

女大学生原发性痛经现状及影响因素分析

陶相秀^{1,2①}, 邢雪琨^{1②}

(1. 桂林医学院公共卫生学院, 广西 桂林 541199; 2. 阳朔县人民医院, 广西 阳朔 541900)

摘要 目的: 了解女大学生原发性痛经的现状及其影响因素, 为女大学生原发性痛经的防治提供参考。方法: 采用问卷方式对桂林某高校 333 名女大学生进行调查, 了解女大学生原发性痛经的发生率, 分析女大学生原发性痛经的影响因素。结果: 女大学生原发性痛经发生率为 80.8%, 其中轻度、中度、重度分别为 66.2%、29.0% 及 4.8%。单因素分析发现母亲痛经史、体质量指数(BMI)、生活习惯等是女大学生原发性痛经的影响因素。Logistic 逐步回归分析显示, 家庭环境、母亲文化程度、经期辛辣饮食、经期卫生等为女大学生原发性痛经发生的影响因素($P < 0.05$)。结论: 原发性痛经在女大学生群体中的发生率较高, 遗传、环境等因素均可对其产生影响。

关键词: 女大学生; 原发性痛经; 因素分析

中图分类号: R711

文献标志码: A

文章编号: 1008-2409(2022)05-0045-05

Current situation and influencing factors of primary dysmenorrhea in female college students

TAO Xiangxiu^{1,2①}, XING Xuekun^{1②}. (1. School of Public Health, Guilin Medical University, Guilin 541199; 2. Yangshuo People's Hospital, Yangshuo 541900, China)

Abstract Objective: To understand the occurrence and related influencing factors of primary dysmenorrhea in female college students so as to provide a reference for the prevention of dysmenorrhea. Methods: Questionnaire survey was conducted among 333 female college students in a university in Guilin. Results: The incidence of primary dysmenorrhea in female college students was 80.8%, of which, 66.2%, 29.0% and 4.8% were mild, moderate and severe dysmenorrhea, respectively. Univariate analysis found out that maternal dysmenorrhea history, body mass index (BMI) and lifestyle were the influencing factors of primary dysmenorrhea in female college students. And Logistic stepwise regression analysis showed that family environment, mother's educational level, spicy diet during menstruation, menstrual hygiene, etc. were the influencing factors for the occurrence of primary dysmenorrhea in female college students ($P < 0.05$). Conclusion: The incidence of primary dysmenorrhea is high in female college students, among which, genetic and environmental factors and the like can be the influencing factors of primary dysmenorrhea.

Keywords: female college students; primary dysmenorrhea; factor analysis

① 作者简介: 陶相秀(1998—), 女, 广西阳朔人, 2022年桂林医学院预防医学本科毕业, 现在阳朔县人民医院工作。研究方向: 健康监测。
② 通信作者: 邢雪琨, E-mail: biyingxiao@163.com。

原发性痛经是单纯的功能性痛经,是指行经前后或行经期间出现下腹部疼痛,伴有头晕、乏力等不适症状,无其他明显的盆腔疾病。原发性痛经通常在月经初潮后1~2年内出现,发生在15~25岁之间,女大学生正是原发性痛经发病高峰的对象。近年,各地区女大学生原发性痛经的发生率为70%~80%^[1]。据临床统计,长期遭受痛经的女性可能会引起早衰,且注意力受影响,精神变弱,痛经不及时治疗,也容易诱发一些妇科疾病^[2]。原发性痛经发病机制主要与内分泌有关,大部分学者认为痛经不仅由病理生理机制引起,环境、生活习惯、心理、遗传等因素对原发性痛经也会产生影响^[3-6]。基于此,本研究旨在探索原发性痛经在女大学生群体中的发生情况及影响因素。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本研究采用随机抽样的方法,对桂林某高校的女大学生(在校女大学生,入校时健康体检合格,无盆腔生殖器病变史)进行调查,参与者年龄18~25岁,平均(20.3±1.4)岁。本次调查发放问卷350份,回收有效问卷333份,回收率为95.1%,其中发生过痛经者269人,未发生过痛经者64人;原发性痛经发生率为80.8%,其中轻度、中度、重度痛经分别占66.2%、29.0%及4.8%。

