

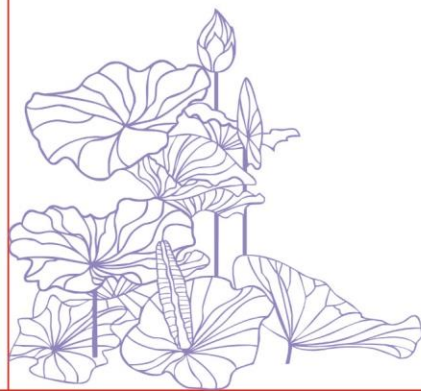
单一或联合的周期治疗，也可用中药治疗。

预防护理

注意经期及性生活卫生，经期禁止性生活，预防上行感染，积极预防和治疗可能引起经血潴留的疾病。注意休息，加强营养，增强体质，避免剧烈的情绪波动、精神刺激。

饮食保健

饮食应以清淡且富有营养为主，注意补铁，补充维生素C，多吃豆类、鱼类等高蛋白食物。月经来潮的前一周的饮食宜清淡，易消化，富营养，增加绿叶蔬菜，水果，也要多喝水，以保持大便通畅，减少骨盆充血。月经来潮初期时，女性常会感到腰痛、不思饮食，可多吃一些开胃、易消化的食物，如枣、面条、薏米粥等，月经期会损失一部分血液，故月经后期需要多补充含蛋白及铁钾钠钙镁的食物，如肉、动物肝脏、蛋、奶制品等。忌食姜、酒、辣椒等辛辣、油腻、寒凉、咸食物、含气饮料。



禅医官方微信号
Official Wechat

地址：广东省佛山市石湾三友南路3号
官方网站：www.fsccyy.com
参考资料：无

制作日期：2017年6月
编码：FCK-折页-中文-128-01

妇产科制作

月经失调



咨询热线：0757-82263333

 佛山市禅城中心医院
Foshan Chancheng Central Hospital

月经知多少 >>

月经周期：本次月经的出血第一天到下一次月经的出血第一天为一个周期。月经经期：是指出血的天数，一般是2-8天，月经经量正常是20-60ml。

月经失调 >>

是一种妇科常见病，表现为月经周期或出血量的异常，或月经前、经期时的腹痛及全身症状，病因可能是器质性病变或功能失常。



临床上诊断神经内分泌功能失调性的月经病，必须要排除上述的各种器质性病变。

月经失调临床常见的几种情况 >>

月经周期或出血量紊乱：

1、不规则子宫出血，包括：月经过多

或持续时间过长；月经过少，经期短；月经频发即月经间隔少于21天；月经周期延长即月经间隔长于37天；不规则出血，可由各种原因引起，出血全无规律性。

2、闭经：指年龄超16岁、第二性征发育、月经未来潮或月经周期已建立后又停止3个周期以上，前者为原发性闭经，后者为继发性闭经。有性生活的妇女，停经首先排除妊娠或与妊娠相关的疾病。部分妇女哺乳期月经不来潮属于生理现象。

3、绝经后阴道出血，指月经停止6个月后的出血，常由恶性肿瘤，炎症等引起。

经前期综合征 >>

少数妇女在月经前出现的一系列异常征象，如精神紧张、情绪不稳定、注意力不集中、烦躁易怒、抑郁、失眠、头痛、乳房胀痛等。多由于性激素代谢失调和精神因素引起。

多囊卵巢综合征 >>

原因不明。表现为月经稀发或闭经、不孕。多毛和肥胖等症状，双卵巢呈多囊性增大。

绝经期综合征 >>

指部分妇女在绝经期前后出现性激

素波动或减少所致的一系列躯体及精神心理症状，分为自然绝经和人工绝经。



常用的检查方法 >>

(1) 详细询问病史，全面体格检查排除全身性疾病。

(2) 盆腔检查以初步了解生殖器官有无畸形、肿瘤或炎症。

(3) 辅助检查：B超、内分泌测定、细胞学、活组织检查，子宫碘油造影、宫或腹腔镜检查以及酌情做肝、肾功能及血液系统的检查，必要时做染色体检查。

治疗 >>

一般治疗：调适身心、劳逸结合、注意个人卫生、防寒避湿、加强自我保护，养成良好的生活习惯。

药物治疗：(1) 出血与贫血：由于经期长及经量多造成。除一般止血措施以外，可酌情选用激素或刮宫止血。

(2) 周期紊乱：可用雌激素、孕激素