

常见病防治丛书

CHANGJIANBING FANGZHI CONGSHU

静思之◎主编

妇科病防治 一本通

FUKEBING

FANGZHI

YIBENTONG

全国百佳图书出版单位

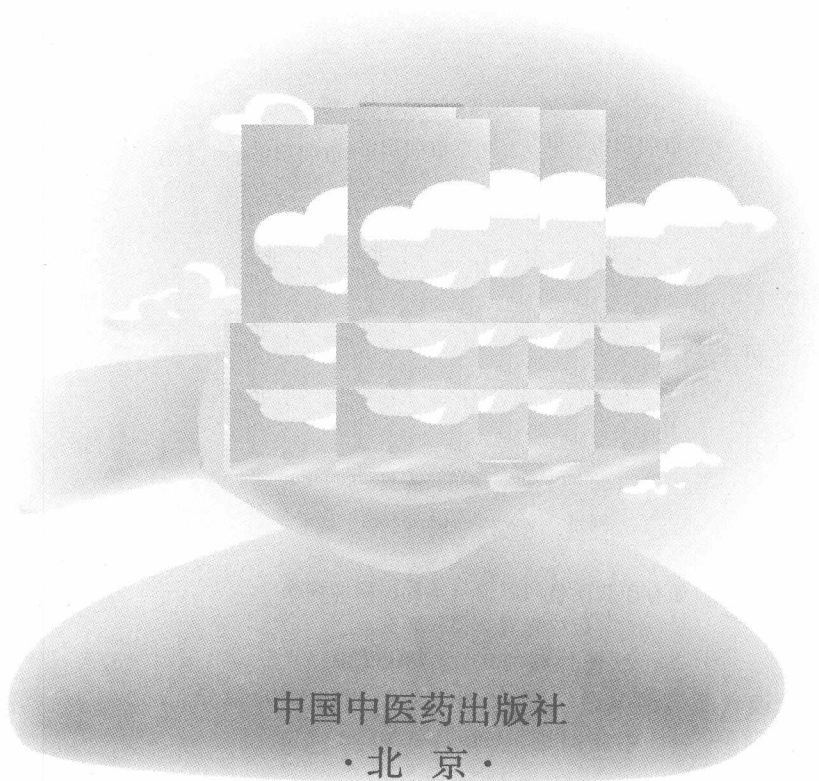
中国中医药出版社

常见病防治丛书

妇科病

防治一本通

◎静思之 主编



中国中医药出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

妇科病防治一本通/静思之主编. —北京: 中国中医药出版社, 2010. 6

(常见病防治丛书)

ISBN 978-7-80231-984-4

I. ①妇… II. ①静… III. ①妇科病—防治 IV. ①R711

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 092430 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

北京天竺颖华印刷厂印刷

各地新华书店经销

*

开本 787×1092 1/16 印张 23.25 字数 353 千字

2010 年 6 月第 1 版 2010 年 6 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-80231-984-4

*

定价 44.00 元

网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

读者服务部电话 010 64065415 010 84042153

书店网址 csln.net/qksd/

《妇科病防治一本通》

编委会

主 编 静思之

编 委 (以姓氏笔画为序)

王少宇	卢中超	刘 勇	刘双喜
杨 红	杨 果	邳兰霞	邳智勇
肖 辉	肖永忠	张贤军	陈艳梅
钟发伟	袁爱莲	唐丹晖	曾志英
谢岚岚	廖学词	廖晓龙	

女性护“阴”真经，教你 远离妇科病

人们常说“女性是水做的”，这不仅仅是形容女性眼泪多，而且是形容女性的似水柔情。像露珠一样的女子，晶莹纯美，纤弱细小，让人担心她会蒸发，忍不住想去保护她、呵护她。

在社会上这么多年，隐隐约约地感觉到，女性有着不同的生命态度。一种女性珍惜生命、呵护自己的身体，而另一种女性颓废、堕落，将生命视为儿戏。

在我身边就有两个完全不同的女性。一个非常爱干净，讲究个人卫生，脾气也很好，做事总会未雨绸缪，她始终相信这个世界“凡事预则立，不预则废”。她与老公生活得很愉悦，每天在她脸上都能找到迷人的微笑，是一个贤妻良母型的好女性。

