



# 子宮肌瘤的中醫療法

## 何謂子宮肌瘤？

子宮肌瘤是子宮平滑肌細胞良性增生所致，所以又稱為子宮平滑肌瘤，中醫稱為癥瘕或石瘕，它可以因生長部位不同而產生不同的名稱和結果。

(A) 肌壁間肌瘤：生長於子宮壁肌肉層。

(B) 向子宮漿膜面成長，突出於子宮表面（向腹腔，朝子宮外突出者）稱為漿膜下子宮肌瘤。

(C) 肌瘤向子宮腔發展，覆蓋於子宮的粘膜下，稱為粘膜下子宮肌瘤。此種肌瘤約佔子宮肌瘤的5%，它常會在行經時造成崩血（大量出血）或經來淋瀝不止的現象。

## 子宮肌瘤所造成的問題

### 一、陰道出血

大量出血常是子宮肌瘤被發現的原因，在肌壁間肌瘤較大時常出現過多的月經，並且伴有血塊，月經時間會延長，間隔時間變短。

粘膜下肌瘤較早被發現，經量變大和時間拖長（點滴不易乾淨），它不需要很大就能有嚴重的症狀。

林太太是子宮肌瘤病患，第一次門診時她相當的惶恐，因為西醫建議她作子宮切除手術，以解決子宮肌瘤的問題；她覺得沒有子宮的女子就不是完全的女人，她希望藉由中醫療法來治療子宮肌瘤的問題。到底子宮肌瘤應如何防治？能不開刀嗎？

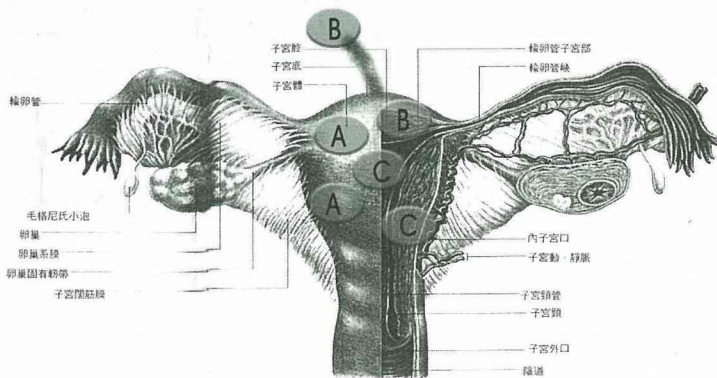


圖1：子宮肌瘤的類型。

### 二、腹部發現腫塊

漿膜下肌瘤不容易被發現，常在體檢時發現下腹部腫塊才被查覺。

### 三、壓迫症狀

當肌瘤增大常會壓迫臨近的器官，造成大、小便異常，嚴重者還會因壓迫輸尿管使腎臟積水。

### 四、疼痛

在一般的情況下，肌瘤很少引起疼痛，但在常型的漿膜下肌瘤發生扭轉則會引起急性腹痛，或是粘膜下肌瘤刺激子宮引起痙攣性宮縮疼痛。部份肌瘤的細胞死亡時也會造成子宮疼痛和腫大

並伴有輕度發燒。

### 五、白帶增加

肌瘤會使子宮內腔增大，相對內膜腺體分泌也會增多，所以白帶也就多。粘膜下肌瘤的表面若發生潰瘍時白帶也會增加，但非化膿性（青綠色）。

### 六、不孕

由於子宮肌瘤多發生於生育期的婦女（其發生率為25%或更高），由於肌瘤會阻礙受孕卵著床而導致不孕，同時有子宮肌瘤者常伴有卵巢功能失調，在長肌瘤患者中約有35%是不孕患者。

## 七、全身的症狀

當陰道出血量太多，時間太長會導致繼發性貧血、頭暈、全身無力、心悸……等。

## 子宮肌瘤會變癌嗎？

女性發生子宮肌瘤的平均年齡在三十八歲，而子宮肌瘤是惡性病變者（稱為惡性肉瘤），其平均好發年齡為五十八歲，它的發生率約占子宮肌瘤的0.5%，所以在臨床上對子宮肌瘤生長增快及較大的瘤發生在年齡偏大者，則需開刀作檢查，否則是不太需要擔心。

## 發現子宮肌瘤時

### 如何是好？

子宮肌瘤太大（10公分以上）或突然增大，或每次經來大出血而致貧血者，當考慮手術治療，約占20%是需手術摘除子宮，其餘可採用中西保守治療。

## 五公分以下的肌瘤，

### 可採用中醫療法

在臨床上，常有發現子宮肌瘤而不願手術治療者，如果經量不多，肌瘤小於5公分，我會建議在超音波的檢視下，採用中醫療法。

中國傳統醫學認為氣滯、血瘀、濕熱、內結、痰瘀是子宮肌瘤的起因，而會引起以上的因素則是因為腸胃消化功能不好，生活起居不



■圖2：子宮肌瘤患者可多吃一點促進血液循環的食物如海帶、木耳、柚子、芋頭等。

當寒熱失調、情緒鬱結而導致身體內臟腑、經絡失調，再加上風冷侵襲體內，與氣血相結合，遂漸形成有型的積聚（肌瘤），在傳統的醫書上指導我們以行氣導滯、理血散積、活血祛瘀、散腫軟堅、清熱化痰、理氣化痰、導痰散瘀……等方式來辨證論治，在平時作為治療的準則以消肌瘤；當經來時大量出血或點狀出血不止，又當以止血為主，個中治療複雜，變化多端，實非精深中醫醫理者，無法勝任。

## 在平日的的生活

### 如何保健？

由於子宮肌瘤的療程長，因此患者需有心理準備，生活起居要規律、經來時忌過勞、要多休息，平時則可正常活動，保持情緒穩定，想想四人中就有一人患有此症，何況不是癌症，心情就不會鬱悶。

至於飲食，對於紅肉類（豬、牛）最好少吃，蛋白質攝取則以白肉、牛乳、豆

類為宜，可多吃一點促進血液循環及消除癥瘕的食物像海帶、海蜇皮、海藻、甲魚、山楂、木耳、柚子、芋頭，都有輔助治療的功效。

## 藥膳防治子宮肌瘤

### 一、山楂紅糖飲

材料：山楂片二兩、紅糖二兩。

作法：山楂用水五碗，煎沖紅糖溫服。

功效：活血化瘀、治經痛量少色瘀，量多者在經止時服。

註：體胖者去紅糖用荷葉等量。

### 二、當歸鱈魚

材料：甲魚一隻、當歸一錢、冬筍（竹筍）一隻切片、香菇五朵（泡開）、蔥、薑、蒜、雞肉片少許。

作法：以上物品一起煮，起鍋前入醬油、糖、勾芡。

### 三、紅殼薏仁飯

以紅殼薏苡仁先泡水二小時，同米等量煮飯，每天吃。