

对照

◎ 您身边的医学专家

手册

刘慧滢 邵守进◎主编

患者对号入座，专家解答疑惑



结合中西医治疗理念，指导日常饮食原则，
为女性病患者提供健康的饮食方法。

这是一本介绍关于女性常见疾病的书，它就像是您身边的医学专家、保健医生、家庭护士，教您如何全面解除身体的异常症状。涉及贫血、便秘、子宫肌瘤、卵巢肿瘤、乳腺癌、阴道炎等十种女性朋友常见的疾病。



女性常见病



人民军医出版社

权威专家倾情推介 女性病患者的福音

女性常见病

对照

● 您身边的医学专家

手册

刘慧滢 邵守进◎主编

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

女性常见病对照手册/邵守进,刘慧滢主编. —北京:人民军医出版社,2009.1
ISBN 978-7-5091-2339-3

I. 女… II. ①邵…②刘… III. 妇产科病:常见病—防治—手册 IV. R71-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 169480 号

策划编辑:石永青 文字编辑:赵晶辉 责任审读:张之生

出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300-8754

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印刷:潮河印业有限公司 装订:恒兴印装有限公司

开本:889mm×1194mm 1/16

印张:13 字数:218千字

版、印次:2009年1月第1版第1次印刷

印数:0001~6000

定价:36.80元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换



本书是一本介绍关于女性常见疾病的书，它就像是您身边的医学专家、保健医生、家庭护士，教您如何全面解除身体的异常症状。涉及贫血、便秘、子宫肌瘤、卵巢肿瘤、乳腺癌、阴道炎等十种女性朋友常见的疾病。对于每一种疾病，作者都从临床病例入手，对照患者的检查、治疗以及切身感受，帮助女性朋友们获得相关的治疗方案及保健技巧，有助于女性朋友对各类常见、多发的妇科疾病有清晰、完整的认识，从而更好地呵护自己的健康。同时，本书附有专业的病例诊断报告、医生的详细解析，内容丰富、完整，是一本女性必读的健康宝典。



本着使千万患者早日康复，为疑似患者解答困惑，让健康朋友学会预防常见病的目的，编者特选取十类常见疾病，完成了这套常见病对照系列丛书。本系列丛书针对患者对自己所患疾病不了解、对去医院检查很盲目、对检查项目不明白、对治疗方法不知如何选择等现象，给予了充分的解答，是一套能为患者指点迷津的健康福音书。

我们经常在社区、路边听人们讲自己得病的经过，时常遇到身边的人听着听着便开始联想自己健康状况的情景：嗨！我也有这方面的症状，赶快去医院检查吧。到了医院，拿着一系列检查报告单，望着各种看不懂的数据很茫然，不知什么意思。患者从医生那里只知道得了什么病，至于为什么会如此，往往得不到详细的答案。更让患者无所适从的是，医生所说的多种治疗方法，如西药治疗、中医治疗、手术治疗等，究竟哪一种才是最适合自己的呢？类似种种疑惑，不仅会延误病情，还会在治疗上多走弯路，加重经济负担。有鉴于此，我们特意策划出版这套丛书，以全面解答每位患者的困惑与不解。

“对照”是本系列丛书的最大特色，从临床症状、辅助检查、治疗方



案等人们常见的疑惑，都做了一一解答，并介绍了患者的求医问药心得。在本套丛书中，每本书均由四部分组成：

一、对照症状——使患者对症入座，专家解答为什么会出现这一系列症状。

二、对照检查——告诉你最有效的检查项目，详细分析每项检查结果的含义。

三、对照治疗方法——数种疗法，你可选择最适合的一种。

四、对照治疗心得——以患者互动的方式，介绍治疗效果、交流护理经验。

本书的另一大特色是：我们特别邀请了各大医院相关专家，以大量的临床病例素材为基础，经适当加工，改写成生动的病例故事，增加了趣味性、通俗性和贴切性。

本套丛书共6本，即《女性常见病对照手册》、《男性常见病对照手册》、《糖尿病对照手册》、《高脂血症对照手册》、《高血压对照手册》、《胃病对照手册》。为做好本套丛书，我们特别邀请协和医院、卫生部北京医院、中医药大学、东方医院的教授、专家参与指导、编写工作。如果本套丛书对你的健康有所帮助，首先要感谢所有参与编写工作的专家们。

