

送卫生科普知识下乡工程

中国农民卫生保健丛书

农村妇女保健与疾病防治

主 编 薛元坤
副主编 朱 贤 徐 敏
编 著 刘琼花

教你

怎样防病
怎样保健
怎样康复



人民卫生出版社

中国疾病预防控制中心编 中国疾病预防控制中心编

中国疾病预防控制中心编 中国疾病预防控制中心编

农村妇女保健与疾病防治

中国疾病预防控制中心编 中国疾病预防控制中心编

主 编 陈文雄

副主编 王 强 杨 强

编 委 陈文雄



中国疾病预防控制中心
中国疾病预防控制中心
中国疾病预防控制中心



中国疾病预防控制中心编

卫生部、科技部送卫生科普知识
中国农民卫生保健丛书



农村妇女保健与 疾病防治

主 编 薛元坤

副主编 朱 贤 徐 敏

编 著 刘琼花



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

农村妇女保健与疾病防治 / 薛元坤主编. —北京:
人民卫生出版社, 2011. 2
(中国农民卫生保健丛书)
ISBN 978-7-117-13999-1

I. ①农… II. ①薛… III. ①妇女保健学②妇科
病—防治③产科病—防治 IV. ①R173②R711③R714

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第263754号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医 师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

农村妇女保健与疾病防治

主 编: 薛元坤

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里19号

邮 编: 100021

E - mail: [pmph @ pmph.com](mailto:pmph@pmph.com)

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京汇林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 5

字 数: 100 千字

版 次: 2011年2月第1版 2011年2月第1版第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-13999-1/R · 14000

定 价: 15.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: [WQ @ pmph.com](mailto:WQ@pmph.com)

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)

卫生部、科技部送 卫生科普知识下乡工程

《中国农民卫生保健丛书》编委会

- 编委会主任 祁国明 中华医学会副会长
李朝晨 科学技术部办公厅主任
科技部新闻发言人
胡国臣 人民卫生出版社社长兼总编辑
- 副主任 李 普 科技部政策与体改司副司长
政策及科普管理专家
杜 贤 人民卫生出版社副总编辑
- 主 编 薛元坤
- 副 主 编 朱 贤 徐 敏
- 编 委 （按姓氏笔画排序）
- | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| 于修成 | 王 成 | 王书军 | 王育良 | 叶 飞 |
| 付建国 | 吕资之 | 朱 贤 | 刘琼花 | 祁国明 |
| 杜 贤 | 李 普 | 李永威 | 李朝晨 | 何增义 |
| 宋广霞 | 张 苇 | 张海云 | 邵启生 | 林婉生 |
| 孟昭美 | 胡国臣 | 钮文异 | 姚林琪 | 徐 敏 |
| 徐桂珍 | 高锦萍 | 管大顺 | 薛元坤 | |

序

在一年一度的全国科技周来临之际，“振兴老区、服务三农、科技列车井冈山”的列车启动了。为了配合这次活动，卫生部和科技部组织专家编写的一套《中国农民卫生保健丛书》也将随着这辆列车送往广大农村地区。

改革开放以来，农村广大群众的生活有了很大改善，医疗水平有了一定的提高。但是，农村的医疗卫生条件、农民的个人卫生意识与城市相比仍然有很大的差距。农民保健知识十分贫乏，自我保健意识不强。农民因病致贫、因病返贫的现象依然存在，在一定程度上影响了农村经济的发展。我国城乡二元经济结构还没有改变，地区差距扩大的趋势尚未扭转，贫困人口还为数不少；我们要在本世纪头20年，集中力量，全面建设惠及十几亿人口的更高水平的小康社会，使经济更加发展、民主更加健全、科教更加进步、文化更加繁荣、社会更加和谐、人民生活更加殷实。小康社会的重要标志之一，就是全民健康水平的提高。我国农村人口众多，只有农民群众的健康水平提高了，才能进入全面小康社会。

为了提高广大农民的健康水平，科技部政策法规与体制改革司、卫生部科技教育司商定，开展农村卫生科普需求及传播方式研究。自2004年5月科技周以来进行了有代表性的五省区卫生科普调研（以中原地区和少数民族地区的农村、农民、城乡结合部为主）。根据调研的结果，组织专家编写并请人民卫生出版社陆续出版这套丛书。我相信，这套丛书的出版，一方面会给农民群众带去健康知识和科学的生活理念，从而提高农民群众的防病能力，另一方面会给出版界带来一定的示范效应。我希望有更多的出版社加入到这个行列中来，为农村居民出更多更好的书。

全国政协常委，副秘书长

原卫生部副部长

蒋作君

2005年5月

前 言

很多农村妇女对自己的身体了解得很不够，缺少防病治病的基本常识，以至于得了一些本可以避免的疾病，或者让一些本来并不难治的疾病给自己带来不应有的痛苦和损失，有些病人甚至因为耽搁治疗而造成残疾或使生命受到威胁。