1.2 调查问卷

在查阅国内外相关资料的基础上,自行编制女大学生原发性痛经的调查问卷,内容包括:①一般信息:年龄、BMI、家庭背景等;②月经信息:初潮年龄、

月经周期、经血量、月经天数、痛经症状、痛经程度;③与痛经有关的因素:生活习惯、饮食习惯、个人卫生等;④痛经管理和缓解措施。

1.3 方法

采用自编的调查问卷,正式调查前进行预调查,根据调查结果完善自编的调查问卷;正式分发问卷,向调查对象解释调查目的和意义,说明调查要求和注意事项,确保调查对象的隐私并获得其知情同意;回收调查问卷并进行整理与分析。

1.4 诊断标准

①初潮后数月,疼痛常在月经即将来潮前或潮后开始出现,并持续在月经期的前48~72h,疼痛常呈痉挛性,通常位于下腹正中,可放射至腰骶部和大腿内侧;②伴有恶心、呕吐、头晕、乏力等症状,严重时出现面色发白、出冷汗等症状;③盆腔检查无异常。

1.5 统计学方法

采用SPSS 25.0统计学软件对数据进行统计分析,以描述性和多元Logistic逐步回归分析,评估不同变量之间的关联。 $P<0.05$ 表示差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 母亲情况、BMI、家庭环境与原发性痛经的相关性分析

痛经组和正常组女生的母亲文化程度及痛经史、家庭环境、体质量指数(body mass index, BMI)比较,差异均具有统计学意义($P<0.05$),见表1。

表1 两组母亲情况、家庭环境及BMI比较(n,%)

| 相关因素 | 正常组(n=64) | 痛经组(n=269) | χ^2 | P |
|--------|-----------|------------|----------|-------|
| 母亲文化程度 | | | | |
| 初中及以下 | 41(16.1) | 214(83.9) | 6.917 | <0.05 |
| 高中及以上 | 23(29.5) | 55(70.5) | | |
| 母亲痛经史 | | | | |
| 是 | 11(4.6) | 226(95.4) | 112.529 | <0.05 |
| 否 | 53(55.2) | 43(44.8) | | |

续表

| 相关因素 | 正常组(n=64) | 痛经组(n=269) | χ^2 | P |
|------|-----------|------------|----------|-------|
| 家庭环境 | | | | |
| 农村 | 17(11.0) | 137(89.0) | 12.348 | <0.05 |
| 城镇 | 47(26.3) | 132(73.7) | | |
| BMI | | | | |
| 偏瘦 | 21(61.8) | 13(38.2) | 34.603 | <0.05 |
| 正常 | 42(14.5) | 247(85.5) | | |
| 超重 | 1(10.0) | 9(90.0) | | |

2.2 生活习惯与原发性痛经的相关性分析

痛经组与正常组女生经期是否吃辛辣食物、使

用卫生巾前洗手、体育锻炼、节食减肥等相关,差异均具有统计学意义($P<0.05$),见表 2。

表 2 两组饮食情况、生活习惯情况比较(n,%)

| 相关因素 | 正常组(n=64) | 痛经组(n=269) | χ^2 | P |
|----------|-----------|------------|----------|-------|
| 吃辛辣食物 | | | | |
| 是 | 28(57.1) | 21(42.9) | 53.223 | <0.05 |
| 否 | 36(12.7) | 248(87.3) | | |
| 使用卫生巾前洗手 | | | | |
| 是 | 29(11.3) | 227(88.7) | 44.404 | <0.05 |
| 否 | 35(45.5) | 42(54.5) | | |
| 经期睡眠质量 | | | | |
| 很差 | 5(12.2) | 36(87.8) | 3.403 | >0.05 |
| 一般 | 51(21.8) | 183(78.2) | | |
| 很好 | 8(13.8) | 50(86.2) | | |
| 体育锻炼情况 | | | | |
| 从不 | 0 | 7(100.0) | 12.174 | <0.05 |
| 偶尔 | 27(23.3) | 89(76.7) | | |
| 经常 | 34(22.8) | 115(77.2) | | |
| 每天 | 3(4.9) | 58(95.1) | | |
| 节食减肥 | | | | |
| 经常 | 3(5.2) | 55(94.8) | 11.650 | <0.05 |
| 偶尔 | 42(20.0) | 168(80.0) | | |
| 从不 | 19(29.2) | 46(70.8) | | |

