

## 婦女用藥安全園地

作者 王麗香中醫師



### 青春期常見的婦科用藥問題

初經來月經不規律，吃四物湯可以嗎？

吃四物湯可改善月經來肚子痛嗎？

停止在經後自行服用四物湯吃，四物湯原本只有四味藥（當歸、川芎、白芍、熟地），等比例用藥時是傷科受傷時之用藥，比例不同，功效就不同，如果熟地、白芍加重，滋補效果佳；當歸、川芎加重則活血作用較佳。許多店家為了口感較佳，會再加入其它藥材，例如枸杞、黃耆、肉桂等，在青春期就學的小女孩，壓力大而常熬夜，服用後常火氣大，青春痘增加或月經提早，或月經量增多，建議可找尋合格之中醫師給與治療，切勿自行服用四物湯調經，因為四物湯歸為養血活血之藥物，故可能加重其不正常出血之狀況。

青木瓜排骨湯可以豐胸嗎？

青木瓜基本上含有的營養素中，有維生素A是屬於油脂性維生素，及蛋白分解酵素，可幫助肉類蛋白分解氨基酸，或消化蛋白等。而排骨含有脂肪和蛋白質，所以青木瓜和排骨搭配一起，可以達到增加脂肪吸收，有可能可以幫助豐胸的效果。但是也得考慮遺傳的因素，並不是每個人都適合，所以還是要看體質比較好。

長高方要在何時吃？

聽從醫師對小女孩發育期的建議及處方用藥，例如：在月經初潮前兩年，因為卵巢機能未完全發育成熟，故常見到無排卵性之陰道出血，一般而言可以不用特別治療。

在乳芽發育時期身高亦開始快速成長，適當的幫助成長處方可以幫忙成長，但不適當的成長處方反而會讓性早熟。

### 育齡期常見的婦科用藥問題

子宮肌瘤，可以吃四物湯嗎？

乳房有纖維囊腫可以吃當歸嗎？

停止月經後自行服用四物湯，四物湯原本只有四味藥（當歸、川芎、白芍、熟地），等比例用藥時是傷科受傷時之用藥，比例不同，功效就不同，如果熟地、白芍加重，滋補效較佳；當歸、川芎加重則活血作用較佳。許多店家為了口感較佳，會再加入其它藥材，例如枸杞、黃耆、肉桂等，在育齡期女性，工作與家庭兩面忙碌，壓力大而勞累，服用後常火氣大，青春痘增加或月經提早，或月經量增多，建議可找尋合格之中醫師給與治療，切勿自行服用四物湯調經，因為四物湯歸為養血活血之藥物，故可能加重其不正常出血之狀況，加上四物湯內含有植物性荷爾蒙成份，長期服用可能會讓子宮肌瘤或子宮內膜異位症惡化。

（請接續頁）



### 月經來肚子痛，要吃生化湯嗎？

在子宮肌瘤、乳房有纖維囊腫或子宮內膜異位症女性，一般而言，一些含女性荷爾蒙的中藥，不可以大劑量長期使用，例如人參、當歸、山藥等。

生化湯中有當歸、川芎、桃仁、炮薑、甘草，在痛經病人屬於血虛血瘀的可服用，但每一家中藥行的組成比例會有不同，建議還是找尋合格之中醫師開立較安全。

### 常常陰道感染可以吃些什麼中藥？

反覆性陰道感染，除了可食用乳酸菌改善陰道酸鹼值外，中醫認為白帶屬濕邪，所以增強脾胃功能才是治本之法。建議一些寒冷瓜果類少吃，易腹瀉者可多食用四神湯，易便秘者改善其便秘，其感染機率就會減少。

### 更年期常見的婦科用藥問題

#### 更年期的燥熱可以吃中藥改善？

#### 加味道遙散可以治療更年期失眠嗎？

#### 更年期骨質流失可以吃些什麼中藥？

更年期的症狀是荷爾蒙減退過程，陰陽不平衡所導致，一般人體藉由飲食運動及保持心情愉快而自行恢復穩定，亦可藉由中醫用藥物幫忙婦女氣血陰陽平衡，而改善其潮熱、盜汗、恐慌、焦慮、骨質流失、失眠和不正常的月經出血等症，如加味道遙散、甘麥大棗湯、知柏地黃丸、龜鹿二仙膠等，但每個人體質差異頗大，還是找中醫師處方較為安心。

#### 更年期可以吃荷爾蒙嗎？

有乳癌家族史、子宮肌瘤、乳房有纖維囊腫或子宮內膜異位症女性，不適合服用女性荷爾蒙，植物性荷爾蒙的補充也要選天然物，勿選用高濃度的萃取物，在攝取中藥類含植物性荷爾蒙，例如人參、當歸、山藥等藥品時也要適量，不宜過多。

中藥也是藥，同樣有它特別的藥性、療效及毒性，要依照醫藥人員的指導正確使用才安全。為了自己的健康，有病看中醫用中藥時應找專業中醫師、藥師。聽從專業中醫師、藥師的意見，信任中醫師與藥師的指導與建議。