

“子宮肌瘤” & “子宮腺肌瘤” 大不同！

文/中醫婦科 楊育書 醫師

在婦科診間中 …

「醫師，我去做了婦產科超音波檢查，結果發現子宮長了腫瘤 …」

「請問是子宮”肌”瘤，還是子宮”腺肌”瘤呢？」

「嗯 …… 呃 …… 咦??？」

“子宮肌瘤”與“子宮腺肌瘤”到底有什麼不同呢？

顧名思義，子宮“肌”瘤指的就是由“子宮平滑肌肉纖維性增生”所產生的腫瘤，而子宮“腺肌”瘤則是指“子宮平滑肌肉中出現子宮內膜腺體呈散在性增生”所產生的腫瘤。

因增生之組織物、位置、及體積大小的不同，而有不同的臨床症狀表現！

子宮肌瘤比較硬，外層有纖維包膜，會突出子宮體而使之呈現不規則形狀；子宮腺肌瘤則比較軟，因子宮內膜腺體侵潤散佈在肌肉層中，會使整個子宮體呈規則球形增大。

子宮肌瘤依其生長部位，可分為三種最常見的類型及症狀：

- (1) 肌壁間（包覆在子宮肌肉層內）：無症狀、壓迫症狀、不正常子宮出血。
- (2) 漿膜下（向骨盆腔或腹腔生長）：無症狀、壓迫症狀。
- (3) 黏膜下（向子宮腔內生長）：不正常子宮出血。

※ “肌壁間肌瘤”及“漿膜下肌瘤”通常無症狀，若體積太大可能產生壓迫症狀：

壓迫症狀，尤其以“漿膜下肌瘤”最容易引起，比如向後方壓迫到直腸就會造成便秘、或常常想解便感，向前方壓迫膀胱、尿道就會造成頻尿、排尿困難、尿滯留，向兩側方向壓迫到輸尿管就會造成輸尿管及腎盂積水，向下方壓迫到盆腔組織及神經就會產生腰酸及下腹重墜感，若壓迫盆腔血管及淋巴則會引起下肢水腫。

※ “黏膜下肌瘤”常造成不正常子宮出血：

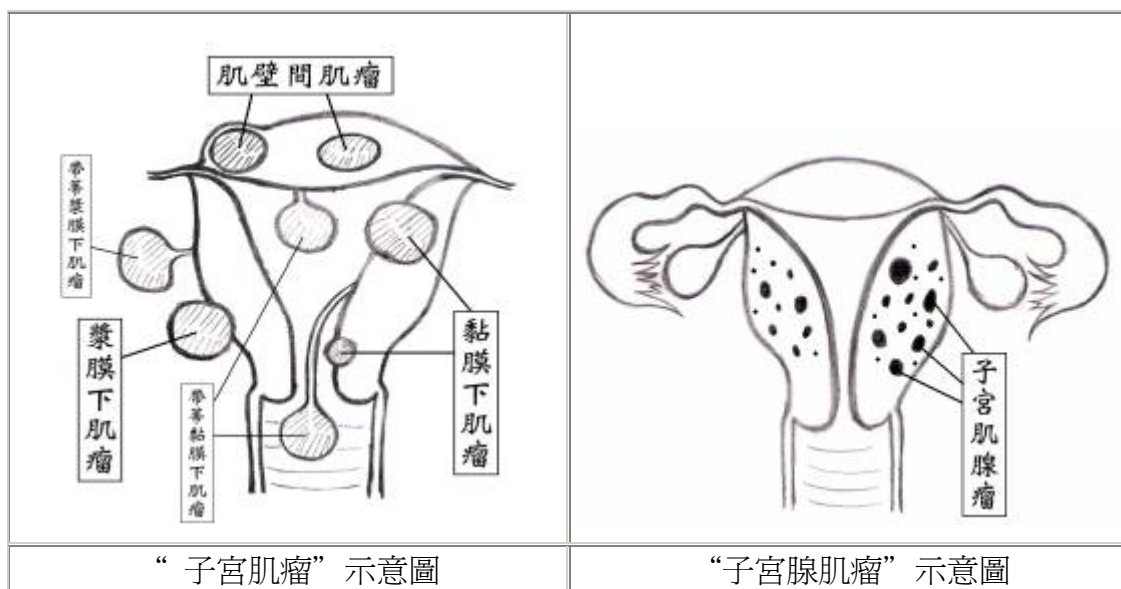
因為肌瘤擴大了子宮內膜的表面積，並且會妨礙子宮收縮，所以常與不正常的子宮出血有關，比如月經量過多，甚至血崩，或經期延長，或是經間期不規則出血 … 等，所以常會造成不同程度的貧血。

※ “子宮肌瘤”較少出現痛經：

子宮肌瘤較少出現痛經，除非壓迫到盆腔神經，或因“帶蒂黏膜下肌瘤”刺激子宮收縮痛、“帶蒂肌瘤”扭轉造成缺血性壞死，或是因“黏膜下肌瘤”阻塞子宮頸口，使經血無法順暢排出……等，而引起痛經。

