

项目十六 痛经的用药指导 (P98)

曾琳玲

如果幸福太遙遠
回憶里你的笑容可以染綠整個夏天
但時節却無法沿路回溯到從前

痛经定义

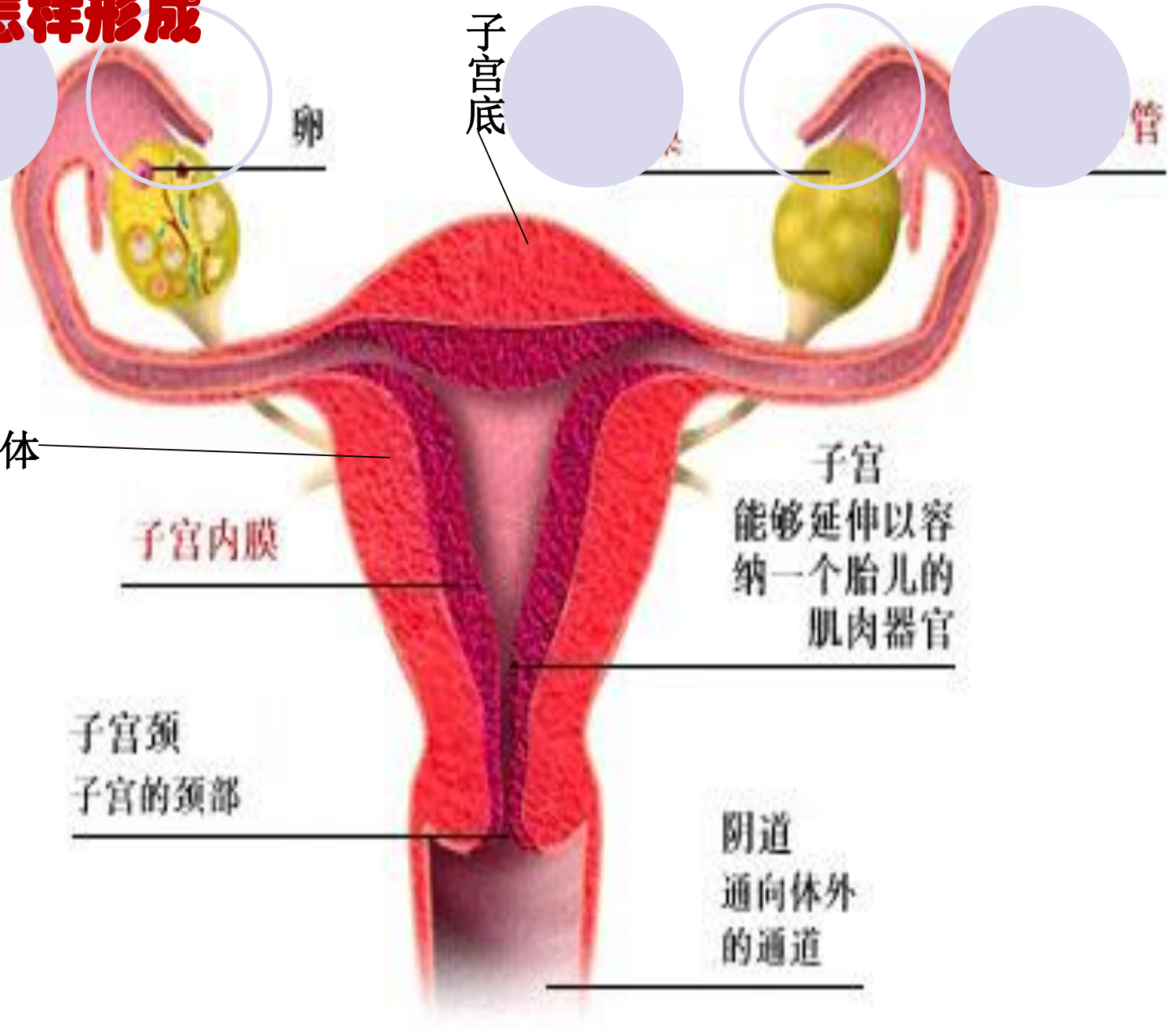
- 妇女正值经期或经行前后出现周期性小腹疼痛或痛引腰骶，甚至剧痛晕厥者，称为痛经，又称“经行腹痛”



