

子宮內膜異位症之中醫觀點

文／臺中榮總傳統醫學科醫師 鍾靜君

傳統醫學科 鍾靜君 醫師



【主治專長】

中醫婦科：卵巢早衰、不孕症、月經疾患、更年期不適、痛經、經前症候群。

中醫一般科：失眠、咳嗽、過敏性鼻炎、青春痘、胃食道逆流、針刺治療。

【門診時間】

週一上午／週三上午

小美今年 38 歲，約五年前開始月經來下腹痛嚴重，甚至痛到冒冷汗，需服止痛藥。而她與先生結婚近四年始終沒有懷孕的好消息，到婦產科檢查診斷為子宮內膜異位症。兩人求子若渴，因此來到中醫門診求診，希望能藉由中西醫共同治療順利懷孕。

● 子宮內膜異位症是什麼？

子宮內膜異位症是「正常的子宮內膜組織，跑到子宮以外的地方生長」，並引起發炎反應的疾病。子宮內膜如果跑到卵巢裡，就形成「巧克力囊腫」，由於每月陳舊的經血堆積在卵巢中無法排出，所以外觀看起來就像是巧克力一

般，所以被稱為「巧克力囊腫」。若子宮內膜往子宮的肌肉層深入生長，就形成「子宮腺肌症」，這樣的病灶範圍通常是廣泛、瀰漫性的，且治療之後又很容易復發。

● 子宮內膜異位症常見的症狀有：

1. **經痛**：經前 1-2 週就有不適感，常伴有下腹部下墜感、腰痠背痛等症狀。
2. **不孕**：除了疼痛之外，這應該是最讓生育年齡女性困擾跟憂心的部分。根據統計，有 30-50% 子宮內膜異位症的患者會發生不孕症。

3. **性交疼痛**：有 25-40% 的比例會發生，並可能會造成性交後點狀出血。

4. **月經來前點狀出血或經血量過多**：約有 10-20% 因荷爾蒙失調，導致異常出血。

● 中醫如何看子宮內膜異位症

中醫古籍對子宮內膜異位並無專門名詞，但依據其臨床表現可歸屬中醫學的「痛經」、「月經不調」、「不孕」、「癥瘕」等範疇。中醫典籍《醫學入門》：「血滯淤積於中，與日生新血相搏，則為疼痛」《證治準繩》中說「血瘕之聚，令腰痛不可俯仰，少腹裡急，苦痛，背脊痛，深達腰腹，…，此病令人無子…」等的症狀描述與子宮內膜異位症相似。

子宮內膜異位之病灶在中醫視為離經之血（離開正常經脈循行的血）形成的瘀血，血聚為瘀，瘀積為癥瘕。中醫重視辨證論治，不同患者其體質不同，病因不同，表現的症狀特徵亦有不同。中醫對子宮內膜異位症分為氣滯血瘀型、氣虛血瘀型、瘀熱內阻型、寒凝血瘀型、濕熱瘀阻型、腎虛血瘀型等類型。而臨床上常用方劑有桃紅四物湯、

血府逐瘀湯、桂枝茯苓丸、少腹逐瘀湯、膈下逐瘀湯等。除了以活血化瘀藥為中心外，隨證變化的用藥加減更有助於療效的增強。

● 生活中的保健

1. 經期及前後忌食生冷冰品。
2. 經期忌坐浴或游泳，沐浴時盡量以溫水沐浴。
3. 經期避免淋雨受寒或涉水行走。
4. 避免小腹受寒，經前可用暖暖包置於臍下保暖。
5. 保持愉悅的情緒，樂觀的態度。
6. 避免食用辛辣烤炸的食物，辛辣食物每能助熱動血，尤在經期更易導致出血過多。
7. 並非每個人都適合補，若要食補，應諮詢合格中醫師針對體質進行用藥。🏥