另外一个女性把生活弄得一团糟，从横七竖八的房间陈设就能看出她的私生活有多糟糕了。结婚后她居然还与初恋情人约会，并上演着一段又一段的激情戏。性生活混乱的她平时一点都不珍惜自己的身体，只贪图短暂的享受，却不知这是在用自己的生命下赌注。她脾气暴躁，几乎每天都能看见她怒气冲冲的面孔，她似乎想将这个世界上的人都吃掉。

每个女人都是一样的，只是她们对待健康的态度不一样。比如，几乎每个女人来月经时都会有腹痛，有的女人在月经来潮之前就开始留意自己的身体，从日常饮食到生活起居，将自己照顾得无微不至，而有的女人却大大咧咧，对自己一点都不爱护，月经期照样吃冷食，甚至进行房事，这样做妇科疾病自然会找上门来。

现在，姐妹们时常会遭遇到各种妇科病的威胁，妇科病就像是一张躲不开的网，笼罩着女人的一生。即使是美如天仙的“林妹妹”陈晓旭、百变天后梅艳芳，也难逃它的毒手，何况你我这样的小女子呢？

然而，疾病本身又是改变命运的一个契机，它考验着患者和患者身边的每个人。曾经有位朋友患了宫颈癌，生命即将谢幕时，因为亲情与爱情支撑着她的灵魂，她的心情逐渐转好，坦然面对一切，她觉得只要自己还活着，就要笑对每一天。最终奇迹出现了，她的生命又回到了灿烂的时光。

由于女性自身的特点，她们常会在不经意间感染各种妇科疾病，因此，女性朋友在日常生活中要了解健康的标准和常见病的早期症状，定期做妇科检查，养成良好的生活习惯，保证生活有规律。女性一旦患上妇科疾病，就要做到早发现、早诊断、早治疗，这样才能远离疾病，做个健康的女性。

本书主要讲述了各种妇科疾病的相关知识，从症状、预防措施、注意事项、治疗方法等方面进行阐述，书中的中医治疗法、西医治疗法、食疗法、按摩法等都非常简单有效。本书丰富了读者在妇科疾病方面的知识，并且能使读者正确对待妇科疾病，做好疾病的预防。

《妇科病防治一本通》编委会

2010年5月

目录

Contents

第一章 解读妇科病	1
常见的妇科病有哪些	3
女性怎样远离妇科病	4
穿牛仔裤会引发妇科病吗	6
哪些坏习惯让你患上妇科病	8
采取避孕措施，做个健康女性	10
生殖系统感染的自我诊断	12
女性外阴瘙痒的原因有哪些	14
第二章 阴道炎	17
阴道炎的症状有哪些	19
阴道炎的检查项目有哪些	22
阴道炎患者的用药	24
认识滴虫性阴道炎	27
认识老年性阴道炎	29
幼女也会患阴道炎	31
阴道炎自诊细节	32
女性阴部瘙痒的原因有哪些	34
念珠菌阴道炎青睐“甜甜女”	36
阴道里有滴虫怎么办	38
什么原因会引起真菌性阴道炎	41
妊娠女性如何预防真菌感染	43

使用阴道塞药时的注意事项有哪些	45
女性应如何使用高锰酸钾	47
怎样才能根治细菌性阴道病	49
阴道炎缘何容易复发	51
阴道炎患者怎样避孕	53
真菌性阴道炎属于性病吗	55
第三章 月经不调	57
月经不调的种类知多少	59
月经不调患者有哪些表现	61
哪些不良习惯易导致月经不调	64
月经不调是不孕的前奏吗	67
女性在经期最不宜做什么事	68
小心经期的危险信号	70
月经不调的用药指南	73
性激素能治月经异常吗	75
月经不调这样食疗	78
如何预防月经不调	80
何谓痛经	82
痛经的原因有哪些	85
小心痛经背后的疾病	87
严重的痛经会影响生育吗	90
巧用药物治疗痛经	92
痛经莫烦恼，食疗有良方	94
痛经的外治法	97
女性对痛经的错误认识	99
第四章 性功能障碍	103
女性如何自测性反应能力	105
女性，你是否有性功能障碍	107
女性性冷淡逐个数	110

