

子宮纖維肌瘤 Uterine Fibroids

Stay Connected
With Your Doctor

Manage & Schedule

My Care
Prescriptions
Appointments &
Advice

View Information

Test results
Past visits
Hospital stays

E-mail Your Doctor

Message Center

Preventive Health Reminders

Screening tests and
immunizations

Manage Your Family's Health

Learn how
Set up access

概覽 Overview

風險因素 Risk Factors

癥狀 Symptoms

可能的併發症 Possible Complications

診斷 Diagnosis

治療 Treatment

藥物 Medications

其它治療方法 Other Treatments

手術 Surgery

生活方式建議 Lifestyle Recommendations

概覽 Overview

纖維肌瘤 (纖維瘤或肌瘤) 是堅硬的，橡膠質的球狀組織。它們在子宮壁 (子宮) 中成長。這些壁組織與肌肉相似。子宮是一個中空的梨形器官。

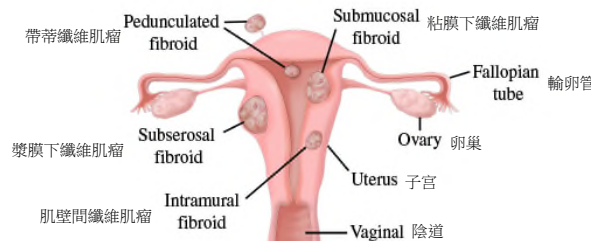
纖維肌瘤是在子宮最常見的非癌類 (良性) 腫瘤。纖維肌瘤的成因尚不清楚。某些風險因素已被確定。

高達 70% 的婦女在其一生中都有纖維肌瘤。大多數都細小，不會引起癥狀，也不需要治療。

當需要治療來緩解癥狀時，我們可能會建議：

- 藥物
- 醫療程序

有時需要用手術來切除纖維肌瘤。



纖維肌瘤可以在子宮壁中成長。它們會脹凸到子宮腔或推出子宮壁。它們可以形成莖桿並從子宮的外部或內部懸掛。

風險因素 Risk Factors

纖維肌瘤的成因尚不清楚。我們知道較常見於以下婦女：

- 每月有月經 (絕經前)。
- 有纖維肌瘤的家族史。
- 非州裔美國人。纖維肌瘤更可能較大並且在更年輕的時候呈現。
- 超重。較大纖維肌瘤的風險更高。脂肪組織分泌額外的雌激素進入血液中。雌激素刺激纖維肌瘤生長。

