

行政院國家科學委員會專題研究計畫 期中進度報告

經前症狀護理處置方案的建立與評價之系列性研究 - 經前
症群婦女之症狀經驗；自我照顧行動 健康需求與其健(1/3)

計畫類別：個別型計畫

計畫編號：NSC92-2314-B-002-268-

執行期間：92 年 08 月 01 日至 93 年 07 月 31 日

執行單位：國立臺灣大學醫學院護理學系暨研究所

計畫主持人：楊雅玲

共同主持人：何弘能

計畫參與人員：Dr. Taylor ； 白育平

報告類型：精簡報告

處理方式：本計畫可公開查詢

中 華 民 國 93 年 6 月 15 日

行政院國家科學委員會補助專題研究計畫

第一年執行進度報告

經前症狀護理處置方案的建立與評價之系列性研究 - - 經前症候群婦女之症狀經驗；自我照顧行動、健康需求與其健康相關生活品質的相關性探討；系統性症狀處置護理方案之成效（1/3）

A Series Studies on Nursing Strategies for Perimenstrual Symptom Management - The Symptom Experience of Women with Perimenstrual Syndrome, The Relation of the Efficacy of Self-Care and Women's Health Related Quality of Life, The Effectiveness of Systemic Nursing Strategies Program for PMS（1/3）

計 畫 編 號：NSC92 - 2314 - B - 002 - 268

執行期間（第一年）：92 年 08 月 01 日 至 93 年 07 月 31 日

計 畫主持人：楊 雅 玲

專 任 助 理：白 育 平

執 行 單 位：臺大醫學院

中華民國 九十三 年 六 月 十五 日

計劃緣由與目的

一、計劃緣由

經前症候群是月經週期中婦女常見的困擾，女性從 11-13 歲青春期初經來潮開始，一直到 50 歲左右更年期為止，將近有 35-40 年的時間，其幾乎每 4 週-5 週就要重複經歷一次月經週期的循環。而根據國內外相關研究報告顯示，有 30%到 90%的婦女除了身體上明顯的經歷月經期外，她們同時在經前期(黃體期後段)曾感受到程度不等的身心變化，這些經前期的身心變化對部分婦女造成困擾，甚至症狀嚴重者會影響其日常生活功能、工作情形與人際關係。Frank(1931)即提出「經前緊張症候群(Premenstrual tension syndrome)」，描述女性因受荷爾蒙影響，在月經來潮前出現緊張、頭痛及體液滯留等症狀；Greene 與 Dalton (1953)將它更名為「經前症候群(Premenstrual syndrome)；PMS」，認為這是一種反覆出現於婦女月經來潮前，其生理與心理上所感受與經歷的一群症狀之總稱，並指出「經前症候群」之症狀涵蓋身體、認知、情緒及行為上的障礙，導致患者的人際關係與日常活動功能深受影響，而症狀多在月經週期中的黃體期(luteal phase)出現，在濾泡期(follicular phase)開始後消失（張麗滿，民 88）。在國際一片訴求應重視婦女健康的聲浪中，西方國家對於經前症候群的相關研究，已由盛行率之調查到介入性措施的臨床實驗法。反觀國內，尚無統一且可靠之盛行率資料，更遑論提供婦女改善其健康的有效處置照護。因此本系列性研究將以系統性經前症狀處置護理方案，促進婦女之健康相關生活品質為主要目的之相關議題探討。

二、研究目的

本研究為三年期系列性研究計劃，是一縱貫性之研究設計，其整體目的為經前症候群婦女之健康相關生活品質模式之建立，以評價經前症狀處置護理方案的成效及其對婦女健康促進。因此藉由經前症候群盛行率的調查、經前症狀的分類與特性，建立經前症狀處置護理方案，系統性護理處置之即刻性、中、長期效益與婦女健康相關生活品質間之相關性與模式。並期經由系列研究中，各階段之目標與工作成果之整合，來達成增進

婦女經期健康之護理介入照護模式之建立。

資料之收集包括非結構的文字資料與結構式問卷資料，以視窗 Word 與 SPSS 等電腦軟體進行資料的鍵入與分析。質性資料之內容分析、與量性資料將以描述性統計及多變量分析法予以統整歸納。

