時也要注意情緒調解、釋放壓力、睡眠充足，避免病情加重。

桃新凡事用心  聯新國際醫院 桃新分院 對您無限關心

總機：03-3325678 預約專線：03-3326161