癥狀 Symptoms

纖維肌瘤可以在子宮的多處成長。它們可能會：

- 在肌肉壁 (肌壁間) 內成長。
- 脹凸入子宮腔 (粘膜下層)。
- 推出子宮外壁 (漿膜下層)。
- 形成莖桿並從子宮的外部或內部懸掛 (帶蒂)。

細小的纖維肌瘤幾乎不會引起癥狀。妳是否有癥狀要視乎纖維肌瘤的位置和大小。

最常見癥狀是異常的月經血流量。當纖維肌瘤推入子宮內膜時，它可以：

- 增加月經流量。
- 導致月經流量過多或經期與經期之間出血。

假如妳的月經血流量異常地過多，請告訴我們。妳可能患有缺鐵性貧血。這是由於在過量出血期間流失鐵質而引起異常低的紅細胞水平。我們可能會建議進行血液測試以檢查貧血。

大的纖維肌瘤可導致：

- 骨盆有不適感，因腹 (肚部) 壁受壓。
- 尿頻，因膀胱受壓。
- 性交時疼痛和性滿意度下降。

可能的併發症 Possible Complications

大多數婦女有纖維肌瘤仍可以自然地成孕及在懷孕期間也沒有問題。然而，纖維肌瘤有時會影響生育能力和懷孕。

子宮內的纖維肌瘤可以：

- 干擾精子蠕動。
- 使胚胎更難以粘附入子宮壁。

這些問題可能導致：

- 疼痛
- 異常的出血
- 流產

診斷 Diagnosis

診斷纖維肌瘤，我們通常進行骨盆檢查。我們通過以下方式探索纖維肌瘤：

- 將 1 或 2 隻帶套的手指放入陰道。
- 用另一隻手按壓腹部來感受子宮的輪廓。

這有助於我們確定子宮的大小和形狀。我們也可做超聲波來看看纖維肌瘤的形狀和大小。

假如妳有陰道流血，我們可以：

- 安排血細胞量測試以檢查貧血。
- 進行子宮內膜組織 (子宮內層) 取樣作活檢。我們檢查子宮內膜是否有其它出血過量的來源。

在建議治療之前，我們很少會安排磁力共振掃描 (MRI) 來了解婦女纖維肌瘤的更多訊息。

治療 Treatment

大多數患有纖維肌瘤的婦女不需要接受治療。她們的纖維肌瘤很小及不會引起癥狀。

通常，婦女尋求治療是因為有出血，疼痛或脹壓感。妳的治療將按妳的纖維肌瘤位置和大小以及癥狀而定。

藥物 Medications

目前，沒有藥物可以永久性地縮小纖維肌瘤。我們將與妳討論最合適的治療方案。假如有需要來應對癥狀，我們可以使用一些藥物治療方法。

激素。 纖維肌瘤引起過量陰道出血，在某些個案激素可以減少過量陰道出血：

- 激素，如 progestin (黃體激素) 丸或 Depo-Provera
- 避孕丸 (口服避孕藥)

注射式藥物 (GNRH agonists)。 這些藥物引起暫時性絕經以縮小纖維肌瘤。當藥物停止後，纖維肌瘤可能會重長。我們通常建議 GNRH 來幫助：

- 假如有需要，使手術治療更安全。
- 對接近絕經期的婦女，避免接受手術。

含激素的內置子宮環 (IUDs)。 這些內置物釋放出一種激素 (levonorgestrel) 能減少經血的流量。

其它。 Tranexamic acid (氨甲環酸) 是一種非激素類藥物能有助控制過量的出血。

其它治療方法 Other Treatments

我們可能會建議以下其中一種的醫療程序來緩解癥狀或在不需進行手術的情況下去除纖維肌瘤。

子宮動脈栓塞術 (Uterine artery embolization) 阻止血液流向纖維肌瘤。我們將一根細小導管放入腹股溝的動脈中，以阻止血液供應至纖維肌瘤。

宮腔鏡檢查 (Hysteroscopy) 讓我們能識別並去除宮腔內細小的纖維肌瘤。通過妳的子宮頸，我們將一個小型相機插進子宮內，刮除或切除導致過量出血或痙攣的細小纖維肌瘤。

子宮內膜消融術 (Endometrial ablation) 可見效於細小的子宮腔。對於大多數患有纖維肌瘤的婦女來說並不是很有效。使用熱能量破壞子宮內膜。這可停止過量出血。之後妳將沒有月經，或月經流量非常輕。

