



全球婦女抗疼痛年

真女人，真疼痛

婦女疼痛的流行病學

人群中常見疼痛發病率的性別差異^{1, 2}

- 對於不同的疼痛來說，年齡和性別特定的流行模式是不同的。但是，女性的常見慢性疼痛流行率比男性要高。例如，在成年人群研究中，頭痛、頸、肩膀、膝蓋和背部疼痛的「女性：男性」發病率比例平均約為 1.5:1；口面疼痛的比例約為 2:1；偏頭痛的比例為 2.5:1；而纖維肌痛症候群（不太流行但常導致喪失活動能力）的性別比例超過 4:1。
- 現在仍不清楚流行病學調查中發現的婦女疼痛的高發病率是因為婦女更有可能患這些病（即更高的發病率），還是因為這些病在婦女中的發病時間更長。
- 女性比男性更容易同時體驗多種疼痛。與患有一種疼痛相比，患有多種疼痛與更高的活動能力喪失和心理憂慮水準有關，而且也是發生新疼痛的風險因素。

疼痛的性別相關風險因素^{3至5}

- 女性生殖荷爾蒙雌激素在某些疼痛中的作用非常明顯（例如偏頭痛、顳下頷關節障礙疼痛）。對於其他疼痛來說，激素參與的證據不很清楚。但是，多種常見疼痛的發病率在女孩經歷青春期的時逐漸增加，而青少年時期男孩的發病率則保持穩定或上升不如女孩的明顯。
- 男性和女性對於各類鴉片類藥物的反應並不相同，顯示兩性的內源性鴉片系統不同，進而可能影響疼痛的發病率。
- 女性比男性更容易抑鬱，而抑鬱是常見疼痛的風險因素之一。同樣，女性比男性的身體病徵更多，而這些並發病徵也被假設為疼痛的風險因素之一。

女性疼痛的流行病學^{6至9}

- 痛經（月經期間疼痛）非常普遍，影響 40 至 90% 的婦女。約 15% 的婦女將她們的月經疼痛描述為折磨。原發性痛經在青春期中晚期和成年期早期最為流行和嚴重。
- 慢性（非月經）盆腔疼痛可由婦科（例如子宮內膜異位、感染）或非婦科疾病（包括大腸激躁症或膀胱相關疼痛）引起。一項在美國進行的研究發現育齡婦女中各種原因的慢性盆腔疼痛的流行程度約為 15%。
- 慢性陰部疼痛是指外陰在沒有已知感染、皮膚病、代謝、自身免疫或贅生物病因的情況下出現慢性疼痛。在一項社區研究中，婦女外陰疼痛的發病率超過 18%，而 12% 的婦女報告刀割樣疼痛或觸痛，6% 的婦女報告持續癢或燒灼感；但目前仍不清楚上述醫療狀況在何種程度上引發這些病徵。
- 約 45% 的婦女在懷孕期間出現背部下側/骨盆帶疼痛。所有婦女中約四分之一有要求治療的嚴重疼痛。產後，約 25% 的婦女出現背部下側/骨盆帶疼痛，而約 5% 婦女出現嚴重疼痛。
- 分娩疼痛非常普遍，在 95% 以上的分娩中出現。

疼痛相關健康護理的使用和活動能力的喪失^{3、6}

- 女性比男性更有可能尋求疼痛相關的健康護理，導致在多種疼痛治療中婦女的就診比例很高。婦女中較高的就診率可能是由於疼痛對於女性來說比男性更嚴重。
- 目前仍不清楚女性還是男性更易出現疼痛相關的工作能力喪失；多種因素（如工作類型和家庭責任等）影響著工作能力喪失率。但是，在將能力喪失定義為日常生活的限制以及不能工作時，婦女的疼痛相關活動能力喪失率更高。
- 雖然不同人群間的這一比率有所不同，但按中值考慮，大約有 20% 的女孩因痛經而缺課。

Copyright International Association for the Study of Pain, September 2007.
References available at www.iasp-pain.org.