

## Q6

文／婦產部 研究醫師 李瑋婷

# 不當使用衛生棉條 須留意中毒性休克症候群？

**現**代女性在經期來臨時，除了使用衛生棉之外，衛生棉條也是常見的生理用品選擇。衛生棉條能提供女性於月經期間擁有更方便、舒適的生活，但是，您知道如何正確使用衛生棉條嗎？您知道不當使用衛生棉條，可能會引發罕見但嚴重的併發症——中毒性休克症候群嗎？



## 什麼是中毒性休克症候群，有哪些症狀？

中毒性休克症候群（Toxic Shock Syndrome, TSS）是多由金黃色葡萄球菌引起，是一種罕見但嚴重的感染性疾病。金黃色葡萄球菌是人體表面常見的正常菌叢，當表皮出現傷口，細菌乘虛而入，進入人體的血液中，細菌所釋放的毒素，可能引發嚴重的全身性反應，影響身體多個重要器官的運作，甚至可能導致休克，危及生命。

中毒性休克症候群常見的症狀包括發燒、頭痛、肌肉痠痛、噁心、嘔吐、腹瀉、皮膚紅疹、甚至休克等現象。如果不及時治療，可能導致嚴重的器官損傷，甚至死亡。

## 衛生棉條為何與中毒性休克症候群有關？

適當使用衛生棉條並不會增加陰道感染的風險，只有在不當使用衛生棉條的情況下，才可能造成陰道感染，甚至引發中毒性休克症候群。造成感染的原因通常與個人使用衛生棉條時的衛生習慣、使用規格不符的衛生棉條，以及個人免疫力有關。以下列出常見不當使用衛生棉條的習慣，都有可能增加嚴重感染的風險：

- 1 置入衛生棉條前，未清潔雙手。
- 2 長時間使用同一個衛生棉條，導致細菌積聚。
- 3 使用過度吸收力的衛生棉條，讓陰道黏膜過於乾澀，容易因摩擦造成破皮，此時存

在於外陰部的金黃色葡萄球菌可能循此途徑，造成全身性感染。

- 4 在非月經期間使用衛生棉條，此舉非但無法吸附分泌物，還可能造成分泌物無法順利排出而引發感染。

### 正確使用衛生棉條 6 觀念

- 1 使用前應洗淨雙手避免感染。
- 2 定期更換衛生棉條：衛生棉條的使用以一個為限，勿重複使用。使用時間建議為4~6小時，勿超過8小時。
- 3 根據自己的經血量，選擇合適的衛生棉條尺寸和吸收力。避免使用過度吸收力的衛生棉條。如果經血量較大，可選用吸收力較強的衛生棉條；反之，若棉條不易取出，或使用後覺得陰道乾澀，棉條容易碎裂，或是6小時以上都不需要更換，則建議改用吸收力較低的衛生棉條。
- 4 游泳或泡湯時使用衛生棉條，須於結束後立即取出或更換棉條。
- 5 陰道發炎時，建議應於治療痊癒後再使用。
- 6 使用過程如有不適，應立即停止使用並盡快就醫。

#### ► 資料來源

衛生福利部食品藥物管理署

### 選購衛生棉條需要注意什麼？

衛生棉條屬於第二級醫療器材，購買前應參考注意「醫材安心三步驟：一認、二看、三會用」。

- 1 「認」識衛生棉條是醫療器材。
- 2 購買產品時，「看」清楚包裝上是否載明醫療器材許可證字號。
- 3 使用前務必仔細閱讀說明書，學會「正確使用」的方法及了解注意事項。

### 結語

衛生棉條讓女性告別悶熱感的生理期，在使用前應充分了解如何正確選購及使用，以遠離細菌的威脅。使用衛生棉條期間，如果出現高燒併發嘔吐和腹瀉、身體紅疹或持續下腹痛，應立即取出棉條並且盡速就醫。衛生棉條守護經期間的你我，但我們要有正確使用的認知，才能守護自己的健康！🙏