约50%妇女有痛经，其中10%痛经严重。

月经是怎样形成的？

@



为什么有些少女会有痛经呢？

1. 经血流通不畅

该原因常见于初潮后几年的少女。这是因为子宫尚未发育成熟，子宫口过于狭窄致使经血不能顺利流出。此时子宫会强烈收缩迫使经血排出。伴随收缩会感觉到强烈的疼痛。

2. 子宫发育不良子宫发育不佳容易合并血液供应异常，造成子宫缺血，缺氧而引起痛经。

起初是这样的

长大了就不疼了

麻麻我痛经



3. 前列腺素分泌过多

子宫内膜分泌的前列腺素有促进子宫收缩的作用。分泌量过多则容易造成痛经现象。

4. 子宫位置异常, 若子宫位置极度后屈或前屈, 可影响经血通畅而致痛经。

5. 精神神经因素部分女性对疼痛过分敏感。



妇科影像学

6. 子宫的过度收缩或不正常收缩,

往往导致子宫平滑肌缺血, 子宫肌肉的缺血又可引起子宫肌肉的痉挛性收缩, 从而产生疼痛而出现痛经。

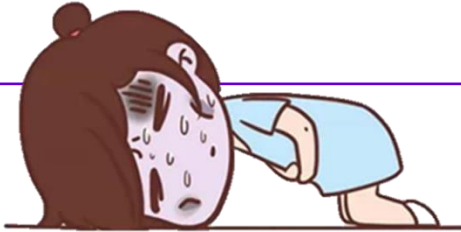
7. **妇科病**如子宫内膜异位症, 盆腔炎. 子宫腺肌症. 子宫肌瘤等, 子宫内放置节育器(俗称节育环)也易引起痛经。——**继发性痛经**

8. 少女初潮心理压力、久坐、爱吃冷饮食品及不注意防寒等可导致**气血循环变差**, 经血运行不畅, 从而造成痛经。



福心

痛经的分类

	原发性痛经	继发性痛经
定义	生殖器官 无器质性病变 ；往往是初次月经起即伴有腹痛，又称功能性痛经。	因 盆腔器质性病变 所致，如子宫内膜异位症，子宫肌瘤、生殖器官炎症等。
发病时间	原发性痛经是指从 第一次月经来潮 就开始发生的经期腹痛， 	继发性痛经则是指 行经数年或十几年 才出现的经期腹痛。
发病原因	原发性痛经的原因为子宫口狭小、子宫发育不良或经血中带有大片的子宫内膜等原因引起	继发性痛经的原因，多数是 疾病 造成的，例如子宫内膜异位症、盆腔炎、盆腔充血等。