2.3 心理压力与原发性痛经的相关性分析

痛经组与正常组女生学习和生活压力的情况比较,差异具有统计学意义($\chi^2 = 9.560, P < 0.05$),见表 3。

表 3 两组学习和生活压力情况比较(n,%)

| 学习和生活压力 | 正常组(n=64) | 痛经组(n=269) |
|---------|-----------|------------|
| 较大 | 0 | 32(100.0) |
| 一般 | 28(20.0) | 112(80.0) |
| 较小 | 34(23.3) | 112(76.7) |
| 几乎没有 | 2(13.3) | 13(86.7) |

2.4 原发性痛经的多因素分析

筛选出具有统计学意义的因素进行赋值,再进行 Logistic 回归分析,发现影响女大学生原发性痛经与家

庭环境、经期辛辣饮食、使用卫生巾前洗手、母亲痛经史、体育锻炼、节食减肥等因素有关 ($P < 0.05$), 见表 4。

表 4 影响原发性痛经的多因素分析

| 因素 | 回归系数 | 标准误差 | Wald | OR | 95% 置信区间 | | P |
|----------|--------|-------|--------|--------|----------|---------|-------|
| | | | | | 上限 | 下限 | |
| 家庭环境 | 1.569 | 0.591 | 7.046 | 4.803 | 1.508 | 15.298 | <0.05 |
| 辛辣饮食 | 1.720 | 0.735 | 5.481 | 5.584 | 1.323 | 23.561 | <0.05 |
| 使用卫生巾前洗手 | -1.600 | 0.616 | 6.734 | 0.202 | 0.06 | 0.676 | <0.05 |
| 母亲痛经 | -3.831 | 0.626 | 37.451 | 0.022 | 0.006 | 0.074 | <0.05 |
| 体育锻炼 | -2.397 | 0.926 | 6.694 | 0.091 | 0.015 | 0.559 | <0.05 |
| 节食减肥 | 4.231 | 1.195 | 12.532 | 68.793 | 6.610 | 716.014 | <0.05 |

3 讨论

痛经是一个重要的健康问题,痛经严重者会影响日常生活及生活质量。本调查显示,333 名调查对象原发性痛经发生率为 80.8%,其中轻度、中度、重度分别为 66.2%、29.0%、4.8%,该结果与以往统计结果相近^[7-9]。

本研究结果显示,母亲痛经史是危险因素,其与鲁静雅等^[1]研究结果基本一致。痛经具有一定的遗传倾向,尤其是母女有相似的生活习惯和环境^[10]。国外研究发现,母亲痛经相关遗传基因可以通过染色体传递给女儿,影响其性情,使其容易受刺激,导致激素不稳定^[11]。家庭环境对原发性痛经的发生也有一定影响,可能是城镇教育相对农村教育而言,在女性生理健康知识教育方面更完善,能传授更多的女性生理学知识,在某种程度上可预防并改善痛经。

本研究结果显示,原发性痛经发生还与以下因素有关:经期辛辣饮食、使用卫生巾前洗手、体育锻炼及节食减肥。辛辣饮食具有刺激性,所以月经来潮时或月经期间受刺激,可导致盆腔血管过度收缩,引起痛经和月经紊乱^[12]。使用卫生巾前洗手是良好的卫生习惯,月经期的女性身体抵抗力较弱,应注意个人卫生,重视私处清洁,可避免经期受到感染。体育锻炼能使人体血容量相对增加,改善微循环,使

子宫动脉血流量增加,改善子宫缺血、缺氧,缩短子宫收缩时间,可解除或缓解痛经的症状^[13]。而节食减肥的后果除可导致贫血、甲状腺功能亢进等疾病外,还会引起内分泌功能失调,如月经不调、闭经等,使身体机能发生紊乱。

