



Dysfunctional Uterine Bleeding

功能失調性子宮出血

凱薩醫療機構護理指南

功能失調性子宮出血是非正常經期 (月經) 外的陰道出血。有時候閣下會大量流血，有時則只有少量的血污。通常出血與荷爾蒙的水平高或低有關，但有時出血的原因卻難以考查。

當您不是在月經週期而可能大量出血，通常情況下，成因是不會嚴重的。但有些罕見情況也會引致嚴重出血，如感染、不明懷孕或癌症等。您可能已接受過驗孕，如未有，請告訴醫生或醫護人員您是否可能已懷孕。

怎樣在家自我護理？ How can you care for yourself at home?

- 服用抗炎藥以減低出血和痙攣。這包括 ibuprofen (Advil, Motrin) 和 naproxen (Aleve)。請先閱讀及遵照標籤上的指示。
- 您可能因失血而鐵質下降，需要高鐵質和維生素 C 的均衡飲食來補充。含高鐵質的食物包括紅肉、貝殼類、雞蛋、豆和綠葉類的蔬菜。請與醫生或其他醫護人員商討是否需要服用鐵質丸或多種維生素。

跟進護理是治療與安全的關鍵。作為您的健康護理夥伴，您可以做的事包括按預約時間應診、清楚了解所有檢驗及化驗報告、保存一份最近服用藥物的清單、知道在覆診前後期間怎樣聯絡我們、及在出現癥狀而有毛病時聯絡醫生或其他醫護人員。



Dysfunctional Uterine Bleeding (page 2)

功能失調性子宮出血 (第二頁)

甚麼時候致電 911？ When should you call 911？

如果您認為自己需要緊急醫療，請立即致電 911 或尋求其他急救服務。需要急救的徵狀包括：

- 昏倒 (失去知覺)。
- 腹部或骨盤有突發的劇痛。

甚麼時候致電您的醫生或其他醫護人員？

When should you call your doctor or other health care professional?

- 陰道嚴重出血。連續兩小時或以上流出血塊，每小時的衛生巾或棉塞都吸滿血。
- 感覺暈眩或虛浮，或覺得快要昏倒
- 出現新的腹部或骨盤痛。
- 發燒。
- 流血愈來愈嚴重或持續超過 1 星期。
- 認為自己可能懷孕。

如何認悉更多有關功能失調性子宮出血？

How can you learn more about dysfunctional uterine bleeding?

- 登入：members.kp.org 在 **Health encyclopedia** 內搜尋 **dysfunctional uterine bleeding**。
- 參閱：Kaiser Permanente Healthwise Handbook (凱薩醫療機構健康指南)。

凱薩醫療機構護理指南採摘自 *Healthwise, Incorporated* © 2007。所有版權由該公司保留。