痛经的药物治疗

(一) 前列腺素合成酶抑制剂 (PSCI) @ \implies 止痛

(二) 颠茄浸膏片

(三) 钙通道阻滞剂

(四) 维生素B6及镁-氨基酸螯合物

(五) 性激素类药物: 口服避孕药、雌激素、孕激素等



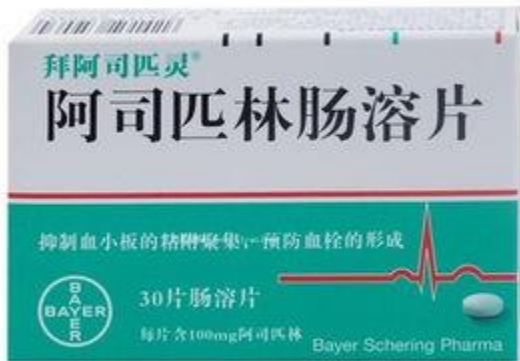
颠茄 Atropa belladonna
www.hc3.com

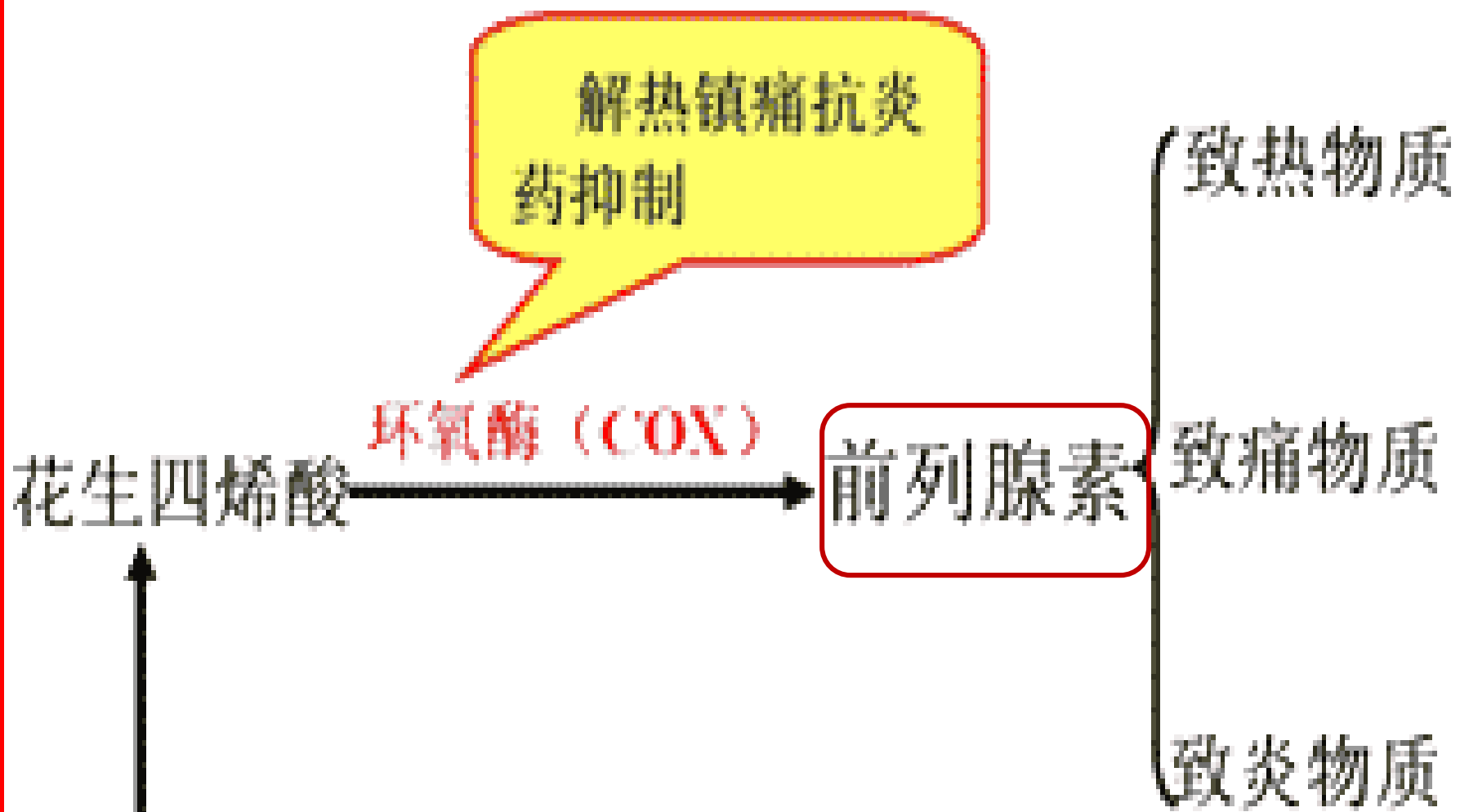
解痉

痛经的药物治疗

（一）前列腺素合成酶抑制剂（PSCI）

为减少前列腺素的释放，可于经前3-5天口服消炎痛（吲哚美辛）25mg，或乙酰水杨酸（阿司匹林）0.3g，或甲氯灭酸250mg，或布洛芬，或对乙酰氨基酚、或萘普生，均每日2-4次，可能有显效。