目 录

让女性“扫性”的药物	112
性交困难的常见原因	115
什么是阴道痉挛	117
教你轻松治愈阴道痉挛	120
性交时阴道干涩的原因	122
女性该如何给阴道保湿	125
用按摩法治疗女性性冷淡	127
怎样让你的生活“性”福	129
多次性交对女性健康的影响	132
如何治疗女性阴痿	134
千万要小心性交后出血	136
女性性交后腹痛的原因	139
治疗性高潮障碍的常见药膳	141
女性床上修炼术	144
第五章 盆腔炎	149
什么是盆腔炎	151
引起盆腔炎的原因	153
感染盆腔炎的主要途径	155
盆腔炎“青睐”于谁	157
如何诊断盆腔炎	160
盆腔炎检查的几大注意事项	162
盆腔炎的治疗方法有哪些	164
治疗盆腔炎的用药之道	166
可用于治疗盆腔炎的中成药	168
盆腔炎患者的中药调理	170
盆腔炎的食疗方法	172
中药外敷治疗慢性盆腔炎	174
盆腔炎的手术治疗	176
盆腔炎的应急处理措施有哪些	179

结核性盆腔炎的信号	181
患病女性慎选避孕方式	183
盆腔炎患者请勿滥用抗生素	186
盆腔炎会影响生育吗	188
第六章 子宫疾病	191
什么是宫颈糜烂	193
宫颈糜烂有哪些症状	195
宫颈糜烂的类型	197
哪些女性需警惕宫颈糜烂	199
宫颈糜烂的认识误区	202
宫颈糜烂的主要治疗方法	204
宫颈糜烂患者的手术后处理	207
宫颈糜烂患者的术后注意事项	209
宫颈糜烂的饮食预防法	211
子宫肌瘤的病因何在	213
子宫肌瘤的临床表现有哪些	215
子宫肌瘤分为几个类型	217
子宫肌瘤的高危人群	220
子宫肌瘤患者饮食有讲究	222
宫颈癌有哪些表现	224
做好妇科学查, 远离宫颈癌	227
孕期更要预防宫颈癌	229
宫颈癌容易与哪些疾病混淆	231
第七章 卵巢疾病	235
什么是附件炎	237
哪些原因会引发附件炎	239
如何预防附件炎	241
慢性附件炎的治疗	243
附件炎的表现	245

附件炎的食疗方	247
附件炎的中医治疗	249
什么是卵巢囊肿	252
什么原因会导致卵巢囊肿	254
如何预防卵巢囊肿	256
发生卵巢囊肿的信号	258
卵巢囊肿的分类	260
卵巢囊肿的常见并发症	262
不同类型卵巢肿瘤的病理变化	265
卵巢囊肿该如何治疗	267
卵巢囊肿的食疗方	269
畸胎瘤的发病信号	271
第八章 流产、不孕、宫外孕	275
自然流产的种类和处理方法	277
何谓自然流产	279
自然流产的原因和症状	281
先兆流产信号早知道	284
先兆流产患者应该怎么保胎	286
何谓习惯性流产	288
引起习惯性流产的原因	290
习惯性流产的食疗方	292
药物流产的利与弊	294
引起不孕症的原因有哪些	296
应该如何预防不孕症	299
不孕症应该如何治疗	301
治疗不孕症的常用中成药	303
治疗不孕症的食疗方	306
警惕发生宫外孕	309
发现宫外孕的“蛛丝马迹”	311

哪些女性要警惕宫外孕	313
中医保守治疗宫外孕	316
第九章 乳腺疾病	319
乳腺疾病“偏爱”哪些女性	321
自摸乳房，及早发现乳腺增生	323
不良习惯易导致乳腺增生	324
发生乳腺增生的早期信号	327
乳腺增生的鉴别诊断	329
乳腺增生的治疗应首选中药	331
治疗乳腺增生的中药方剂	333
乳腺增生的食疗方法	335
乳腺小叶增生的食疗方	337
什么原因可引起急性乳腺炎	339
哺乳期女性如何预防急性乳腺炎	341
如何治疗急性乳腺炎	343
急性乳腺炎的食疗法	345
乳腺癌是由什么原因引起的	347
乳腺癌的早期信号	349
如何预防乳腺癌	352
乳腺癌应该如何治疗	354
乳腺癌的食疗方	356

第一章

解读妇科病

妇科疾病对于女性来说是一个多么熟悉的字眼，又是一个多么让人恐惧的词语。在不懂得它的危害之前，女性朋友往往并不怎么在意这个疾病的到来，但是，一旦了解了它对身体的危害，就想永远把它打倒。妇科疾病是女性生殖系统常见病的统称，主要包括外阴、阴道、子宫、输卵管、卵巢等处的疾病。下面我们一起来解读妇科病吧！

