

參加我們，您可以變得不一樣！

支持我們的訴求，爭取更多有關於子宮肌瘤的研究與衛教

我們這些出自公義自動自發的族群，爭取我們的政府領導階層對子宮肌瘤議題的重視，能夠提供所需研究的經費以期能夠早期診斷子宮肌瘤以及提供較無侵襲性的治療法。

| |
|---|
| 姓名： |
| 居住地址： |
| 城市： |
| 郵遞區號： |
| 電子郵件： |
| 您有無子宮肌瘤？有/無 |
| 您是不是健康照護的專業人員？是/否 |
| 您目前對於子宮肌瘤的看法（您可以自由自在回答本題，您的任何回答都有幫助） |
| 我願意加入英國子宮肌瘤信賴基金會成為會員，此是免費的 <input type="checkbox"/> |
| 簽名： 時間： |

郵寄此回函到下列住址：709 The Vista Building, London SE18 6JH
或是直接到我們基金會的網站完成加入會員的動作。

英國子宮肌瘤信賴基金會是一個什麼樣的機構？

我們是一個為病患設立的非營利機構。英國子宮肌瘤信賴基金會主要的運作是由義工、病患、和志工醫護人員來完成。我們藉由下列方式，提供英國境內子宮肌瘤患者，及其家屬，以及與病患有關的照護人員必要的協助：

- 提供有經過研究驗證的資訊來幫助你，能有所依據的來面對醫療的抉擇。
- 爭取更多的實驗和研究，來增進改善對女性子宮肌瘤治療的方法。
- 提高政府和民眾對於子宮肌瘤的認知和瞭解。
- 舉辦教學課程，提供淺顯易懂的資訊文宣並且供應網上的自由討論的空間。

英國子宮肌瘤信賴基金會的服務宗旨，是提升罹患子宮肌瘤的婦女的生活品質，透過教育來提升大眾對此的認知，並且向政府爭取更多的子宮肌瘤開發研究。

醫療聲明：本文宣說明不應誤解為病患可以自行診斷或自行醫療子宮肌瘤相關疾病。我們必須強調這些文宣內容，雖然已經通過一些婦科專家的審核，但文宣的內容及說明並不能取代家庭醫師和婦科醫生的專業諮詢。我們建議您在做任何子宮肌瘤治療決定之前，一定要先和這些醫療專家做完整的討論。

你可以在我們的網站中找到子宮肌瘤種類、診斷方法、治療選擇、以及如何做治療前的準備，和最新醫療發展等資料。

如欲取得“子宮肌瘤：您的疑問與答覆”的資訊手冊，請來信到

BFT, 709 the Vista Building, London SE18 6JH 並附上2.95 鎊的包裝和郵寄費索取

子宮肌瘤：

我們該何去何從？

病患自主性意識的抬頭



此文稿由 Nicki On 博士以及 Rajesh Varma 博士完成
此中文稿的翻譯是由王麗惠 (P-H Wang) 教授及露伊斯賴 (Louise Lai) 女士無償貢獻完成

這份衛教傳單是由英國子宮肌瘤信賴基金會發出
歡迎聯絡我們

電子郵件：info@britishfibroidtrust.org.uk

這份衛教傳單可以在下列網站
www.britishfibroidtrust.org.uk 獲得

對於罹患子宮肌瘤的婦女來說，資源貧乏很容易造成極大挫折感。所以他們需要以下的資料與支持：

- 支持與體諒
- 來自非醫療人員的公正，且經過嚴謹驗證過的數據資料。
- 最新的研究發展資訊。

英國子宮肌瘤信賴基金會在此為您服務

www.britishfibroidtrust.org.uk

我們能提供些什麼？

資訊。 閱讀一些不同治療的選項，如何針對不同的選擇做不同的準備，最新的研究報告和提升生活的一些小妙計

最新研究資訊。 欲知最新的治療方法與研究資訊請定期參訪我們的網站。

同儕支援志願工作。 讓你認識其他罹患子宮肌瘤的婦女，並一起分享討論你們的經驗療程

病患討論版與聚會。 請參與我們的線上討論版並分享個人經驗。我們也定期舉辦以病患為首的聚會，讓你有機會認識其他患者和聆聽婦科專家的演講。

志願工作。 你可以加入我們的行列，為增加大眾和政治家對子宮肌瘤認知和向政府請願，增加對子宮肌瘤研究的基金做努力。

什麼是子宮肌瘤？

子宮肌瘤是一種長在子宮的良性(非癌症)肌肉性組織。雖然大部分的婦女並不知道自己患有子宮肌瘤，但因為子宮肌瘤在生育年齡婦女中是非常常見的疾病，其約每三人中就有一人患有子宮肌瘤。子宮肌瘤的有大有小，小的可能如同豆狀或更小，大的有如瓜類般大小；而患者可能患有一個或多個肌瘤。子宮肌瘤一般均會造成子宮的脹大，使病患的小腹膨脹，看起來像懷孕一樣。