欢迎广大读者友好地批评指正。

编者

2008年5月



目录 contents

第一章 缺铁性贫血

【经典案例】	1
头很重，脚很轻	1
【症状分析】	1
【专家建议】	3
【检查项目】	3
（一）贫血患者的检查项目	4
（二）金女士的检查结果	5
（三）医生这样说	5
（四）金女士的诊断结果	7
【治疗方案】	8
（一）铁剂治疗	8
（二）根除缺铁病因	8
（三）饮食调理	9
【心得对照】	9

第二章 颈椎病

【经典案例】	13
双手不听使唤	13
【症状分析】	13

【专家建议】	14
【检查项目】	15
（一）颈椎病患者的检查项目	15
（二）王大妈的检查结果	17
（三）医生这样说	17
（四）王大妈的诊断结果	18
【治疗方案】	18
（一）手术治疗	19
（二）药物治疗	20
（三）物理疗法	21
（四）中医治疗	22
（五）其他疗法	25
【心得对照】	28

第三章 乳腺癌

【经典案例】	31
遭遇“红颜杀手”	31
【症状分析】	31
【专家建议】	32
【检查项目】	33



(一) 乳腺癌患者的检查项目	33
(二) 刘小姐的检查结果	34
(三) 医生这样说	34
(四) 刘小姐的诊断结果	35
【治疗方案】	35
(一) 手术治疗	35
(二) 放射治疗	38
(三) 内分泌治疗	40
(四) 化学药物治疗	42
(五) 中药治疗	43
(六) 民间秘方	44
【心得对照】	45

第四章 更年期综合征

【经典案例】	50
离我远点, 我烦	50
【症状分析】	50
【专家建议】	51
【检查项目】	52
(一) 更年期患者的检查项目	53
(二) 张女士的检查结果	54
(三) 医生这样说	54
(四) 张女士的诊断结果	57
【治疗方案】	57
(一) 雌、孕激素替代治疗	57

(二) 药物治疗	58
(三) 精神心理保健和全身疾病的防治	59
(四) 民间秘方	59
【心得对照】	60

第五章 便秘

【经典案例】	62
真想痛快淋漓地便一次	62
【症状分析】	63
【专家建议】	64
【检查项目】	64
(一) 便秘患者的检查项目	65
(二) 杨小姐的检查结果	67
(三) 医生这样说	67
(四) 杨小姐的诊断结果	68
【治疗方案】	68
(一) 药物治疗	69
(二) 饮食治疗	75
(三) 家庭自疗	78
(四) 手术治疗	79
【心得对照】	79

第六章 子宫肌瘤

【经典案例】	87
它们非法入侵了我的子宫	87

【症状分析】	87
【专家建议】	88
【检查项目】	89
(一) 子宫肌瘤患者的检查项目	89
(二) 徐女士的检查结果	91
(三) 医生这样说	91
(四) 徐女士的诊断结果	92
【治疗方案】	93
(一) 药物治疗	93
(二) 手术治疗	96
(三) 放射治疗	97
(四) 中药治疗	98
【心得对照】	98

第七章 卵巢肿瘤

【经典案例】	101
什么时候出现的包块	101
【症状分析】	101
【专家建议】	102
【检查项目】	103
(一) 卵巢肿瘤患者的检查项目	103
(二) 马太太的检查结果	105
(三) 医生这样说	105
(四) 马太太的诊断结果	106
【治疗方案】	106

(一) 手术治疗	106
(二) 化学治疗	107
(三) 抗癌中药治疗	108
【心得对照】	109

第八章 附件炎

【经典案例】	111
小腹坠胀	111
【症状分析】	112
【专家建议】	113
【检查项目】	113
(一) 附件炎患者的检查项目	113
(二) 张同学的检查结果	115
(三) 医生这样说	115
(四) 张同学的诊断结果	116
【治疗方案】	116
(一) 中药治疗	116
(二) 西医治疗	117
【心得对照】	118

第九章 宫颈糜烂

【经典案例】	120
我体内的隐形炸弹	120
【症状分析】	120
【专家建议】	121
【检查项目】	122



(一) 宫颈糜烂患者的检查项目	122
(二) 于女士的检查结果	123
(三) 医生这样说	124
(四) 于女士的诊断结果	126
【治疗方案】	126
(一) 药物治疗	127
(二) 物理治疗	128
(三) 手术治疗	129
(四) 秘方治疗	129
【心得对照】	132

