

保健教育丛书

湖南教育出版



妇女卫生指南

湖南省卫生宣传站 湖南医科大学第一附属医院 主编

前 言

每一位病人都渴望了解所患疾病的致病原因，掌握科学、简便、实用的自我保健知识。每一位医务人员都乐意为病人介绍医学知识，在防、治病过程中得到病人主动而有效的配合。但是，在目前医院“看病难”、“住院难”的情况下，病人和医生都往往不能满足与实现各自的要求。《保健教育丛书》的出版，为医患之间提供了一种媒介，也为推进全民健康教育开辟了一个良好的阵地。

医学模式正在由生物医学向生物、心理、社会医学转变，这就要求医院的服务范围、手段相应扩大，实现由医疗型向医疗预防型转变，这是必然趋势。我们希望这套丛书，能在这一转变中发挥一定的作用。

这套丛书由湖南医科大学第一附属医院的一些富有经验的专业人员撰写。全省各级医院在本书出版过程中给予了热情关心与积极支持，张柳明、肖正湘同志为本书的出版作了一些具体工作。在此，一并致谢。我们殷切期望广大读者和医务工作者，对本书提出批评，以便再版时补充修改。

编 者

1987年7月

目 录

新生女婴的特殊状态

- 产后数日尿布上有白带及血是怎么回事? (1)
- 新生儿乳房肿大, 奇怪吗? (1)
- 新生女婴为什么会得外阴炎与阴道炎? (2)

女婴幼儿的常见疾病

- 阴唇粘连 (3)
- 异常白带 (3)
- 外阴炎和阴道炎 (4)
- 阴道异物 (4)
- 外阴创伤 (5)
- 生殖系统肿瘤 (5)

和少女们讲点悄悄话

- 少女为什么会来月经? (7)
- 少女为什么会痛经? (8)

经期应注意什么？	(9)
青春期厌食症的危害	(10)
性生活对少女是有害的	(11)

妇科病的防治

怎样防治阴道炎？	(13)
外阴瘙痒是什么原因？	(15)
患宫颈炎该怎么办？	(16)
盆腔炎是怎么回事？	(17)
子宫内膜发生异位之后怎么办？	(18)
不育是男女双方的事情	(19)
长了子宫肌瘤怎么办？	(20)
长了卵巢肿瘤怎么办？	(21)
怎样防治宫颈癌？	(22)
间变是癌吗？	(23)
警惕子宫内膜癌（子宫体癌）	(23)
下腹痛应到哪科看病	(24)
哪些情况可以引起闭经？	(25)
用什么方法诊断功能性子宫出血（功血）？	(26)

更年期保健

老年期保健

老年妇女有哪些生理变化？	(31)
老年性阴道炎是怎么回事？	(32)

哪些病可以引起老年妇女阴道出血·····	(32)
老年期保健·····	(33)

计 划 生 育

避孕方法简介·····	(35)
育龄妇女不同时期避孕方法的挑选·····	(36)
有关避孕药的知识·····	(37)
有关放置节育器的知识·····	(38)
人工流产·····	(38)
绝育·····	(39)

妇科的特殊检查

白带检查·····	(41)
子宫颈粘液检查·····	(42)
阴道脱落细胞检查·····	(43)
基础体温测定·····	(44)
妊娠试验·····	(46)
子宫颈活组织检查·····	(47)
诊断性刮宫·····	(48)
输卵管通水术及通气术·····	(49)
阴道镜检查·····	(50)
超声检查·····	(51)

新生女婴的特殊状态

产后数日尿布上有白带及血是怎么回事？

年轻的妈妈不必焦急，这并非病态，而是由于胎儿在母亲子宫内生长发育时，母体分泌的雌激素和胎盘的大量性激素进入了胎儿体内，这些激素使阴道上皮增生，产生阴道分泌物出现白带，这些激素使子宫内膜轻度增生，当婴儿脱离母体后（即脱离了母体雌激素的影响），增生的子宫内膜脱落，因而有少量阴道流血，这种现象是新生女婴特殊的生理状态之一，经几天或2~3周会自然消失，所以你可放心，这是正常生理现象。

新生儿乳房肿大，奇怪吗？

这用不着大惊小怪，婴儿的乳房无论是男还是女，在出生3~5天都是胀鼓鼓的，如果用手挤压会挤出象乳汁样的液体，这是由于胎儿在母体内受到大量性激素包括雌激素、孕激素和生乳素的作用所致，而雌、孕激素浓度高时可抑制生乳素的作用。