子宮肌瘤的成因？

子宮肌瘤形成的真正原因並不清楚。非洲裔和亞洲裔的婦女相對於其他裔的婦女，要有較高的子宮肌瘤發生率。體重較重的婦女和無生產經驗的婦女也有相對較高的罹患率。

子宮肌瘤的徵狀？

四分之三的患有小子宮肌瘤(小於三公分)的婦女並不會有徵狀。但是患有較大肌瘤的婦女可能會有以下徵狀，其包括月經量大，失血量多到造成貧血，骨盆腔和背部疼痛，經痛，排尿困難，便秘，不孕，性交疼痛，早產或流產。

如何診斷子宮肌瘤？

一般子宮肌瘤的診斷可藉由經骨盆腔超音波來偵測。婦科醫師可以描繪出子宮肌瘤的大小和位置，其包括黏膜下肌瘤(長於子宮黏膜內)，子宮肌層肌瘤(長於子宮肌層間)和漿膜下肌瘤(由子宮外壁向外生長)。有些肌瘤會像植物的柄一般連在子宮，稱為蒂狀肌瘤。其它可以用來診斷子宮肌瘤的工具還包括核磁共振，腹腔鏡，和子宮腔鏡。

治療方法有哪些？

有症狀的婦女們可以選擇藥物治療，手術治療，或是其他的治療方法。根據肌瘤的大小，位置，症狀的嚴重程度，未來想生育的可能性，或過去有接受過的治療方式和個人喜好來決定要用哪一種方式治療。

藥物治療

非賀爾蒙類的藥物：例如止痛消炎藥(Ibuprofen and Mefenamic acid)可以緩解相關的疼痛，或是使用 tranexamic acid 類的藥物來減緩月經過大的問題，但是這些藥物並非避孕藥。

賀爾蒙類的藥物：藉由調節性賀爾蒙來減少肌瘤的大小。它們可分為口服式的，注射式的(例如 GnRHa)或是放置在子宮腔內的(例如 Mirena)。如同大部分的藥物，這些藥物都有產生副作用的可能性。醫師最常開的藥物一般是六個月份的GnRHa(例如 Zoladex/Prostap/Decapeptyl/Leupron)。它們的藥效可以分為一個

月一次或是每三個月一次的注射液。但是通常停藥後，肌瘤又會再度長回原先大小。另外有幾種賀爾蒙類的藥物目前正在測試中。

手術治療

子宮肌瘤摘除術(以手術方式切除肌瘤)也可以從腹部操作(一般是動刀或是以腹腔鏡輔助經陰道子宮切除術)或是用一個微小的鏡面深入陰道進入子宮(子宮腔鏡)。子宮肌瘤摘除術會保存住你的子宮也對於月經量大的人會有幫助，在某些情況下也能改善生育問題。

子宮切除術摘除包含了肌瘤的子宮。這是對有大型肌瘤又不需要保存子宮的婦女想要永絕後患最好的處理方式。

子宮肌瘤摘除術和子宮切除術的危險性：這些治療方式與一般手術一樣，均有以下可能發生的併發症。雖然危險性不高，但是會發生，包括出血，感染，血栓(下肢靜脈栓塞及肺栓塞)，還有對鄰近器官的傷害(例如腸子或是膀胱的損傷)。

子宮內膜破壞術 – 將一個小的氣球或是像扇子類的器具由陰道伸入子宮腔中，並直接對子宮內的黏膜加熱破壞。這個治療方法非常快(只要2到10分鐘)，而且對減少經血也很有幫助。但是手術不能保證不破壞生育能力。

其他治療方式

子宮動脈栓塞術(UAE) - 以引導線穿入你的鼠蹊處並散佈特製粒子到那些提供子宮養分並賴以維生的血管，阻塞住血管。子宮肌瘤會在六個月內縮小20%到40%。手術後並不能保證能生育，雖然已有不少手術後仍能成功受孕的例子。

磁振導航超音波療法(MRgFUS) – 患者躺在核磁共振的儀器中接受聚焦超音波的聲波來燒灼子宮肌瘤。這項治療適用於子宮肌瘤小於10公分跟少於5顆子宮肌瘤的婦女。手術後的六個月內肌瘤會縮小10%到30%。手術後不能保證生育能力不被影響。雖然子宮保留住了，只有少數有婦女成功受孕的例子。