第一年研究之主要目的為：1.瞭解台灣地區育齡婦女月經週期相關症狀之流行病學相關資料。2.確認台灣地區育齡婦女經前症候群之分類及其特性。3.確認台灣地區婦女經前症候群不同嚴重程度發生率。4. 比較國內之資料與國外相關資料間之異同。

第一年計劃執行政程序和進度

本期研究乃分兩階段進行，第一階段則是確立研究工具內容與適用性之測試，第二階段則是運用第一階段所確認之研究工具，針對台灣地區育齡期婦女為樣本母群體，以系統性亂數抽樣法篩選出研究樣本，進行資料收集並分析經前症狀之流行病學相關資料，並依研究資料所得的經前相關症狀的特性予以分類 (symptom cluster)。目前研究仍在進行中，執行進度如下所述。

階段一：確立研究工具內容與適用性之測試

本研究收集之資料內容有：研究對象婦女之人口學基本資料、孕產史、過去醫療史與健康狀況、經前症候群症狀種類與嚴重程度、個人月經週期之經驗、健康行為等相關資料。本研究在此階段主要進行研究工具內容之確立，而研究工具適用性之測試方式乃以前趨研究的方式，隨機抽樣 30 位一般育齡期且有月經週期，尚未步入更年期，並排除目前懷孕、哺育、手術或長期服用藥物等情況之婦女接受問卷訪問，將所得之資料採用 Cronbach Alpha 方式來測試各研究問卷之內在一致性；效度則採用專家效度，延請多位在婦女健康照護相關領域之專家學者，針對工具內容適用性、文字清晰性予以檢定是否合宜。

- (一) **基本資料記錄單** 在本計劃之文獻查證過程中，發現有經前症候群症狀婦女之經前症狀的種類、嚴重程度及其症狀經驗情形，深受婦女個人特質，如年齡、教育程度、生育的子女數、環境的特性（居處地區的生產經濟狀況）、職業狀況等之影響。因此本研究之研究人員收集許多經前症候群相關研究資料，如：余玉眉（1995）、周勵志（1994）、張麗滿（1999）、Taylor（1999）等，藉以參考設計本研究所使用之**基本資料記錄單**，內容包括：研究對象婦女之年齡、職業、婚姻狀況、教育程度、經濟狀況、性生活情形、孕產史、生育狀況與計劃、避孕情形。本問卷之效度採用專家效度，延請教學醫院婦產科醫師 2 名、婦產科病房資深護理人員 6 名、及護理教師 2 名，對本工具之合適性加以檢定。
- (二) **健康狀況評估表** ”健康評估”是多面向的評估，可分為主觀與客觀的評估；而自我健康評量是一個主觀且複雜的過程，其為個人整體內在整合的結果，含括身體機能、心理狀態、社會角色扮演與支持、個人生活經驗、對疾病的認知等部份之評估。本研究第一年計劃乃以研究對象之主觀健康狀況自我評估為主。研究人員綜合文獻查證結果並配本研究之研究目的，設計完成**健康狀況評估表**，內容包括婦女本身之疾病史、醫療與藥物治療情形、生活型態、生活習慣、及健康狀態相關事件的評估。本研究工具之效度採用專家效度。
- (三) **經前症狀嚴重程度紀錄單** 本研究以系統性文獻分析方式，收集國內相關研究使用之經期症狀紀錄表，包括陳淑月（1984）、周勵志（1993,1994）、郭倩琳、史麗珠、徐麗華、李選（1997）與張麗滿（1999），以及國外相關研

究 Moos (1991)與 Taylor(1999)等，共七種之經前症狀紀錄表，予以分析各個紀錄表之優、缺點及其特性。經分析整理後，與美國加州大學舊金山分校護理學系 Dr. Taylor 討論，確認本研究之研究工具以沿用 Dr. Taylor 之經前症狀處置護理方案中，使用之婦女健康問卷為主軸，同時參考國內實際情形作調整，而建立本研究採用之**經前症狀嚴重程度紀錄單**。此紀錄表是以回溯之方式，請研究對象回憶並記錄其過去 3~6 個月中，所感受到之經前症狀種類及嚴重程度。主要紀錄的範圍區分為四大部分 - - 情緒（混亂症狀、憂鬱症狀）變化、疼痛/身體不適、行為/功能改變、身體/認知狀態改變；詳細內容包括：月經量、性質及規律情形、排卵期之感受經驗、經前症狀種類、經前症狀出現頻率及其嚴重程度、過去是否接受治療、影響症狀發生之因素與面對症狀的感受與經驗等。本問卷之 Cronbach α 值為 0.92，效度則採用建構效度。

