

# 生理期

## 的煩惱

生理期是專屬於女孩的煩惱事，關於生理期還有著許多的流言與禁忌，就讓小志醫師幫你一一破解，輕鬆面對生理期。

撰文／劉育志

「小志醫師，我們明天要去水上樂園玩耶！」威豪的臉上寫滿了興奮。

「那裡的滑水道有七層樓高！」

「還有大海嘯！」

同學們七嘴八舌的說著，每個人都迫不及待，躍躍欲試，只有雯琪坐在一旁默不作聲，神情落寞。

「你沒有要一塊兒去玩嗎？」我問。

雯琪搖搖頭說：「剛好遇到生理期，沒有辦法去。」

### 為什麼子宮會流血？

「什麼是生理期？」文謙問。

「就是流血啦！」威豪立刻回答。

「有受傷嗎？為什麼會流血？」文謙一臉困惑。

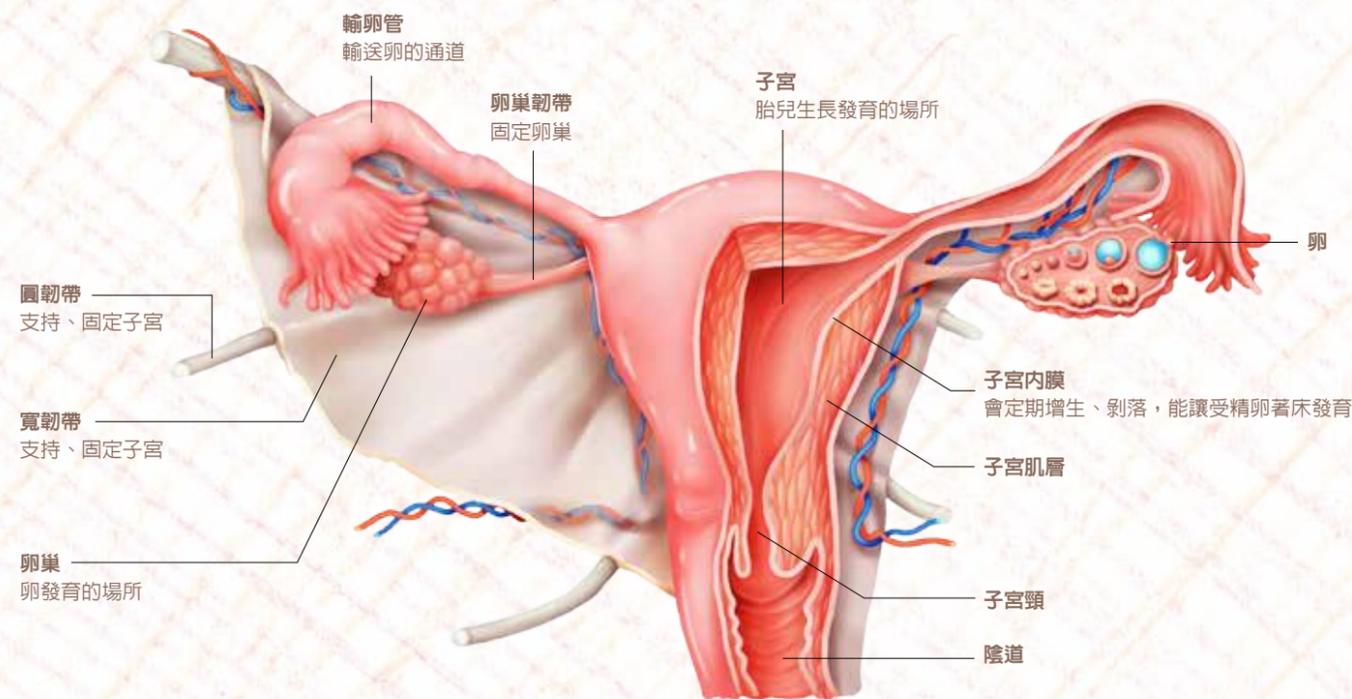
「不是受傷啦！那是因為……因為……」平時伶牙俐齒的威豪頓時語塞。

「生理期也就是月經，是因為子宮內膜脫落而產生的出血。」我說。

「子宮內膜是什麼？」

「子宮內膜是覆蓋於子宮腔壁薄薄的一層組織，能讓受精卵著床發育。」我一邊在紙上畫圖一邊說明，「女生的生殖週期比較複雜，一般而言我們會將月經來臨的那一天視為週期的開始，經血大多會持續 5~7 天。子宮內膜脫落完畢後便會開始增厚，為下一次受孕做準備。同時卵巢裡的濾泡逐漸成

### 子宮的構造



繪圖：鄭永富

熟，大約在第 14 天左右，會釋出卵，通常每個月只會排出一顆卵。」

「如果同時排出二顆卵就可能成為雙胞胎。」莉芸說。

「是的。」我說：「不過你們應該有發現有些雙胞胎長得一模一樣，有些則長得沒那麼像。」威豪用力的點點頭。

「因為雙胞胎有二種，一種是二顆卵分別受精後形成胎兒，稱為『異卵雙胞胎』；另一種是一顆受精卵在分裂過程中變成二顆，然後發育成二個胎兒，稱為『同卵雙胞胎』。『異卵雙胞胎』的基因不同，長相、性別、血型也不盡相同，至於『同卵雙胞胎』則擁有一模一樣的基因，外表常會非

常相似，讓人難以辨識。」

「喔，原來如此！」

「那你們知道精子和卵會在哪相遇嗎？」我問。

「在子宮？」

我微微一笑，說：「卵排出後，僅有不到 24 小時的時間具有受精能力，這時卵往往還在輸卵管內，所以大多數受精卵是在輸卵管裡形成，之後才被送到子宮裡著床發育。不過，有些時候受精卵還會迷路。」

「迷路？」莉芸露出不解的表情。

「如果受精卵沒有順利進到子宮，而在輸卵管、腹腔或其他地方著床，稱為『子宮外孕』，這是相當麻煩的狀況。」