

【关注月经病】

月经，是伴随女性半生的“老朋友”。月经的俗称有很多，如坏事儿了、大姨妈、姑妈、好事、倒霉了等。月经是否正常与有无器质性病变、激素水平等多种因素关联，因此，还有人把月经称为女性健康的“晴雨表”。不过，如今耳闻的“月经病”似乎非常多，如月经周期不规律、经期经量异常、痛经等，都属于月经病。医生认为，一方面与女性就诊意识提高有关；另一方面，压力大、饮食习惯不健康、作息不规律等都会引起月经病。

谁动了“大姨妈”

本报记者 陈晓丽



体重下降超10%影响月经

虽然“大姨妈”定期光顾让人不舒服，但若“大姨妈”不来或“住”不走更使人担忧。许俐说，首先应排除器质性病变，例如子宫肌瘤容易导致月经周期短、经期延长、出血量大；对于育龄期女性来说，还应排除怀孕、宫外孕、先兆性流产等原因引起的出血。若检查也没有发现明确病因，西医一般认为月经病是卵巢功能引起的。

张丽娟表示，在中医看来，月经是否规律主要受外感、情志、生活和体质四个方面的影响，外感主要是指外感寒邪热邪，特别是在月经前及经期，受凉容易导致痛经，因此冬天女性痛经要相对更多一些；情志则主要影响月经周期，例如发怒、紧张、焦虑等情绪，都会导致经期提前或延后。

生活方面影响较大的有饮食、药物、劳累等方面。张丽娟介绍，暴饮暴食或者过度节食都会影响月经，通常，体重下降超过10%时就会影响月经，“现在不少年轻女性经常使用减肥药和紧急避孕药，导致不来月经或者不正常出血，临床上比较常见。”张丽娟表示。

中医把人的体质分为九种类型，而不同的体质也会影响月经运行，例如体质阳虚的人对寒凉更敏感，容易受到寒邪影响导致痛经；气滞型体质性格上较为急躁，在经前经期容易感到乳房胀、肚子胀、痛经。