第十章 阴道炎

【经典案例】	135
不说是愁，欲说还羞	135
【症状分析】	135
【专家建议】	136
【检查项目】	137

(一) 阴道炎患者的检查项目	137
(二) 李女士的检查结果	138
(三) 医生这样说	138
(四) 李女士的诊断结果	139
【治疗方案】	140
(一) 口服抗生素	140
(二) 外用给药	142
(三) 中医治疗	144
(四) 个人调理	145
【心得对照】	149

第十一章 女性保健常识

(一) 青春期护理	152
(二) 月经期护理	162
(三) 孕产期护理	175
(四) 更年期护理	184
附录 主要食物营养成分表	194

第一章 缺铁性贫血

【经典案例】

头很重，脚很轻

金女士 30岁 导游员

金女士最近经常觉得头晕，浑身无力，稍微累一点儿就会喘个不停，而且面色也不如从前红润了。这也难怪，现在是旅游旺季，身为导游员的她每天都忙前忙后地领着游客四处游览，身体难免有些吃不消。金女士想，先委屈一下自己吧，等忙完这一段就好好休息一下。

这天，金女士带队游览，当她正准备向游客介绍景点时，那该死的头晕情况又出现了，甚至还发生了耳鸣现象。金女士感觉自己就像一块棉花糖，浑身都轻飘飘的，心脏在这时也怦怦跳个不停，尽管金女士努力地想打起精神去抗拒这些症状的侵袭，但她却发现自己越来越力不从心……

等金女士醒来时，她已经躺在床上。大家告诉金女士，她刚才晕了过去。金女士突然意识到，这不是简单的疲劳，必须要到医院好好检查一下才行。

【症状分析】

医生见到金女士后，耐心地询问了她的各种不适症状，并做了初步的观察。医生在掌握了一些患病的信息后，为她详细地解释了一下为什么会产生以下的症状。



1. 食欲减退

(1) **症状描述**：看什么食物都没有食欲，胃部隐隐发胀，偶尔有恶心、噯气的现象。

(2) **专家分析**：金女士由于工作比较繁忙，饮食不规律，营养得不到补充，久而久之使胃肠受到影响，才会出现食欲减退的现象。而食欲减退直接影响了她饮食的营养摄取。糖、脂肪、蛋白质、铁、铜、钴、维生素 B₁、维生素 B₆、维生素 B₁₂、维生素 C、维生素 E 等，这些有关的元素基本都是由食物中摄取的。若看什么食物都没有胃口，什么都吃不去，这些营养物质长期得不到补充，最容易导致的就是缺铁。

2. 心悸不适

(1) **症状描述**：心动过速，心脏强烈跳动，心尖部或肺动瓣区可听到收缩期杂音。

(2) **专家分析**：引起心悸的原因有很多，据金女士讲，她并无心脏病史，所以这种症状应该是由其他疾病引起的。由于金女士日常饮食中铁摄入量不足，导致了体内铁的储存不能满足正常红细胞生成的需要，血量减少血液无法正常输送，所以就产生了心悸的现象。若不加改善，将出现严重贫血，甚至会导致充血性心力衰竭。另外，在伴有冠状动脉硬化的患者还很有可能诱发心绞痛。

3. 头晕耳鸣

(1) **症状描述**：出现晕厥现象，稍一活动就会感觉气急。

(2) **专家分析**：这是贫血最常见、最典型的现象。金女士突然晕倒在地，说明其体内脂类、蛋白质及糖代谢异常，导致红细胞合成异常，最终致使体内铁储量不足，发生缺铁性贫血。

4. 面色不佳

(1) **症状描述**：面色萎黄或苍白，毛发干燥脱落。



(2) **专家分析**：金女士因为没有食欲，所以无心进食，呈严重营养不良表现，患者皮下脂肪减少乃至消失，慢慢就出现了以上的情况。

5. 倦怠乏力

(1) **症状描述**：浑身无力，做事情提不起精神。

(2) **专家分析**：血对女性的重要性是不言而喻的，若发生贫血，抵抗力会直线下降，体内的各个器官都无法正常“工作”，随之而来的就是身体的“怠工”现象。

【专家建议】

金女士被初步诊断为贫血病患者疑似病历。专家分析说，如果金女士真患有缺铁性贫血，很可能与她的月经量、饮食等因素有关系。不过，这些只是初步推断，还需要进行详细的检查才能最后确诊。医生建议金女士去做血象、骨髓象等检查，以便尽快查清病因，进行下一步的治疗。