解热镇痛抗炎药作用机制

痛经的药物治疗

■ (一) 前列腺素合成酶抑制剂 (PSCI)

萘普生 (甲氧萘丙酸) :

为长效解热、镇痛和消炎药。起效快，不良反应小，作用持续时间长，是目前治疗痛经的首选药物。

其显著特点为毒性低，对胃肠道和神经系统的不良反应明显较阿司匹林少。作用机制主要为抑制前列腺素合成酶



■ (二) 颠茄浸膏片

类似阿托品，能使平滑肌松弛
每日三次，每次8-16mg

解痉



药源网

■ (三) 钙通道阻滞药

硝苯地平，减轻子宫收缩，肌张力减小。每日三次，每次20-40mg

■ (四) 维生素B6及镁-氨基酸螯合物

维生素B6可促进镁离子，拮抗钙离子，使平滑肌松弛，亦可和镁-氨基酸螯合物合用，日服2次，治疗4-6个月。痛经的严重程度及持续时间均呈进行性下降。

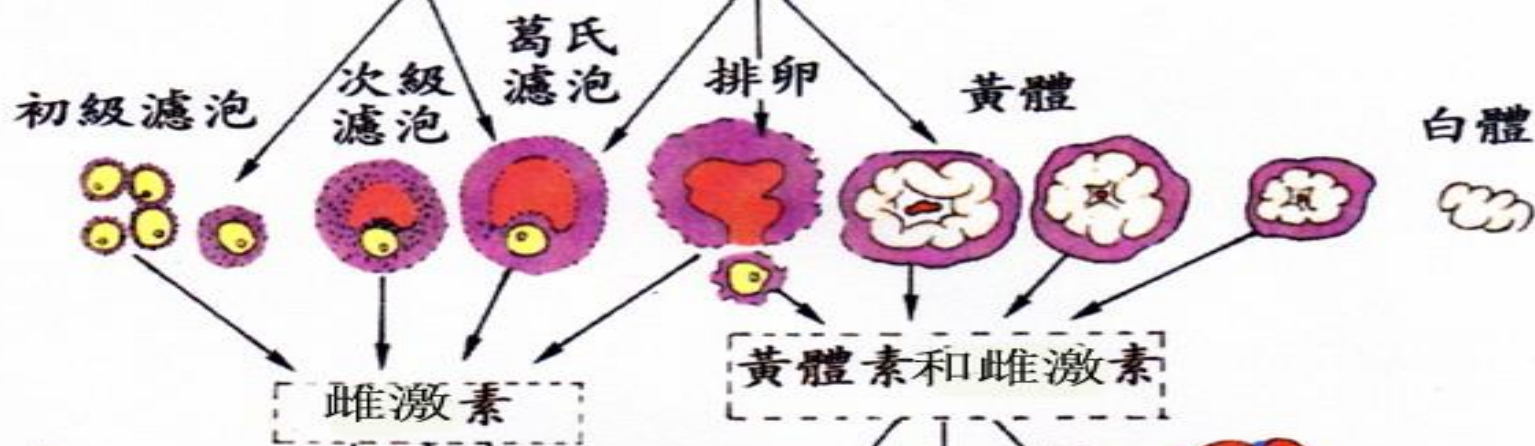


对因治疗药物

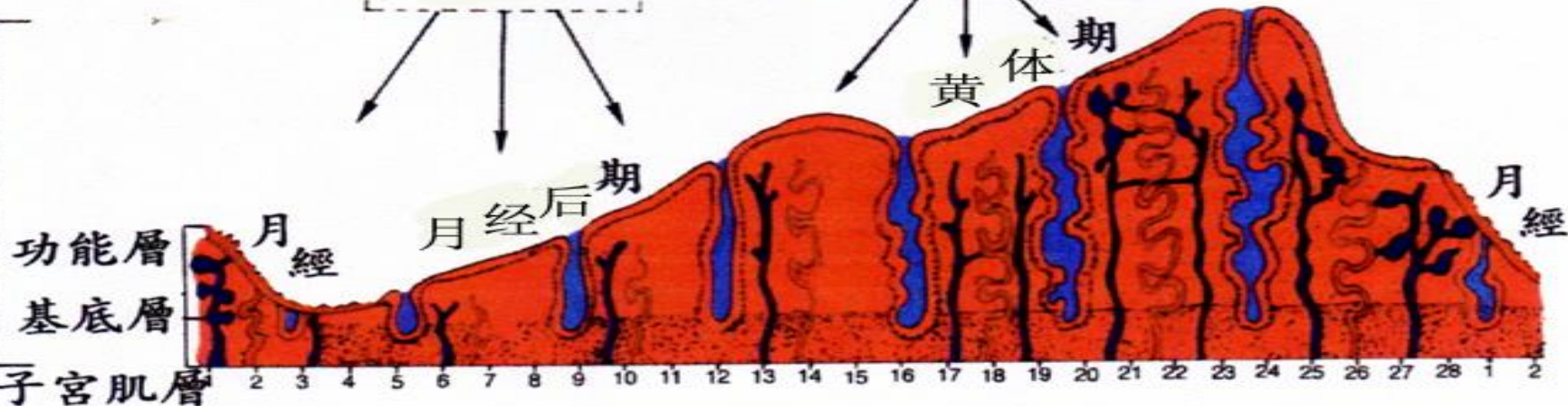
下視丘

腦下垂體前葉

卵巢週期



子宮內膜之變化



經後期
4—14

黃體期
12—28天

对因治疗药物@

- 1. **口服避孕药-抑制排卵** 由于痛经发生有排卵周期，可试服避孕药 I 或 II 号，以抑制排卵，可能减轻症状。（也可口服安宫黄体酮5-10mg / 日、炔诺酮2.5-5mg或甲地孕酮4-8mg（**原发性痛经首选**），每日一次，月经第5日开始服用，连服20-22天，共3个周期。对子宫内膜异位症及年龄较长者均可使用）
