

痛經合併學習困難

報告人: Jane Wu

報告日期: 2010.08

1. 個案基本資料

姓名: Li L.S. 性別: 女 年齡: 16 歲 生日: 1993 年 1 月 14 日

2. 主要症狀病史

個案有生理期疼痛問題已 2~3 年，個案每次生理週期為 7 天，經期來前幾天會痛、無血塊、淡血色，量還好，週期的前 1~2 天身體會感到燥熱，想解熱，特別是夏天。打工店店長表示，個案常會洗菜洗到一半突然就停住，旁邊的人叫他都不會發現，這樣的情形有 1 年多了。

3. 健康問題與症狀

No	問題與症狀	症狀描述(部位, 症狀不適描述、範圍大小、深淺, 持續時間)	困擾程度	病齡	發生頻率	好發狀況
1	痛經	經期前幾天會痛, 無血塊, 淡血色, 量還好, 週期為 7 天, 前 1~2 天感到燥熱, 想解熱, 特別是夏天	2.5 分	2~3 年	1~2 天 / 月	經前
2	閃神	常會洗菜洗到一半停住, 旁人叫他都不會發現	3.5 分	1 年	1~2 次 / 天	工作時

4. 原始診治與結果

個案並未針對健康問題至醫療院所就醫。

5. 初始方案規劃

規劃期程	最佳使用時間	使用品項及方法		
第 1~4 週	6:00~7:00am	M006	3	顆
	4:00~5:00pm			
	晚上睡前	B009	3	顆
第 5~12 週	6:00~7:00am	M006	3	顆
	2:00~2:30pm	B009	3	顆

	4:00~5:00pm	P005	3	顆
	晚上睡前	B021	3	顆

6. 處置過程與狀態

時間	處置作為	狀態與回應
第 7 天	訪談	食慾變很好,吃的比較多。晚上睡眠品質也較佳,生理期方面也比較不痛了上課也較易專心個案表示覺得精神比較好,早上起床比較不愛睏了,整體來看,個案覺得比較有精神了。
第 14 天		個案的整體狀況較服用 CENS 前有好一些,但還是不可對個案施加壓力,一施加壓力就恍神;態度上較為積極,早上比較能遵守上班時間,且比較清楚店長叫他做的事情,及要做些什麼。
第 28 天	訪談	此次沒有痛經的症狀,也沒有經期間燥熱感。早上起床精神不錯,現在不會賴床了,晚上上課時也比較能專心。
第 60 天		經歷第二個經期個案覺得完全沒有痛經及經期症候群的情形了。 學習力方面上課更能專心了,也比較聽的懂老師在說什麼。 個案比較能專心了,比較能聽的懂別人在和他說什麼,也會主動幫忙、招呼客人,雖然有時還是會恍神,但整體來說和之前比覺得已經進步很多了。

7. 個案總結

問題與症狀	處置前	處置後
痛經	經期前幾天會痛,無血塊,淡血色,量還好,週期為 7 天,前 1~2 天感到燥熱,想解熱,特別是夏天	(第 7 天)生理期方面也比較不痛了 (第 28 天)生理期剛結束,沒有痛經的症狀,也不會有經期間燥熱感。 (第 2 個月)整體兩個月下來個案覺得完全沒有痛經及經期症候群的情形了。
學習困難及注意力	常會洗菜洗到一半停住,旁人叫他都不會發現	(第 7 天-自訴)上課也較易專心,精神比較好,早上起床比較不愛睏了 (第 14 天-工讀店長)態度上也較為積極,早上比較能遵守上班時間,且比較清楚店長叫

不全		他做的事情， (第 28 天-自訴)晚上上課時比較能專心。 (第 2 個月-工讀店長)覺得個案比較能專心了，比較能聽的懂別人在和他說什麼，也會主動幫忙、招呼客人，雖然有時還是會恍神，但整體來說和之前比覺得已經進步很多了。
----	--	--

8. 個案經驗與感想

沒有痛經的症狀，也沒有經期間燥熱感。

比較能專心，比較能聽的懂別人在說什麼；也會主動幫忙、招呼客人，雖然有時還是會恍神，但整體來說和之前比覺得已經進步很多了。

9. 個案討論

個案在第一週就經歷一次經期，其痛經問題即得到改善，另外胃口、睡眠、精神體力也得到明顯提升。這種既針對症狀改善又有整體性的健康效益，對個案來講是過去未曾有的經驗。尤其從第二個經期以後就都完全沒有痛經及經前症候群的情形。

在學習困難及注意力不全的部分，一旦這部分有改善以後，比較能聽得懂別人說話、較會主動幫忙、較能與人互動(招呼客人)、態度也變得比較積極。我們認為，這些改變最主要由覺察性的提升所導致，加上人與生俱有的向上、向善的力量，就很自然的展露出來；個案聽不懂別人說話、不會主動幫忙、不懂招呼客人，不是故意的！只因，健康出了問題！