



痛经

为什么我会痛经？

疼痛经常因子宫肌肉收缩所致。子宫产生的前列腺素诱发子宫收缩。

痛经正常吗？

大多数人在经期有疼痛的表现，可以发生在月经前期或者月经期，我们叫做痛经。有些青少年在经期也会有恶心、呕吐或腹泻。虽然这些症状很常见，但你的医生可以推荐治疗方法可能有帮助缓解症状的。

如果发生痛经，我能做什么？

向你的医生咨询可能有助于缓解经期疼痛的药物。非甾体抗炎药 (NSAIDs)，可以通过阻断前列腺素的作用，缓解痛经。布洛芬和萘普生（在 Advil®，Motrin®，Aleve®，Anaprox® 和 Motrin® 等药物中发现的活性成分）是非甾体抗炎药，可以非常有效地阻止痛经。

你应该告诉你的医生，你服用这些药物的数量和频率。你也可以在腹部使用加热垫来帮助缓解痛经。定期规律的锻炼也有帮助。如果你使用了这些药物，仍然感到疼痛，你应该向医生咨询其他治疗方法。有时医生会使用激素来进一步缓解疼痛。当痛经不能通过非甾体抗炎药或激素得到改善时，就需要检查可能引起疼痛的其他原因。

我应该什么时候吃药？

最好在痛经剧烈发作前就服用非甾体抗炎药。因为痛经一旦发作，前列腺素会大量积累，此时药物的效果可能不佳。建议可以在痛经时规律服用非甾体抗炎药，而非偶尔使用。你可以在痛经发作前或者推测可能要发生时服用药物。当然，要确保你服用剂量是正确的。你应该与食物同服用非甾体抗炎药，因为它们可能会刺激你的胃。

如果我痛经很严重，我的医生会怎么做？

首先，你的医生会想知道更多关于你的月经的信息，如：月经的周期、痛经发生时间、痛经的程度。然后他们会想知道你服用药品的种类、剂量、时间。他们可能会改变你使用非甾体抗炎药的方式，使它们更有效。

如非甾体抗炎药无效，医生可能使用激素来缓解痛经；这些激素通常存在于用于避孕的药物和设备中（药片、阴道环、贴片、针剂和某些类型的宫内节育器），但它们也有其他重要的医疗用途。这些都是非常安全且有效治疗痛经的方法。许多青少年即使他们没有避孕需求，都可以使用它们来治疗痛经。如果疼痛持续，你的医生可能会考虑其他可能的原因，比如子宫内膜异位症。