用，一旦胎儿离开母体，雌、孕激素浓度很快下降，解除了对生乳素的抑制，故生乳素刺激乳房肿大，并有泌乳现象，肿大的乳房约在2~3周后会逐渐消退，少数要延续到一个月以上，对肿大的乳房不要挤压，挤压可能导致皮肤破损而使细菌乘虚而入，造成乳房发炎，甚至形成脓疱，此时则应请医生进行诊治。

新生女婴为什么会得外阴炎与阴道炎？

新生女婴皮肤柔软、娇嫩，血管丰富，如不及时更换尿布，外阴浸渍在尿液中；或使用粗糙的尿布等原因，磨破皮肤，使之受损；加之女婴阴道口与肛门之间的会阴部分短、组织薄，大便很容易污染阴道，细菌乘机而入，均可造成外阴炎或阴道炎。由于尿道口与阴道口很靠近，所以患外阴炎或阴道炎后，尿道也可能被波及，患儿会出现尿道刺激症状或因疼痛不适而哭闹不休，此时应请医生找出病因，对症下药。一般轻度的炎症可用高锰酸钾水清洗外阴部，并涂擦消炎油膏或肤疾散即可治愈。护理上注意勤换尿布，保持局部干燥，外阴炎会慢慢好起来的。

女婴幼儿的常见疾病

阴唇粘连

女婴幼儿外阴组织薄嫩，皮肤更容易受刺激、损伤或发生感染。若小阴唇内侧面被擦破，很快就会粘连在一起，看上去尿道口、阴道口全被封住，其实它只是一层膜，将左右两侧小阴唇连接起来。轻者，用两个大拇指分放在两侧的大阴唇上，轻轻向外牵拉就可将膜拉开。重者可用探针从空隙小孔伸入膜内，将其分开。将粘连的阴唇分开后，应注意清洁，每天涂几次抗生素油膏，以免感染。其实不作处理也没太大关系，女孩长大了，活动多了，自然会分开。

异常白带

女婴阴道发炎后，阴道排出液不是透明或白色的，而是稍微发黄或粉红色的，严重时是脓性血带，应该及早慎重处理。

极少数发育不正常的女婴，直肠开口于阴道，尿道也开口

于阴道，以致尿粪合流，这样常导致生殖道的感染炎症，而出现较多的异常白带。

外阴炎和阴道炎

女婴幼儿的生殖器官疾病，85~90%是外阴炎或阴道炎，表现为局部的痒、红、肿，小孩抓破患处后加重感染而会出现疼痛，并有分泌物流出。

引起外阴炎、阴道炎的原因很多，有细菌、病毒、寄生虫的感染，也可为化学和物理性刺激而引起。值得注意的是可能因大人是带菌者而使小孩被感染。如滴虫性阴道炎、淋菌性阴道炎、霉菌性阴道炎等。总之，发现女婴幼儿搔抓外阴部，应仔细检查内裤是否清洁、合适，排出液的性状如何，若经多次清洗仍无好转则应请医生检查。

预防外阴炎、阴道炎，应做到保持女阴局部清洁卫生，便后要冲洗。大便后由前向后擦洗，女孩不要穿开裆裤，不要穿化纤制品内裤，不用碱性强的肥皂，不滥用抗生素，家长患有外阴瘙痒应赶快治疗。

阴道异物

女孩阴道出血的最主要原因是阴道异物，异物进入阴道，使阴道受压，粘膜溃破，发炎红肿，流出脓性液体，还有血混杂在分泌物中。如果溃烂面大而深，出血量多，就会流出带臭

味的血水，一旦发现女孩有阴道出血或脓性液体应寻找原因，请医生治疗，并应在麻醉下取出异物。若出血不止则要缝合，并治疗炎症，防止阴道壁前后粘连，影响将来婚后的性生活。

外 阴 创 伤

女阴的表皮薄嫩，血管极为丰富，当受到猛力撞击，常会引起出血。血不仅向外流，还可流向皮下组织，形成血肿，若血肿越来越大，可致行走不便，疼痛难忍，同时会导致大小便困难。一旦发生外阴创伤，应立即送医院将伤口彻底清洗干净，取出血块，缝合伤口。若血肿不大，又无破口，可卧床休息，局部采用冷敷（冰敷）。不能小便者可安置导尿管，保留48~72小时，待局部水肿消退，则可拔管。同时应注意外阴清洁，预防感染。