- 2. **雌激素** 常用于子宫发育欠佳者。每晚服用己烯雌酚1mg，月经周期第5天开始服用，连服20天，重复三个周期。此法能**抑制排卵**，亦能促使**子宫发育**，但应随访。



痛经的预防

对因治疗药物

- **3. 孕激素** 治疗膜性痛经。通过补充孕激素，使与雌激素重新恢复平衡，月经期子宫内膜得以按正常情况以碎片状剥脱，可减轻子宫因痉挛性收缩所造成的疼痛，自月经第二十一日起，肌注**黄体酮**20mg / 日，共5次。



治疗痛经用药有什么要注意的？

治疗痛经的口服药物，一般宜在当次月经的前3天给药。因为前列腺素在经期初的48h释放量最多，早期用药可以纠正月经期中血中前列腺素合成释放过多，痛时服用效果不明显。

解热镇痛抗炎类药物首选用萘普生，不推荐用吲哚美辛。

注意剂量过大时PGSI药物的不良反应：胃肠道症状、中枢神经系统症状、药物过敏，肝肾功能损害。

中药既可治疗原发性痛经，又可以治疗继发性痛经。



治疗痛经的药物有哪些? @

(一) 前列腺素合成酶抑制剂 (PSCI) \longrightarrow 止痛

(二) 颠茄浸膏片

(三) 钙通道阻滞剂

(四) 维生素B6及镁-氨基酸螯合物

(五) 性激素类药物: 口服避孕药、雌激素、孕激素等



解痉

中药调理

1. 艾叶10g，生姜5片，红糖适量煎水后热服
2. 益母草（干）30g和红糖适量煎水后热服
3. 益母草30-60克、延胡索20克、鸡蛋2个，加水同煮，鸡蛋熟后去壳再煮片刻，去药渣，吃蛋饮汤。经前，每天一次，连服5-7次。