常见的妇科病有哪些



小故事

王小姐最害怕每个月的那几天，肚子痛、腰酸、乳房胀痛、恶心、呕吐，总之是浑身上下都不舒服，但她却认为这是正常现象，认为女人来月经时都应该这样。

一次，她痛得实在受不了了，于是去了医院。医生说，她的情况属于痛经，应该采取相应的治疗措施。这让王小姐很疑惑，痛经不是正常现象吗？为什么也要治疗呢？



专家解答

痛经也是妇科病吗？

是的，痛经属于妇科病的一种。



医生支招

了解常见妇科病的症状

我国的许多成年妇女都有不同程度的妇科疾病，常见的妇科病有很多，一般来讲有以下几种：

1. 阴道炎

阴道炎的主要症状是外阴及阴道瘙痒，有的患者发生局部糜烂，并伴有灼痛、尿痛、尿频、阴道红肿、分泌物增多等症状。

2. 外阴瘙痒

外阴瘙痒严重影响女性的工作和学习。该病日轻夜重，月经期间加剧，病程过长会导致局部破溃、感染、红肿疼痛。

3. 痛经

痛经严重时会出现面色苍白、手足出冷汗、恶心、呕吐等症状，有的患者甚至会昏迷。

4. 子宫肌瘤

子宫肌瘤患者会出现不规则阴道出血，脓性白带，急性腹痛伴恶心、呕吐等症状。该病易引起不孕、流产、早产等情况，甚至危及患者生命。

5. 不孕症

不孕症指婚后有正常性生活，未避孕，同居两年以上未能受孕者。导致女性不孕的因素有排卵障碍、输卵管阻塞、子宫发育不良、子宫内膜结核、子宫腔粘连、子宫颈炎症等。

科普小课堂

做仰卧起坐可以预防妇科病

妇科病是女性的常见疾病，提高自身抵抗力和身体素质对防治妇科病有非常重要的作用。研究证明，做仰卧起坐有利于防治妇科病。

1. 做仰卧起坐能锻炼腹部肌肉，使腹部肌肉收紧，这样能够更好地保护腹腔内的脏器。

2. 做仰卧起坐还可以拉伸背部肌肉、韧带和脊椎，并可以通过拉伸脊椎来调节中枢神经系统，从而改善身体的抗病能力。

3. 做仰卧起坐还可以锻炼腹股沟。腹股沟处有许多毛细血管和穴位，做仰卧起坐可以通过锻炼和刺激腹股沟的血管，加快血液流动的速度，从而治疗和缓解妇科病。

贴心小提示

做仰卧起坐可以预防多种妇科疾病，那么，你每天都会坚持做仰卧起坐吗？

女性怎样远离妇科病



小故事

汪女士今年29岁了，和老公结婚已3年多，两人准备要一个宝宝，但时间过去了半年，汪女士的肚子依然没有什么变化。

于是，夫妻二人到医院做了相关检查，结果发现，汪女士患有阴道炎。

听到这个结果，汪女士很吃惊，她虽然有时会感觉外阴瘙痒，但并没有其他的异常，难道阴道炎和不孕有联系？



专家解答

阴道炎会导致不孕吗？

是的，部分阴道炎患者会出现不孕的情况。



医生支招

女性远离妇科病的方法

妇科疾病给女性朋友带来很多困扰，给我们的生活造成了一定的麻烦，那我们该怎样更好地护理自己，远离妇科病呢？

1. 讲究个人卫生

作为一名女性，讲究个人卫生是很重要的，要勤洗澡，经常换内裤，在炎热的夏季里更应该这样。需要注意的是，现在市场上什么样的内裤都有，女性不要为了追求美和时尚而不顾健康。女性应该穿透气性好、吸湿性强的棉质内裤，这样对保证女性身体健康很重要。

2. 养成便前洗手的好习惯

调查发现，人的双手沾有大量病原微生物，如衣原体、支原体等，它们可在女性如厕时侵入尿道引起感染。这一点小孩子都懂，成人更应该注意并养成好习惯。

3. 多喝水

炎热的夏季里女性朋友应该多喝水，要充分发挥水的消暑利尿作用。尿液可以冲洗掉尿道中的寄生细菌，消除感染隐患。

科普小课堂

妇科病会给女性带来哪些伤害

妇科病是严重威胁女性健康的疾病，也是世界上最隐讳的疾病，其多数是因不注意经期和产后卫生或性交不洁造成的。妇科病没有年龄界限，只要是女性，都有患病的可能，其对女性的危害是多方面的。

绝大部分妇科疾病都会影响女性卵巢的机能，从而导致内分泌失调及新