

癌症中西醫照護：〔婦科相關〕

陰道分泌物

【原因】

許多女性病患在抗腫瘤治療後開始出現白帶，大多是因

1. 抗腫瘤的藥物讓部分陰道的表皮細胞萎縮，使原本共生的正常菌種消失，因此陰道內酸鹼平衡被破壞。
2. 體內免疫力低下而導致不同菌種的感染，使陰道分泌物多，甚至會有顏色及異味。

【中醫常見分型】

1. 脾虛帶下：分泌物色白、無臭味，面色蒼白或黃，四肢末梢不溫暖，疲倦疲憊，食慾不佳，小腹下墜感，大便稀水狀，雙下肢可能浮腫。
2. 腎虛帶下：分泌物黃或偏紅、量多，或伴陰部搔癢、灼熱感，心煩易怒、頭暈目眩、口乾舌燥、耳鳴，心悸、烘熱感、失眠、腰痠痛等。
3. 肝火帶下：分泌物顏色紅或黃綠色，質地黏稠而有異味，量多而月經失調，情緒抑鬱易怒，胸脅脹滿感，口苦、口乾舌燥。
4. 濕毒帶下：分泌物量多，顏色像膿的黃綠色，質地黏稠，或像混濁的洗米水，有異味，陰部搔癢，可能並存小腹疼痛、小便深黃甚至偏紅，口乾舌燥、體溫偏高。

【中醫衛教】

1. 盡量穿著寬鬆衣物，保持陰部的涼爽，避免穿著極貼身的衣物，如：褲襪、緊身褲，衛生棉或護墊則是不建議使用，除非能經常、不斷的更換。
2. 避免使用任何清潔劑盥洗陰部。
3. 確實清洗及曝曬內褲。
4. 不要讓生活過度疲勞，讓自己精、氣、神充足亦是一種保健。

【飲食原則】

1. 一般不建議吃生冷飲食或刺激的辛辣食物，亦即食物都應經過烹煮，應避免白蘿蔔、大白菜、西瓜、椰子、奇異果等寒涼食物。
2. 飲食清淡、作息規律。
3. 宜多吃具有健脾祛濕作用的食物，如山藥、扁豆、蓮子、白果、薏米、核桃仁、芹菜、豬肚、烏骨雞、芡實。

臺北市立聯合醫院林森中醫院區癌症中西醫照護

【穴道按摩】

	經絡	取穴方法	主治
血海	脾經	大腿內側，髕底內側端上兩寸，當股四頭肌內側頭隆起處	一切血病，調血、養血
足三里	胃經	膝蓋外側凹陷處下方四指寬處。	清熱化濕，降逆利氣。

穴位圖示：



【藥膳】

一、 四神湯：

- ◆ 材料：蓮子 5 錢、芡實 5 錢、薏苡仁 5 錢、茯苓 1 錢半、排骨或豬小腸半斤。
- ◆ 做法：洗乾淨的藥材跟排骨與豬小腸一起加入適量的清水，電鍋外鍋加兩杯米的水，電鍋跳起後，繼續悶煮約二十分鐘。

二、 山藥粥：

- ◆ 材料：山藥、米
- ◆ 做法：山藥與米約 1:3 的比例，份量可自行拿捏，可早晚服用。

三、 紅豆薏苡仁湯：

- ◆ 材料：紅豆 80 克、大薏仁 80 克、冰糖適量
- ◆ 做法：前一天可將紅豆跟大薏仁一起泡水備用，隔天洗乾淨後，加入適量的水，用大火煮開，轉小火悶煮 30 分鐘，最後加入冰糖。