艾叶
益母草



图 206 延胡索

中药调理

1. 行经少腹冷痛、喜暖、喜按、腰酸痛、白带过多等，

用**艾附暖宫丸**

2. 气血两虚、身体瘦弱、赤白带下、经期腹痛、血色不红、腰膝酸软、头晕耳鸣、倦怠乏力、夜卧不宁，小腹虚冷，

用**乌鸡白凤丸**



乌鸡白凤丸

成分：乌鸡、鹿角胶、当归、白芍、熟地黄、人参、黄芪、香附(醋制)、丹参、桑螵蛸、鹿角霜、牡蛎

功能主治：补气养血，调经止带。用于气血两虚，身体瘦弱，腰膝酸软，月经量少、后错，带下。

用法用量：口服。一次9克，一日1次；或将药丸加适量开水溶后服。



注意事项：

1. 忌食辛辣、生冷食物。
2. 感冒时不宜服用。患有其他疾病者，应在医师指导下服用。
3. 经行有块伴**腹痛拒按或胸胁胀痛者**不宜选用。

艾附暖宫丸

成分：艾叶（炭）香附（醋灸）吴茱萸（制）肉桂、当归、川穹、白芍（酒炒）、地黄、黄芪（蜜炙）、续断。

功能主治：理气养血，暖宫调经。用于血虚气滞、下焦虚寒所致的月经不调、痛经，症见行经后错、经量少、有血块、小腹疼痛、经行小腹冷痛喜热、腰膝痠痛。

用法用量：口服。一次6克，一日2-3次。

注意事项：

1. 忌生冷食物，不宜洗凉水澡。
2. 感冒发热病人不宜服用。
3. 有高血压、心脏病、肝病、糖尿病、肾病等慢性病严重者应在医师指导下服用。



中药



妇女痛经丸



月月舒(痛经宝颗粒)



痛经软膏

成分：吴茱萸、延胡索、干姜、姜黄

功能主治：活血散寒，调经止痛。用于痛经、下腹坠胀、腰背疼痛。

用法用量：外用，一日2-3次；取药膏适量涂入脐部



吴茱萸

有散热止痛
降逆止呕之功



延胡索

镇痛、镇静
活血行气



干姜

温中散寒，回阳通脉



姜黄

行气破瘀
通经止痛

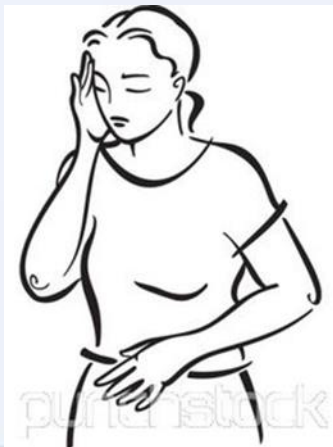


妇女痛经丸

成分：延胡索(醋制)、五灵脂(醋炒)、丹参、蒲黄(炭)

功能主治：调经，止痛。用于气血凝滞，小腹胀疼，经期腹痛。

用法用量：一次50粒，一日2次。



月月舒(痛经宝颗粒)

成分：当归、红花、肉桂、三棱、莪术、丹参、五灵脂、木香、延胡索(醋制)。

功能主治：温经化瘀，理气止痛。用于寒凝气滞血瘀，妇女痛经，少腹冷痛，月经不调，经色暗淡。

用法用量：冲剂，每包10克，开水冲服。一日2次，一次1包，病重者加倍。于经前约一周开始服用，持续至经来3天停药，3个月经周期为一疗程，或遵医嘱。经期注意保暖，避免情绪紧张。



河南新康药业

田七痛经丸

成分：三七，五灵脂，蒲黄，延胡索，川芎，木香，小茴香，冰片。

功能主治：通调气血，止痛调经。用于经期腹痛及因寒所致的月经失调

用法用量：经期或经前5天一次3-5粒，一日3次，经后可继续服用，一次3-5粒，一日2-3次。



罗痛定 (延胡索乙素)