（四）經前症狀日誌 - 逐日記載 本研究所採用之經前症狀日誌，以 Dr. Taylor 所設計之經前症狀日誌（PMS Tracking Chart）為範本。日誌之紀錄以月經來潮第一天為紀錄首日，到下一次月經來潮前一天止，為一個週期，逐日記載。紀錄內容包括研究對象之月經量、體重變化、感受到的經前症狀（例如：心理情緒起伏、生理不適、生活環境壓力等），依其困擾程度之多寡加以自我紀錄；同時包含其在面對經前症狀

時所採取之健康促進行為。本研究工具之特性係以前瞻性方式，由研究對象自我紀錄，以獲取準確且即時之資料。

階段二：進行資料收集

本研究之資料收集乃針對台灣地區育齡期婦女為樣本母群體，資料收集場所以北區某大學之教職員師生及其附設教學醫院之員工為主。經文獻查證結果得知：大部分臨床上所遇的「經前症候群」患者平均年齡在於 30-35 歲之間，越年輕的婦女其症狀越嚴重；亦有研究更進一步指出，婦女在 20 多歲末期至 30 多歲中期，最容易有經前期不適症狀的產生。因此本研究之研究對象條件有三：(1) 年齡介於 20~40 歲間之一般生育期婦女 (2) 有月經週期者，並排除目前懷孕、哺育、手術或長期服用藥物等情況。(3) 尚未進入更年期階段者。

資料之收集亦分三個階段逐步進行：1) 以亂數抽樣方式，並透過相關單位之配合，請符合研究條件之女性員工協助填寫健康狀況評估表；再依回收之健康狀況評估表，篩選出曾有經前不適症狀之對象；2) 由受過訓練之訪談人員，個別針對曾有經前不適症狀之對象，進一步詳細說明本研究計劃之內容、資料收集方式與研究成果之重要性，並取得受訪對象之同意後，始進行第二階段，包括基本資料記錄單及經前症狀嚴重程度紀錄單之資料收集訪談；3) 最後再藉由經前症狀嚴重程度紀錄單之內容，篩選出經前症狀較嚴重之研究對象，請之填寫經前症狀日誌 - 逐日記載；此部分之資料收集是採研究對象逐日記載的方式進行，研究對象將其在月經來潮的第一天所感受到之不適症狀（心理狀態、情緒改變、生理變化、壓力感受等等情形），依其困擾程度加以依序紀錄下最困擾的前 10 項症狀，並逐日評估記載該 10 項症狀之嚴重程度的變化。每一研究對象均為期二個週期。

本計劃預計收集 300 位個案，目前已有 115 位研究對象完成第二階段資料收集，且有 31 位正在進行第三階段之資料收集。仍在積極進行中。

第一年計劃執行進度甘梯圖

執行 期間 執行 進度	92/08	92/09	92/10	92/11	92/12	93/01	93/02	93/03	93/04	93/05	93/06	93/07
研究相關文獻收集與分析	●	●	●	●	●	●	●					
研究工具之設計：基本資料 記錄單、健康狀況評估表、 經前症狀嚴重程度紀錄單、 營養狀況評估單之問卷內容			●	●	●	●						
修改與確立基本資料記錄 單、健康狀況評估表、經前 症狀嚴重程度紀錄單、營養 狀況評估單內容					●	●	●	●				
問卷信度測試—前趨研究 、專家效度測試							●	●				
研究訪談人員的訓練，使之 熟悉資料收集方式、與相關 單位接洽協調合作訪談事宜							●	●	●	●	○	
研究個案資料收集								●	●	●	○	○
資料整合分析										○	○	○
結果呈獻												○

註：● 表示進行中，尚未完成