生 殖 系 统 肿 瘤

尽管婴幼儿卵巢还未成熟，但已发现几种较多见的肿瘤，如卵巢畸胎瘤约占少女肿瘤病人的一半多，患卵巢良性囊肿的少女约占少女肿瘤病人的15~28%。怀疑新生女婴患有卵巢肿瘤时，不要急于手术，因为部分女婴卵巢组织受母体血内促性腺激素的刺激可使卵巢形成囊样肿大，这种肿大，通常于出生1~2月后自然消失。

女婴幼儿还可患下列肿瘤，如卵巢未成熟畸胎瘤、卵巢内

胚囊瘤、卵巢无性细胞瘤、卵巢颗粒细胞瘤、卵泡膜细胞瘤、葡萄状肉瘤、阴道和宫颈透明细胞腺癌等。幼女患恶性肿瘤，病情发展快，预后不良，若及早发现可提高治愈率。

和少女们讲点悄悄话

少女是多么美妙而神秘的字眼，她让过来人回味、思念。但有些少女却害怕别人这样称呼她，因为她们把突如其来的生理变化看作是得了重病，看作是沉重的包袱，所以必须与她们冷静地谈谈。

青春期的女孩，我们疼爱地称她们为“少女”，因为她们是由幼女向成年妇女过渡的阶段，所以青春期也是幼年期幼稚的生殖器官向成熟过渡的时期，女孩的生理变化很大，这时全身体格迅速发育，性功能也逐渐成熟，月经来潮，乳房隆起，腋毛、阴毛出现，脂肪沉着于胸、肩、臀部而显出女性体态，对于这种突然的变化，很多女孩没有思想准备，她们害羞，拼命遮盖，使之受害不浅。为了让她们能自然地适应这种生理变化，下面介绍一些有关知识。

少女为什么会来月经？

月经是女性特有的生理现象，妇女一生中第一次来月经称月经初潮，大多数月经初潮在12~14岁。月经就是每个月由于

子宫内膜脱落而引起的阴道流血，妇女所以会来月经是因为有子宫和卵巢。在促卵泡激素和黄体生成素的刺激下，使卵巢中的卵泡成熟，并产生较多的雌激素，它可使子宫内膜增厚，并排出一个卵子，排卵后这个成熟的卵泡的外壳即变成黄体，分泌雌、孕激素。它使子宫内膜更加增厚，血管更丰富，腺体更加增长，并具有分泌功能。假使排出的卵子没有遇到精子，也就是没有受孕，黄体在排卵后9~10天萎缩，雌孕激素突然下降，子宫内膜失去激素的支持，发生内膜血管坏死、脱落，随之出现阴道流血，形成月经。

月经周期除受内分泌调节，还受中枢神经系统的影响，青春发育期神经内分泌系统发育欠成熟，所以月经初潮后的一年左右，经常可见周期无规律，甚至有在初潮后暂停数月或半年再来潮的情况，这都不是病态，不必紧张！

少女为什么会痛经？

很多妇女在月经时有腹部轻度垂胀感，这不是病理性的，但当腹痛严重，甚至出现痉挛性疼痛，以致影响工作和日常生活，并需要服药，则称为痛经。少女痛经一般检查不出很多异常，绝大多数少女要在婚后或一次受孕后痛经可缓解或消失。

近年来的许多研究工作表明，子宫内膜和血内前列腺素含量的增高是造成痛经的一个决定性因素；子宫肌瘤因缺血也是造成少女痛经的原因之一。也有人认为少女痛经与她们子宫未完全发育成熟有关。中医则认为，痛经是局部瘀血造成的，所

谓“不通则痛”这是理论根据。少女痛经有时会因合并一些少见的异常情况，如双子宫、子宫内膜异位症、盆腔炎症、处女膜闭锁等。

治疗少女痛经，可用前列腺素合成酶的抑制剂如消炎痛、乙酰水杨酸等药；也可试用2~3个人工周期的药物治疗，以刺激子宫发育，中药可用祛瘀行血的办法，可以服些生姜红糖茶和局部热敷，如生殖器官的发育异常可采用手术方法，即能奏效。另外注意经期卫生，进行体育锻炼，有规律地生活，适当的增加营养和睡眠，消除精神负担也非常重要。

经期应注意什么？

女孩子在来月经的时候，身体抵抗力比较低，同时由于子宫内膜脱落，子宫里面有伤口，子宫颈口松弛等变化，加上经血又是细菌很好的营养物质，所以经期如果不注意卫生，就容易引起一些疾病，影响妇女身体健康和生育能力，所以在月经期必须注意以下问题：

