



子宮肌瘤須知

一、子宮肌瘤是甚麼？

子宮肌瘤是婦女最常見的子宮良性腫瘤，約有四分之一女性有子宮肌瘤，子宮肌瘤大多是良性，惡性的比例不到 1%，子宮肌瘤會受女性荷爾蒙刺激變大，更年期後體內不再產生女性荷爾蒙會逐漸變小。

二、子宮肌瘤的症狀

子宮肌瘤一般無症狀，當肌瘤變大時會產生經血量過多、經期過長、貧血、骨盆壓迫感、下腹痛、腰酸、性交疼痛、便秘、頻尿以及不孕。

三、子宮肌瘤的治療

1. 定期觀察：沒有症狀者可以定期追蹤觀察。
2. 藥物治療：於有症狀的肌瘤可用避孕藥和止痛藥來減少肌瘤引起的出血或疼痛。
3. 子宮動脈栓塞治療屬於非手術的治療，它可使肌瘤縮小。
4. 手術治療適用於子宮出血量大和症狀嚴重影響生活者，手術方式有很多選擇可與醫師討論優缺點。

四、子宮肌瘤的照護

1. 飲食的選擇以高纖、低脂和低糖飲食為原則。
2. 避免食用與動物的生殖器官或是含有大量賀爾蒙的食品如蜂王乳
3. 若因出血量多引起貧血者，可多攝取高鐵質的食物如肉類、豬血和豬肝等。