手術 Surgery

我們可能會建議手術來治療癥狀或去除纖維肌瘤。手術的類型取決於纖維肌瘤的大小和位置，以及妳未來懷孕的計劃。

子宮肌瘤切除術 (Myomectomy) 去除纖維肌瘤。我們對想要能夠生孩子的婦女使用這項手術。手術後纖維肌瘤可以再重生。在某些情況下，我們：

- 使用稱為腹腔鏡 / 機器臂 (微創) 的方法。只需要細小的切口。
- 需要在腹部做一個較大的切口 (刀口)，然後切入子宮壁來去除纖維肌瘤。

子宮切除術 (Hysterectomy) 切除子宮和纖維肌瘤。纖維肌瘤不能再重生。

有幾種類型的子宮切除術和手術方法。合適的方法取決於妳的：

- 醫療狀況
- 子宮的大小
- 醫療病歷

手術後妳的留院時間和康復期取決於接受的子宮切除術類型。

在去除纖維肌瘤後，妳在性交過程中的舒適感和享受可能會得到改善。

生活方式建議 Lifestyle Recommendations

妳可以按照以下建議來應對輕度纖維瘤癥狀。

吃得健康。 包括大量的水果和蔬菜。它們含高纖維量，可以保持腸蠕動。這將減少骨盆痙攣引起的疼痛。

服用鈣質，B 族維生素和鉀質。 這些補充劑有助於應對痙攣和腹脹。

保持活躍。 我們建議妳一周多天的運動，每天至少 30 分鐘。

服用抗炎藥物。 例如 ibuprofen (Advil, Motrin) 或 naproxen (Aleve) 等藥物可以幫助應對疼痛和出血。請向我們查詢這些藥物是否是妳安全的選擇。

給妳的腹部熱敷。 使用熱墊或熱水袋來減少痙攣。

提高妳的腿和腳。 這可以減輕下腹部的脹壓感和疼痛，減少出血。

- 躺在沙發上並提高雙腳。
- 將枕頭放在膝後以提高腿部。

使用衛生巾代替衛生棉條。 假如妳的月經流量過多，請通過以下方式留意過量的出血：

- 記錄妳每天使用衛生巾的數量。
- 帶同此記錄就診，以便我們進行討論。

服用鐵質和每日多種維生素。 假如妳的月經流量較平常多，請服用這些補充劑以避免貧血。

其它的參考資料文獻 **Additional References**

子宮切除術 **Hysterectomy**

相關的健康工具 **Related Health Tools**

子宮纖維肌瘤的治療方案 **Treatment Options for Uterine Fibroids (Emmi)**

宮腔鏡檢查，診斷 **Hysteroscopy, Diagnostic (Emmi)**

子宮肌瘤剖腹切除術 **Myomectomy, Abdominal (Emmi)**

子宮肌瘤腹腔鏡和機器臂輔助切除術 **Myomectomy, Laparoscopic & Robot-Assisted (Emmi)**

如您有緊急醫療狀況，請撥 **911** 求助，或前往就近的醫院求診。緊急醫療狀況是指以下任何一種：
(1) 由急性癥狀（包括劇痛）其嚴重程度足以呈現的醫療狀況而在合理的預期下，如不立即接受治療，後果可能導致您健康、或身體機能、或器官的嚴重受損，(2) 進入產程時沒有足夠時間在分娩前安全地轉送至 **Plan**（本計劃內）的醫院（或指定的醫院），或在轉院時會對您（或您尚未出生嬰兒）的健康與安全構成威脅，(3) 由急性癥狀其嚴重程度足以呈現的精神紊亂而對自己或他人構成即時的危險，或由因精神紊亂而無法即時供給或使用食物、庇護或衣著。

If you have an emergency medical condition, call 911 or go to the nearest hospital. An emergency medical condition is any of the following: (1) a medical condition that manifests itself by acute symptoms of sufficient severity (including severe pain) such that could reasonably expect the absence of immediate medical attention to result in serious jeopardy to your health or body functions or organs; (2) active labor when there isn't enough time for safe transfer to a Plan hospital (or designated hospital) before delivery, or if transfer poses a threat to your (or your unborn child's) health and safety, or (3) a mental disorder that manifests itself by acute symptoms of sufficient severity such that either you are an immediate danger to yourself or others, or you are not immediately able to provide for, or use, food, shelter, or clothing, due to the mental disorder.

本資訊並非用作診斷病況或取代醫生或其他醫護專業人員給予具體的醫學意見或護理。假如閣下有持續的健康問題，或有其它疑問，請向醫生查詢。如對您的藥物有疑問或需要更多資訊，請向您的藥劑師查詢。**Kaiser Permanente**（凱薩醫療機構）並不背書文中提及的藥物或產品。文中列出的任何商品名稱僅為易於辨認而已。

This information is not intended to diagnose health problems or to take the place of specific medical advice or care you receive from your physician or other health care professional. If you have persistent health problems, or if you have additional question please consult with your doctor. If you have questions or need more information about your medication, please speak to your pharmacist. Kaiser Permanente does not endorse the medications or products mentioned. Any trade names listed are for easy identification only.