※ “子宮腺肌瘤”則較常出現痛經，及子宮不正常出血：

症狀之輕重，與子宮內膜腺體侵犯子宮肌肉層的深度、以及增生的範圍有關。



為什麼會得到“子宮肌瘤”或是“子宮腺肌瘤”呢？

關於“子宮肌瘤”與“子宮腺肌瘤”的成因，至今仍尚無明確定論，相同的是二者都會隨著體內雌激素量的升高而加重症狀，所以症狀亦常隨著月經週期而反覆發作。

“子宮肌瘤”與“子宮腺肌瘤”到底需不需要開刀呢？

因為“子宮肌瘤”及“子宮腺肌瘤”都屬於良性的腫瘤，且二者癌化的機率並不高，所以就西醫的看法，第一選擇是先採取保守治療，目標在順利控制經痛及經量，等到停經後，女性荷爾蒙的分泌量降低，腫瘤自然而然就會逐漸萎縮；若症狀太嚴重，如劇烈經痛、或血崩造成貧血，或是考慮有惡性癌化的可能時，才會考慮手術。

利用子宮肌瘤摘除術，可切除一個或多個較小肌瘤，若是“黏膜下肌瘤”，甚至可利用子宮腔鏡手術來將之切除；至於散在肌肉層中的腺肌瘤，手術清除相對不容易；因手術後的復發仍是無可避免，無論是肌瘤或腺肌瘤，惟有施行子宮全摘除手術才能將之完全根除。

中醫調理的三大目標 …

※針對“子宮肌瘤”，主要在調節經量與經期長短，預防血崩危症：

子宮肌瘤常見行經期超過一個星期以上，甚至到半個月依然無法乾淨，這時可依月經的色質量、及伴隨症狀來處方用藥，依嚴重程度可大致分為以下三個方向：

一、肝血虧虛，肝不藏血：症見經色淡紅或紅、量不多但持續淋漓出血，這時可選用三陰煎（當歸、炒白芍、熟地、人參、酸棗仁、炙甘草）、阿膠 ... 等來做加減。

二、心脾氣血虛損：症見經色淡紅或紅、或質清稀如血水、量較多且持續不減、疲倦、頭暈眼花、心悸，這時可選用歸脾湯（人參、黃耆、白朮、茯苓、炙甘草、當歸、酸棗仁、龍眼肉、遠志、木香） ... 等來做加減。

三、若淋漓過久不止，可再加上仙鶴草、地榆炭、紅棗、蠶砂 ... 等止血藥。

※針對“子宮腺肌瘤”，除了調理月經之外，亦重視經痛的緩解：

臨床上，可依經行前後疼痛性質、及伴隨症狀來處方用藥，依證型可大致分為二個方向：

一、氣滯血瘀：症見小腹悶脹滿痛、甚則感到撕裂痛而拒按、經行不甚順暢、經色紫暗有血塊，可選用柴胡、香附、延胡索、青陳皮、川棟子 ... 等理氣化滯藥，或益母草、丹參、桃仁 ... 等活血化瘀藥。

二、虛損或寒：症見小腹隱隱作痛、喜揉按、神疲面黃，可選用八珍湯、山藥、巴戟天 ... 等藥來補氣血固腰腎；若小腹冷痛喜按、得熱痛減，可選用溫經湯來暖宮。

亦可利用針灸或按摩幾個簡單的穴位來緩解經痛，可取血海穴、太衝穴 ... 等。



※子宮全摘除術後調理生殖神經內分泌機能，預防更年期提前來臨：

當子宮全摘除後，卵巢功能也會逐漸失調甚至衰退，將面臨到的問題，就是更年期提前報到，開始會出現臉部潮熱、全身烘熱、冒汗、情緒不穩定、失眠 ... 等症狀，這時可服用甘麥大棗湯（浮小麥、紅棗、甘草），加上丹參、黃芩、酸棗仁、百合、麥冬、知母、黑豆 ... 等藥，來平衡體內各系統之紊亂。

想要預防 " 子宮肌瘤 " 與 " 子宮腺肌瘤 " ，在日常生活中妳就必須這樣做！

[1] 控制體重、適度運動，避免過度肥胖。

- [2] 飲食宜清淡，少吃生冷，避免油炸或過於油膩的食物，禁吃麻油。
- [3] 保持心情愉快，避免壓力、悲傷、憤怒造成內分泌的紊亂。
- [4] 注意月經期的調養，及外陰部的衛生，若使用護墊時須經常更換。
- [5] 分娩或流產後必須適當調理，以促進子宮復舊恢復其完整性。
- [6] 避免濫用激素來調經或避孕，必須遵照醫師的指示來使用。
- [7] 當發現月經不規則，或有月經期不舒服的症狀時，須趁早就醫找出原因，及早治療。

結語 …

因為“子宮肌瘤”及“子宮腺肌瘤”很常見，平均約 5 人中就有 1 人患有子宮肌瘤，約 3~15 人當中就有 1 人患有子宮腺肌瘤，所以這兩個疾病，妳絕對不可以不知道，經過以上文中的介紹，相信妳對二者已有一定程度的認識！預防更勝於治療，在日常生活中就要盡量避免可能的致病因子，一旦有預警訊號出現，就必須馬上就醫接受檢查找出原因，以尋求最適當的治療。

※呵護子宮，是身為女人的妳，一生中不論在何時何地都必須認真做的功課。