

子宫内膜异位症

什么是子宫内膜异位症？

子宫内膜异位症是指正常原本应该生长在子宫里的内膜生长到了身体的其他部位。女性可能一生都会受到这种病情的困扰，而且随着时间的推移，情况会变得更糟。研究表明，在女性有正常经期的那些年里，有十分之一的女性会受到子宫内膜异位症的影响。全世界约有 1.76 亿妇女患有子宫内膜异位症。

会出现什么情况？

当您患有子宫内膜异位症时，这种内膜组织可能会：

- 粘附在盆腔内的器官上
- 开始在盆腔组织外部生长，并进入卵巢等器官
- 表现得就像在子宫里一样；例如：在月经期间出血。

是什么原因导致子宫内膜异位症？

为什么会发生子宫内膜异位症及其成因尚未可知。

有些问题与子宫内膜异位症有关，例如：

- 逆行性月经，即月经沿着输卵管流回下腹部或盆腔
- 子宫内膜异位症家族史
- 盆腔内子宫内膜组织的生长
- 月经初潮年龄较早
- 月经经期长，量多、疼痛或频繁
- 体重过轻。



子宫内膜异位症的症状

症状可能因人而异，但常见的症状包括：

- 在不同的时间可能会发生腹部、背部或盆腔疼痛；例如：月经来潮时或进行性行为时
- 出血严重、持续时间长或不规则的出血
- 膀胱和肠道问题，如便秘或腹泻、腹胀、上厕所时疼痛和尿频。

您可以做什么？

如果您的疼痛非常严重，以至于无法上学、工作和其他活动，那么请务必立刻去看医生。越早诊断和治疗子宫内膜异位症，效果越好。如果发现得早，子宫内膜异位症可能不会变得那么严重。

诊断子宫内膜异位症

子宫内膜异位症没有简单的诊断方法，因为这种症状可能有轻有重，而且女性可能会有不同的症状。

诊断子宫内膜异位症的唯一方法是腹腔镜检查。这种手术是使用细长的观察管来检查子宫内膜组织是否在盆腔内。

治疗和护理子宫内膜异位症

治疗方法将取决于您的症状及其对您日常生活的影响。

您可以通过以下方式控制您的症状：

- 手术切除子宫内膜异位症组织，修复损伤，并提高生育机会
- 止痛药
- 激素疗法，如避孕药或孕激素，以减少疼痛和出血
- 如果您的疼痛严重，可以切除部分或全部受影响的器官
- 温和的运动——每天进行 30 分钟的体育锻炼
- 优质睡眠
- 像瑜伽这样的放松活动可以减轻压力。

如欲了解更多信息，请访问

jeanhailes.org.au/health-a-z/endometriosis

2019 年 7 月更新

本资料单旨在提供信息和教育，并非旨在提供特定的医疗建议或取代您的医生给予的建议。

Jean Hailes for Women's Health 真诚感谢澳大利亚政府的支持。

该项目由维多利亚州政府资助。

© Jean Hailes for Women's Health 2019

Jean Hailes for Women's Health 对妇女健康问题采取了广泛和包容的态度。本资料页通篇使用的是“妇女、女性和女童”一词。

这些术语旨在包括具有任何性取向的女性、双性人女性和有变性经历的女性。

Jean Hailes
FOR WOMEN'S HEALTH

1800 JEAN HAILES (532 642)
jeanhailes.org.au