

初潮迟迟不来？月经长期失调？经前总是易怒？ 市一医少女门诊助你度过 多事之春

融媒记者 李梦楚

说起少女门诊，大家的目光可能立刻就会被这个新奇的名字所吸引。其实，市一医少女门诊开设已10年有余，接待患者超过1万人次。

少女门诊到底是一个怎样的门诊？为何要开这个门诊？它看些什么病呢？带着这些疑问，记者走进市一医少女门诊，采访了主任医师李红儿。



主任医师李红儿在市一医少女门诊坐诊

一人一医一诊室 少女就医找对路子

如果说更年期是女性的多事之秋，那么青春期就是女孩的多事之春。李红儿介绍，现在女孩子的青春期普遍提前，十一二岁初潮是普遍现象。随着生理发育的变化，这一时期的女孩子可能会遇到一些身心健康问题：月经不调、闭经、痛经、经前期综合征、外阴阴道炎以及生长发育异常、意外妊娠等情况，也容易出现抑郁、焦虑等心理问题。

青春期少女遇到上述问题后，往往不知道该到哪儿看病。因为按传统的分科方式，14岁以下的应看儿科，14岁以上的应看妇科。她们求医时，往往看儿科不对路，挂普通妇科门诊又因为混夹在成年女性之中而感到无所适从。

为了避免让青春期少女陷于尴尬境地，从2010年开始，市一医妇科就专门开设了少女门诊，并实行一人一医一诊室的问诊方式，消除青春期少女看病时的心理负担，全方位针对青春期少女在性征发育、生长发育、心理行为发育过程中出现的遗传生理、心理健康问题开展临床咨询和诊治，帮助青春期少女找对路子、开对方子。

多年来，市一医少女门诊一直由主任医师李红儿坐诊。她毕业于浙江大学医学院，20多年来一直从事妇产科的医、教、科、研工作，还曾赴浙江大学医学院附属妇产科医院、复旦大学附属妇产科医院进修遗传咨询及生殖内分泌，有着丰富的临床诊疗经验，帮助众多青春期少女顺利度过多事之春。

发现异常早就医 少女门诊开对方子

月经不调者占六七成

据了解，在到市一医少女门诊求医的女孩子中，月经不调者占到六七成。

少女月经不调，首先是要排除器质性的病变。一般来说，少女月经不调主要表现为月经频发或稀发、月经量过多、经期延长等，有少部分患者器质性疾病，大部分与生活习惯、环境改变、过度运动、精神刺激等有关。李红儿说，现在的女孩子不爱运动，爱吃油炸食品、甜食和饮料，作息不正常，这些都是不好的生活习惯。她在门诊中发现，月经不调的女孩子中，肥胖者占到大多数。有些是青春期内分泌紊乱，伴有痤疮、体毛增多、黑棘皮症。也有些女孩过分追求纤瘦，在青春期过度节食减肥导致月经失调。还有些女孩被望女成凤的期望压得喘不过气来，过重的心理负担导致月经紊乱。

有些家长认为，女孩还小，月经不正常没啥关系，时间长了就自动调节至正常了。究竟是不是这样呢？李红儿告诉记者，少女月经初潮后，经过5年-7年建立规律的周期性排卵，月经逐渐正常，但家长要注意经量、经期，也要控制好孩子的体重，帮助孩子舒缓学习压力，保证充足的营养和睡眠。

长时间月经失调，危害女性健康。月经过多可能导致失血性贫血，会影响到少女的身体健康和生长发育，严重者甚至影响生育。如果青春期少女月经表现为流血淋漓不尽或大量出血，经期持续达10多天甚至更久，应及时到医院就诊，以免延误治疗。

少女闭经要引起高度重视

初潮，是女性青春期开始的重要标志。但并非所有的女孩子初潮都是那么顺利。李红儿介绍，有

些女孩超过14周岁第二性征未发育，或超过16周岁第二性征已发育但初潮迟迟不来，这属于原发性闭经；有些女孩曾有规律月经来潮，后因某种原因而月经停止6个月以上，或按自身原有月经周期计算停止3个周期以上，这属于继发性闭经。

原发性闭经较为少见，多为遗传因素或者先天性发育缺陷引起，约30%伴有生殖道异常。继发性闭经相对来说较为常见，长期的精神压力、体重大幅度上升或下降、剧烈运动、多囊卵巢综合征、内分泌功能异常、肿瘤、多次人流刮宫、宫腔感染等都可能引起闭经。

李红儿提醒，千万别以为闭经是小事。闭经影响性器官发育，影响体格与智力发育，可能会导致女性成年后不孕不育、内分泌疾病、代谢疾病、肿瘤，影响生命周期。

临床上，她还遇到过这种特殊情况：由于性教育的缺失，有些十三四岁的女孩子时隔多月不来月经还只知道自己竟然怀孕几个月了。

面对未婚先孕问题，大多数低龄女性会选择流产。有些女孩子不敢告诉家长，更不知道应该如何妥善解决，就偷偷摸摸地到地下诊所进行人流引产手术。这种情况不仅给她们带来生理上的极大危害，可能导致妇科炎症的发生、身体功能的衰退甚至终生不孕，还会给她们带来心理上的极大创伤。

痛经及经前期综合征同样普遍

有些女孩子月经之前反复出现躯体、精神、行为改变，总觉得这儿不舒服那儿不舒服，出现烦躁不安、易怒、头痛、背痛、乳房胀痛、便秘、焦虑、抑郁、乏力、注意力

不集中、记忆力减退等情况，这些都是经前期综合征的典型症状。

从生理层面分析，月经前期，女性体内的雌孕激素和神经递质会出现一定的波动，容易发怒焦虑；从精神层面分析，很多女孩子面对月经如临大敌，行动上觉得多有束缚，心理上也会有畏惧和厌恶，都有可能引起经前期综合征。

另外，痛经也是很多青春期女孩子常见的疾病。疼痛剧烈患者，可出现冷汗、呕吐、腹泻、晕厥（疼痛性休克）等症状。

李红儿介绍，药物的调理、规律的运动、均衡的营养、充足的睡眠以及良好的心态都是战胜经前期综合征、痛经的重要法宝。青春期女孩子要注意少吃油炸食品、生冷硬食物、零食甜品，多补充优质蛋白，多吃水果蔬菜，尤其是在经期快到来的前两天，要放松心情，保持愉快心情来面对那几天特殊的日子。

随着人们健康意识的提高，少女门诊已被越来越多的青春期少女及其父母所接受，但也仍有部分人讳疾忌医。李红儿提醒，青春期少女如发现月经失调、过胖过瘦、闭经、发育异常、腹痛或下身不正常出血等情况，一定要尽早就到少女门诊就医，及时彻底地进行治疗，以免对身心健康造成不良影响。