

青少年 的婦科保健



◎益華社區醫療社／葉慧娜婦產科診所 葉慧娜醫師

由一個小女孩長成一個成熟的女人，青春期是很重要的階段，這期間牽涉了乳房的發育、身高的增長、月經的來臨、懷孕的可能、性病的預防、心智的轉變……，必須要小心謹慎的面對，幫助她成為一個有自信、優雅、健康的女人。

月經、初經、經痛

青春期的少女因卵巢功能尚未穩定成熟，常會有“無排卵性”月經，有時候二、三個月才來一次，一來又是持續了十幾天，停個幾天，又滴滴答答的出血，這都是很常見的狀況，大致月經週期從二十一天至九十天可接受，但如果十幾天就來或者來十幾天，就必須做檢查治療，最簡單的是接受超音波檢查是否有構造上的問題，其次要注意的是是否有凝血方面的問題，一般使用藥物治療調整，皆可達到調經的目的。

“初經”指的是第一次月經來臨，它的年齡差異相當大，有的小四（約十歲就來），有的國三（十四歲）仍未來，太早太晚皆有問題，最遲“滿十四歲”仍未來就須就醫。

經痛也是常見的問題，常常媽媽須要去學校接回腹痛的孩子，一臉蒼白、又吐又拉、令人心疼，一樣的；超音波檢查，適度的藥物給予，減少壓力、生活正常，皆可達到止痛的效果。

乳房的發育、身高的增長

在門診常會碰到媽媽很緊張的帶著小二、小三的小女生來，說她有乳房硬塊，經檢查才知只是乳房在發育，現在小孩乳房發育常常很早，小二、小三皆有可能，媽媽又擔心乳房發育、月經來就長不高了，其實乳房的發育至月經來仍有二、三年的時間，在這段時期該注意的是充足的睡眠、均衡的飲食、減少壓力、多運動，才會長的好、長的高。

懷孕、流產、避孕

初經來後表示生殖功能已啟動，雖然月經不規律仍是有懷孕的可能，所以有時從電視報章會看到十五歲小女生在廁所產子，或腹痛到醫院急診才知要生小孩了，甚至自己生下小孩後又隨便丟棄……。

現在社會風氣開放，網路發達，青少年偷嚐“禁果”是常有的事，但是懷孕、性病的可能卻令人擔憂，目前在門診碰過最年輕的少女由媽媽陪來做流產的是十三歲，前陣子更有一位十二歲（八十三年次）的小女孩要來驗孕，檢查有無性病，如何幫助她們、保護她們是當務之急，教導她們避孕的知識、保險套的使用、性病的防治、懷孕的風險、流產的後遺症。

少女的心是敏感、多疑、脆弱的，一點點小問題（不管是正常或異常）就讓她們擔憂害怕，多關心、多注意，幫她解決問題，使她生理、心理得以均衡發展，蛻變成成熟的女人。

醫師簡介

葉慧娜醫師

益華社區醫療社／葉慧娜婦產科診所