单因素分析中 BMI、学习和生活压力与原发性痛经的发生有差异,经 Logistic 回归分析,BMI、学习和生活压力与原发性痛经没有关联。但有研究对 450 名女生进行调查,发现低 BMI 和高 BMI 与痛经之间有统计学差异,得出痛经的严重程度与 BMI(体重不足和超重)有相关性^[14]。如经常节食减肥导致营养不良,或暴饮暴食、长期运动等都会影响内分泌系统。而确保摄入健康平衡的饮食来改善 BMI,可能会在很大程度上缓解痛经。有研究表明,心理压力是原发性痛经的危险因素,痛经时女大学生在一定程度上会情绪不稳定,内分泌系统易受外界因素影响,导致内分泌失调^[14-15]。BMI、学习和生活压力对原发性痛经发生的具体原因需进一步研究。

综上所述,原发性痛经在女大学生中的发生率较高,学校应重视对女大学生的健康教育,制定女性经期预防保健措施,对其进行相关指导,改变经期不良行为,如注重膳食平衡、体育锻炼、卫生保健及缓解痛经的方法,以加强女大学生对痛经保健的认识,提高身体素质和生活质量,促进身心健康发展。

参考文献:

- [1] 鲁静雅,朱琳,朱亚涵,等.女大学生原发性痛经现状及影响因素分析[J].保健医学研究与实践,2021,18(4):51-54.
- [2] 张红参,关皓邨,李克明,等.基于X形平衡理论干预原发性痛经的治疗思路探讨[J].中国保健营养,2020,30(1):82-83.
- [3] 王艳英.原发性痛经发病机制及治疗的研究进展[J].中华中医药杂志,2015,30(7):2447-2449.
- [4] 李尧,宫郡茗,陆鑫林,等.天津市女大学生原发性痛经的现状 & 影响因素分析[J].中国校医,2022,36(03):167-170.
- [5] KARMILA R, SEPTIANI W. Correlation of knowledge, nutritional status, and physical activity with incidents of dysmenorrhea on female students of YLPI pekanbaru tahun 2018[J]. Jurnal Kesehatan Komunitas, 2019, 5(2): 101-105.
- [6] 林丽娜,金小青,叶琼.女性原发性痛经状况社会心理因素及与受暗示性的相关性分析[J].中国妇幼保健,2020,35(23):4574-4576.
- [7] BILIR E, YILDIZ S, YAKIN K, et al. The impact of dysmenorrhea and premenstrual syndrome on academic performance of college students, and their willingness to seek help[J]. Turk J Obstet Gynecol, 2020, 17(3): 196-201.
- [8] HU Z, TANG L, CHEN L, et al. Prevalence and risk factors associated with primary dysmenorrhea among chinese female university students: a cross-sectional study[J]. J Pediatr Adolesc Gynecol, 2020, 33(1): 15-22.
- [9] 孙敏,刘峰林,任远.原发性痛经的现代医学认识及治疗研究进展[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(7):29-30.
- [10] BURNETT M A, ANTAO V, BLACK A, et al. Prevalence of primary dysmenorrhea in Canada[J]. J Obstet Gynaecol Can, 2005, 27(8): 765-770.
- [11] ORTIZ M I. Primary dysmenorrhea among Mexican university students: prevalence, impact and treatment[J]. Eur J Obstet, Gynecol Reprod Biol, 2010, 152(1): 73-77.
- [12] KAUR G, KAUR P, HIMANI, et al. A study of the relation of BMI with dysmenorrhea in adolescents girls[J]. International Journal of Current Research in Med Sciences, 2017, 3(8): 65-70.
- [13] 陈桂兰.女大学生原发性痛经的影响因素及心理干预对策探寻[J].心理月刊,2021,16(10):214-215.
- [14] 恒佳.运动是缓解痛经的有效方法[J].健与美,2021,(7):25.
- [15] ULLAH A, FAYYAZ K, JAVED U, et al. Prevalence of dysmenorrhea and determinants of pain intensity among university-age women[J]. Pain Med, 2021, 22(12): 2851-2862.

[收稿日期:2022-06-21]

[责任编辑:郭海婷 英文编辑:阳雨君]