

壹、前言

青春期是兒童長大成人的重要轉銜階段，女孩一進入青春期，除了身高、體重的快速增加外，第一與第二性徵亦開始發育（Chang, Chen, Hayter, & Lin, 2009）。在諸多生理變化中，月經是代表女孩變成女人的具體象徵，是性成熟最顯著的徵兆，更是女性認識自己身體、建立自尊與女性角色定位的重要事件（Rembeck, Moller, & Gunnarsson, 2006），但因無法預測月經來臨時間，相較其他身體變化，月經的來臨會帶給青春期中女生極大的衝擊。面對青春期中生理變化，多數女生往往不知如何啟口與家人討論（Burrows & Johnson, 2005; Chang et al., 2009），但Iliyasu、Aliyu、Abubakar與Galadanci（2012）以184對母女為對象，發現月經是開啟母女溝通生殖健康話題之主要事件，因為當月經來潮，女生往往選擇第一個告訴母親，而母親亦是其主要的月經知識來源（Chang & Chen, 2008; Cheng, Yang, & Liou, 2007; Houston, Abraham, Huang, & D'Angelo, 2006; Rembeck et al., 2006），而研究亦顯示，當下母親對此事件的回應對女兒日後月經態度影響甚鉅（Uskul, 2004）。

月經教育應是長期且持續的過程，應在初經開始前即進行教導，並持續至月經來之後（Koff & Rierdan, 1995）。但研究顯示國內、外青少年大都有月經知識不足之問題，如：Chang與Chen（2009）以花蓮地區417位國小高年級女生及Moore（1995）以澳洲國小六年級女生為對象，兩研究對象之月經知識平均答對率均為45.1%；歐陽美蓉（2004）以台北地區國中及國小女生為對象，月經知識平均答對率僅56.8%，顯示國小或國中階段女生對與切身相關的月經事件仍缺乏正確的知識。由於多數青春期中女生主要及希望之月經知識來源均為母親（Chang & Chen, 2008; Cheng et al., 2007; Houston et al., 2006; Rembeck et al., 2006），但查閱過去相關文獻，Lei、Knight、Llewellyn-Jones與Abraham（1987）以53位青少年母親為對象，發現母親之月經知識答對率僅有47.7%；張玉婷（2012）以花蓮地區298位與國小高年級女生同住之女性親屬為對象，發現其月經知識平均答對率為67.53%，顯示母親或家中女性親屬亦未具備足夠之月經知識。

女性一生有近乎30~40年的時間需經歷月經來潮，因此月經觀點與月經經驗對女性之自覺與自我健康有密切的關聯（張珣，2003）。Chang與Chen（2009）及張玉婷（2010）之研究顯示，現階段多數青春少女對月經仍抱持著中立略偏負向的態度，如不贊同月經是令女生感到「驕傲」、「高興」及「期待」之事件（張玉婷，2010）；認為月經來會影響其情緒、日常生活、課業及交友（Chang & Chen, 2008）；月經來時通常會感覺不舒服等（Chang & Chen, 2009）。根據Costos、Ackerman與Paradis（2002）以138位26~60歲之女性為對象，回溯其與母親談論月經之經驗，發現多數母親均以負向語調談論月經；Marván與Trujillo（2010）以298位19~25歲之墨西哥女性為對象，發現在初經前母親告知經期可以／不可以做哪些活動會影響其現在對月經特定禁忌之信念，而在初經前被告知即將經歷負向之經期變化，會影響其現在認為月經是造成女性虛弱的事件（*disabling event*）。雖然Lei等人（1987）及Marván與Trujillo（2010）皆指出，母親是女兒月經態度主要影響者，但因上述研究以國外文獻為主，面對國內重視升學，視性相關話題為禁忌的環境下，有四成以上國小高年級學生自述從未和父母／家長討論過月經相關問題（張玉婷，2010），因此在國內避而不談的情境下，母親與其青春女兒月經態度之相關性值得進一步探討。

現今的知識仍無法預測初經來臨時間，因此初經來前是否接受適當之月經準備，對青春女生在初經來時生理層面的衝擊具有決定性的影響（Chang, Hayter, & Wu, 2010）。初經來時，部分青春女生會面臨生理不適的症狀（Costos et al., 2002; Teitelman, 2004），Campbell與McGrath（1999）之調查顯示，90%以上的青春女生在初經來後即有經期不適之症狀，其中又以腹部痙攣、腹部不適、易怒與頭痛為最常主訴的症狀。Latthe、Latthe、Say、Gulmezoglu與Khan（2006）分析40篇設計嚴謹之經痛研究，發現經痛之盛行率介於16.8%~81.0%，研究結果差異極大。但不可諱言，對青春女生而言，經痛是發生率最高、最常造成其罹病的主要原因，亦是影響青春女生課業表現、造成其缺課及日常生活受限的主因（邱敏惠、王秀紅，2004；Strinic et al., 2003）。面對經期可能帶來之不適症狀，多數青春少女從母親處接收到這是身為女性必須忍受的事