温馨小贴士

铁真的这么重要吗

铁在制造血红蛋白的过程中扮演着至关重要的角色。如果血液中缺少铁，就会导致血红蛋白（红细胞的主要成分）的合成减少，从而导致器官、组织功能受到影响，使身体的抵抗力大大下降。

【检查项目】

金女士在医生的指导下做了一系列检查。如果您有了金女士的那些症状时，能否及时就诊呢？能否知道该做何种检查呢？



(一) 贫血患者的检查项目

1. 血象

血象是诊断贫血的重要依据。血象主要包括以下几项内容：白细胞数目、中性粒细胞数目和比例、单核细胞数目和比例、红细胞数目、血红蛋白量、红细胞压积、红细胞平均体积、平均红细胞血红蛋白量、平均红细胞血红蛋白浓度、网织红细胞数目和比例、血小板数目。通过血象，医生可以对贫血做出基本的判断。

2. 骨髓象

如果怀疑有血液方面的异常情况，用一般血液检查又无法确诊时，就应检查骨髓，以便及时做出诊断。特别是对于经一般检查不能确诊的各种贫血、白血病、白细胞减少、皮肤紫癜以及不明原因的淋巴结和肝脾大等都需要进行骨髓检查。

3. 骨髓铁染色 (ISS)

本试验可鉴别缺铁性与非缺铁性贫血。在缺铁性贫血时，细胞外铁消失，铁粒幼细胞减少；在非缺铁性贫血，如巨幼细胞性贫血、溶血性贫血及再生障碍性贫血等，细胞外铁增多，铁粒幼细胞也增多。另外，骨髓铁染色还可以诊断铁粒幼细胞性贫血。铁粒幼细胞性贫血时，出现较多的铁粒幼红细胞，细胞外铁显著增多。

正常参考值：细胞外铁+~++，铁粒幼细胞 0.19~0.44 (19%~44%)。

4. 血清铁

铁是人体内不可缺少的微量元素，具有重要的生理功能。血清铁测定主要用于鉴别贫血的原因，测定血清中铁的含量。血清铁增多见于溶血性贫血、再生障碍性贫血、巨幼细胞性贫血、肝癌；血清铁减少见于缺铁性贫血、感染或炎症、恶性肿瘤以及月经期、妊娠期。



(二) 金女士的检查结果

白细胞	(WBC)	4.0×10^9 /升
血红蛋白	(Hb)	60 克/升
红细胞	(RBC)	3.0×10^{12} /升
平均红细胞比容	(MCV)	70 飞升
平均红细胞血红蛋白含量	(MCH)	25 皮克
平均红细胞血红蛋白浓度	(MCHC)	300 克/升
单核细胞		3%
血小板	(PLT)	260×10^9 /升
网织红细胞	(RC 或 RET)	1.6%
血清铁		50 微克/分升
铁幼粒细胞		12%
细胞外铁		消失

(三) 医生这样说

金女士询问：检查报告上的那些参数都有什么意义？

它们的参考值又是多少？

医生的解答如下：

1. 白细胞 (WBC)

参考值：成年人 $(4 \sim 5.5) \times 10^9$ /升，两周岁以下婴儿 $(11 \sim 12) \times 10^9$ /升，新生儿 $(15 \sim 20) \times 10^9$ /升。若有细菌性感染和化脓性炎症、尿毒症、严重烧伤、单核细胞增多症、白血病和应激状态（急性出血和大手术）等情况白细胞增加，妊娠后期、月经期、饭后、剧烈运动后也有生理性增加；若患有病毒感染、伤寒副伤寒、疟疾、再生障碍性贫血、极度严重感染、放射性辐照、非白血病性脾功能亢进等病症时和肿瘤化疗后白细胞减少。金女士的此项检查结果正常，证明没有上述症状。



2. 血红蛋白 (Hb)

参考值：男性 120~160 克/升、女性 110~150 克/升、新生儿 170~200 克/升。当患者有贫血、白血病、大量失血及钩虫病等疾病时此值降低；慢性缺氧（肺气肿和先天性心脏病等）、严重脱水、大面积烧伤、慢性一氧化碳中毒及真性红细胞等病症时此值增高。金女士的此项检查结果为 60 克/升，显然不处在正常范围内。