延胡索，罂粟科多年生草本，为临床常用活血止痛药，具有活血、行气、止痛作用

- 1、本类药物有镇静、安定、镇痛和中枢性肌肉松弛作用
- 2、镇痛作用与阿片受体及前列腺素系统无关，作用强于解热镇痛药，无明显的成瘾性

延胡索含有多种生物碱，包括延胡索甲素、延胡索乙素、延胡索丙素、延胡索丁素、延胡索戊素、延胡索己素、延胡索庚素、延胡索丑素、去氢延胡索甲素等。延胡索乙素（左旋体）称为罗痛定。



图 206 延胡索

治疗痛经如何选药？

(一) 原发性痛经：轻者可以服用**前列腺素合成酶抑制剂** (PSCI)，短时间可以去痛，重者可用解痉类药物如颠茄片、硝苯地平等。轻者也可用中药调理

口服避孕药可有效治疗痛经，其效果最佳，但要在医师的指导下服用。但是由于要在整个月经周期用药，而发生效应仅在周期末，除非同时避孕，一般不推荐。

(二) 继发性痛经：积极治疗原发病，同时配合对症药物。

中药既可治疗原发性痛经，又可以治疗继发性痛经。



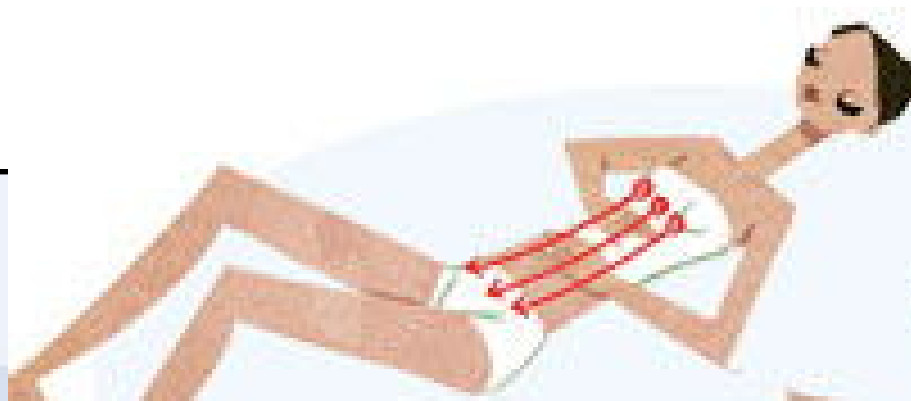
痛经的健康指导@

- 通过病史及全身、局部检查，寻找可能引起痛经的病因后，作如下处理：
 - （一）一般处理
 - 进行必要的卫生常识宣教，**消除焦虑、紧张和恐惧**，解除精神负担。及时治疗全身慢性疾病。发育不良、体质虚弱者应设法纠正。开始体育锻炼，增强体质。经期避免剧烈运动和过度劳累，**防止受寒**，注意经期卫生。
 - （二）针灸治疗



痛经的健康指导

• **按摩法**：病人仰卧于床，先将两手搓热，然后将两手放在少腹部，先由上至下按摩60-100次，再从左至右按摩60-100次，最后转圆按摩60次，以局部皮肤红润为宜，每日早晚各一次。



痛经的调理-饮食

宜根据痛经的不同，多食具有温通、顺气、化淤、补虚作用的食物。

温通食物：荔枝、海马、生姜、茴香、花椒。

顺气食物有：橘皮、柚子。

化淤食物有：桃仁、米酒。

补虚食物有：乌骨鸡、核桃、荔枝、羊肉、海参、鲨鱼、山药等。



痛经的健康指导

痛经禁忌

- (1) 行经期忌生冷寒凉食物，如冷饮、生冷瓜果、寒凉青菜、生拌瓜菜、田螺、河蚌等。
- (2) 热性痛经忌食辛辣刺激、燥热行血的食物。
- (3) 避免咖啡因，咖啡、茶、可乐、巧克力中所含的咖啡因，使神经紧张，可促成月经期间的不适；此外，咖啡所含的油脂也可能刺激小肠。
- (4) 禁酒酒精加重月经期间出现水肿。



自我诊疗的注意

如果痛经史较长，应该考虑是否为继发性痛经

如果女性痛经比较严重且病史较长，建议到医院检查，及早搞明白病因。