第一、月经期可以照常工作和劳动，但应注意不要太累，避免剧烈的运动和不参加重体力劳动，如打球、赛跑、挑重物、长途跋涉等。

第二、月经期要适当注意保暖，尽量避免水中作业，更不要游泳。

第三、月经期要特别注意个人卫生，保持外阴清洁，勤洗外阴、勤换内裤和月经带。不要洗盆浴，但可洗淋浴，内裤和

月经带要在日光下晒干，千万不能晾在阴暗的地方，用的月经垫纸最好是柔软、清洁经过消毒处理的卫生纸，或毛巾之类，这样可以避免外阴皮肤的擦伤和感染。

第四、经期禁止阴道检查、阴道冲洗和性生活。

第五、饮食起居方面：经期应吃新鲜而容易消化的食物，禁止或少吃有强烈刺激性的食品，如烈性酒、烟、辣椒等，多喝开水，保持大便通畅，经常进行室外活动，多呼吸新鲜空气，同时应保持精神愉快，避免过度悲伤或恼怒。

青春期厌食症的危害

有些青春期的少女聪明能干、也很肯干，在别人面前不示弱，但她们就是不想吃饭或者吃了就呕，人们很关心她，请医生检查也发现不了器质性疾病，称为青春期厌食症。

有人研究了少女的进取、害羞、爱美、自信的特殊心理状态，认为引起这种疾病的原因多由于她们害怕吃多了东西而发胖，于是自作主张控制饮食，或者吃了后又故意把食物呕出来。或者长期服泻药，把有营养的食物泻掉，这样使消耗的多、补充的少。长时间这样下去，就会把体内储存的养料耗尽，从而出现面黄肌瘦，低体温、低钾、低血糖，全身无力，连大便也解不出，工作无法坚持，学习成绩下降，并且会发生内分泌功能调节障碍，性腺激素分泌减少，结果会出现生殖器官发育不良，也会造成月经异常，如闭经。若时间较长，会造成不可逆的生理改变，以至终身不孕，甚至有的病人会因不可逆的

厌食症而死亡。

引起这种疾病的原因，可能是少女更复杂的心理因素所造成，如多为内向型，性情温顺，说话轻柔，聪明能干，自尊自信，受父母宠爱，受同事的赞扬，在这种顺利的条件下生活惯了，一旦突然遇到不顺心的事，遇到意外的打击，就会感到思想上压力很大，心理上受到创伤，于是以厌食、拒食和呕吐的方式表示出反抗和抵制的行为。所以遇到厌食症的少女，一定要先做思想工作，解除心中的烦恼，开导、启发她们，从生活上、工作上关心她们，以消除思想上的压力，同时要及早请医生检查，按医嘱进行治疗。

对于那些怕因吃多而肥胖的少女，应该指导她们从饮食上注意，多吃青菜水果、瘦肉等，少吃甜食和肥肉、奶油制品，并应参加活动和劳动，参加健美锻炼。这样才能使身体结实，又使体型健美，才能使患厌食症的少女真正实现自己梦寐以求的愿望。我们愿少女们都有文明的言行，纯洁的心灵，健美的体态。

性生活对少女是有害的

少女的内、外生殖器官都未发育成熟，一般说还要经过一段或长或短的时间才能逐渐完全成熟，在这一段过渡时期如果进行性生活对少女是有害的。因为此时少女还未发育到能进行性交而不受损伤的程度，如硬性进行性交，必然会导致外阴和处女膜的撕裂，甚至此种撕裂向上延伸，会出现阴道、穹窿的

裂伤，这种后果是不堪设想的，当时就会出现大出血，出血严重可危及生命安全，需及时送往医院抢救。以后伤口若出现感染，还可波及全身。万一传染上性病，那更是害人、害己、害社会。

其次少女阶段仍有不规则的排卵，性交后万一受孕将会给女孩子带来终身的遗憾。因为这种胎儿肯定不能出生，要进行人工流产或引产，这对于一个生殖功能尚不成熟的女孩来讲是十分痛苦的。如果继续妊娠下去，自然流产、早产的机会增多，怀孕的少女也会因此而遗留很多毛病。

少女没有独立生活、工作能力，很多还是父母的娇娇女，她们的理智、感情不成熟，容易受到社会因素的干扰，若过早结婚，建立家庭，担负生儿育女的繁重工作，这对她们来讲是极不合适的。不但将给本人，也会给家庭，给社会带来不良后果，所以家庭、学校、社会应对少女进行生理卫生、心理卫生的教育，引导她们确立正确的人生观和世界观，使她们把精力集中到学习和工作上。