3. 红细胞 (RBC)

参考值：男性 $(4.0 \sim 5.5) \times 10^{12}$ /升、女性 $(3.5 \sim 5.0) \times 10^{12}$ /升、新生儿 $(6.0 \sim 7.5) \times 10^{12}$ /升。临床意义同血红蛋白，巨幼红细胞贫血时红细胞减少更为明显。金女士的此项检查结果为 3.0×10^{12} /升，低于正常值。

4. 平均红细胞比容 (MCV)

参考值：成人为 79~101 飞升、儿童为 73~89 飞升、新生儿可达 105 飞升。此项检查用于贫血分类，该项数值增大为巨红细胞性贫血，减小为小细胞性贫血（如严重缺铁性贫血）和遗传性球形红细胞增多症；正常红细胞性贫血时正常。金女士的此项检查结果为 70 飞升，属于缺铁性贫血。

5. 平均红细胞血红蛋白含量 (MCH)

参考值：成人 27~32 皮克，新生儿可达 40 皮克。此项检查用于贫血分类，数值增加见于大细胞性贫血，减少见于单纯小细胞性贫血和小细胞低色素性贫血。金女士的此项检查结果为 25 皮克，出现减少现象，表明贫血。

6. 平均红细胞血红蛋白浓度 (MCHC)

参考值：成人 320~360 克/升、儿童 340~410 克/升、新生儿可达 450 克/升。MCHC 值降低，常见于小细胞低色素性贫血，如缺铁性贫血、慢性失血性贫血等。金女士此项检查结果 300 克/升，为小细胞低色素性贫血。

7. 单核细胞

参考值：0.03~0.08，百分数为 3%~8%。单核细胞增多见于某些细菌感染及单核细胞白血病等。金女士的此项检查结果处于正常范围内。

8. 血小板 (PLT)

正常值： $(100 \sim 300) \times 10^9$ /升。此项数值增多常见于急性感染、失血、溶血、骨折、

脾切除后、原发性血小板增多症、慢性粒细胞性白血病、真性红细胞增多症等；减少常见于再生障碍性贫血、白血病、血小板减少性紫癜、脾功能亢进等。

9. 网织红细胞 (RC 或 RET)

参考值：成人绝对数为 $(24\sim 84)\times 10^9$ /升，百分数为 0.5%~1.5%；新生儿绝对数为 $(114\sim 336)\times 10^9$ /升，百分数为 2%~6%。数值增加常见于溶血性贫血、缺铁性贫血和大出血；数值减少常见于急、慢性再生障碍性贫血等。金女士此项检查结果为 1.6%，所以有患缺铁性贫血的可能。

10. 血清铁

参考值：成年男子为 11~30 微摩/升、成年女子为 9~27 微摩/升。血清铁增高多见于溶血性贫血、血型不合的输血、再生障碍性贫血、巨幼红细胞性贫血、恶性贫血、铅中毒、维生素 B₆ 缺乏症、病毒性肝炎、肝坏死、冠心病等。金女士的此项检查结果为 50 微克/分升，明显有贫血情况。

11. 铁幼粒细胞

参考值：0.19~0.44，百分数为 19%~44%。中、晚幼红细胞胞浆中也含有铁颗粒，称细胞内铁或铁粒幼细胞。在缺铁性贫血时，细胞外铁消失，铁粒幼细胞减少；在非缺铁性贫血，如巨幼细胞性贫血、溶血性贫血及再生障碍性贫血等，细胞外铁可增多，铁粒幼细胞也增多。金女士的此项检查结果为 12%，出现铁粒幼细胞减少现象，所以医生诊断她患有缺铁性贫血。

12. 细胞外铁

正常骨髓中有一定量的铁，以含铁血黄素的形式存在于单核巨噬细胞系统细胞的胞质中，称细胞外铁。细胞外铁减少或消失，多见于缺铁性贫血。

(四) 金女士的诊断结果

据检查报告上显示，金女士的白细胞正常或相对减少，未见异常，但血红蛋白、红细胞、平均红细胞比容等都低于正常值，网织红细胞、血清铁增加，细胞外铁消失。综合以上这些情况进行分析，金女士患有缺铁性贫血。