本书针对妇女的生理特点，以农村妇女病防治为主线，详细介绍了青春期、育龄期妇女的防病治病知识，还有针对中老年妇女的预防、保健知识，帮助农村妇女树立有利于健康的卫生习惯、生活习惯和就医习惯，改变有害的不良生活方式。读了这本书，你就可以掌握相关的知识，提高自我保健意识，做到无病早防，有病早治，一些妇女病就有可能避免，或者可以及早发现已经出现的疾病信号，能及时去医院检查、治疗。

本书图文并茂，内容丰富，科学、实用、简便、通

俗，可供普通农村居民及基层卫生人员阅读。本书在编写过程中，参阅了大量的科普文章和一些专业著作。由于时间紧，经验不足，错误之处在所难免，不当之处敬请广大读者朋友批评指正。

作 者

2010年12月

目 录



简要介绍女性的生殖器官



常见的与月经有关的疾病

1. 什么是月经	6
2. 怎样判断月经是否正常	6
3. 经期卫生要注意些什么	8
4. 什么是月经不调	9
5. 月经不调有哪些特征	9
6. 发生月经不调怎么办	9
7. 什么是经前紧张综合征	10
8. 如何预防经前紧张综合征	10
9. 什么是阴道不规则出血	11
10. 服避孕药出血是咋回事	11
11. 如何避免服避孕药引起的出血	12
12. 口服避孕药后出现闭经怎么办	12
13. 痛经不可忽视	13
14. 痛经如何进行调理	13
15. 放避孕环能引起阴道不规则流血	14

16. 放环后出血怎么办	14
17. 什么是倒经	15
18. 倒经为什么会鼻出血或吐血	15
19. 倒经出现鼻出血或吐血怎么办	15
20. 两次月经中间的出血是怎么回事	16
21. 排卵期出血正常吗	16



常见的妇科炎症

(一) 外阴炎症	20
1. 什么是外阴炎	20
2. 外阴炎是怎么得的	20
3. 外阴炎要注意些什么	20
4. 外阴瘙痒的常见原因有哪些	21
5. 如何应对恼人的外阴瘙痒	21
6. 怎样预防婴幼儿外阴炎	22
7. 为什么易患前庭大腺炎	23
8. 如何预防前庭大腺炎的发生	23
9. 外阴白斑有什么危害	23
10. 如何预防外阴白斑	24
11. 什么是阴虱病	24
12. 阴虱如何防治	24
(二) 阴道炎症	25
1. 什么是阴道炎	25
2. 常见的阴道炎有哪些	25

3. 哪些情况易得阴道炎	26
4. 阴道炎预防有办法	26
5. 每天冲洗阴道就可预防阴道炎吗	26
6. 得了阴道炎能怀孕吗	26
7. 什么是滴虫性阴道炎	27
8. 滴虫性阴道炎有哪些症状	27
9. 怎么会得滴虫性阴道炎	27
10. 滴虫性阴道炎应怎么治疗	28
11. 滴虫性阴道炎夫妻应同时治疗	28
12. 如何预防滴虫性阴道炎	29
13. 滴虫性阴道炎顽固难愈怎么办	29
14. 什么叫真菌性阴道炎	30
15. 真菌性阴道炎会有什么症状	30
16. 怎么会得真菌性阴道炎	30
17. 真菌性阴道炎与足癣有关吗	31
18. 治疗真菌性阴道炎应注意什么	31
19. 怎么才能防止真菌性阴道炎复发	32
20. 如何预防真菌性阴道炎	32
21. 细菌性阴道炎是怎么回事	32
22. 细菌性阴道炎需要治疗吗	33
23. 什么是老年性阴道炎	33
24. 老年性阴道炎难不难治	33
25. 爱护健康 改掉坏习惯	34
(三) 宫颈炎	35
1. 什么是宫颈炎	35

2. 什么是宫颈糜烂	35
3. 宫颈糜烂有哪些症状	35
4. 什么样的宫颈糜烂必须治疗	36
5. 宫颈糜烂能够治愈吗	36
6. 治愈后的宫颈糜烂会反复吗	36
7. 未婚女性会得宫颈糜烂吗	37
8. 宫颈糜烂能否癌变	37
9. 宫颈糜烂患者应做哪些检查	37
10. 治疗宫颈糜烂的方法有哪些	38
11. 治疗宫颈糜烂有哪些注意事项	38
12. 性生活对宫颈糜烂有影响吗	39
13. 带环对宫颈糜烂有影响吗	39
14. 如何避免宫颈糜烂	39
15. 当心宫颈息肉性大出血	40
16. 宫颈息肉能摸出来吗	40
17. 宫颈息肉会癌变吗	40
(四) 盆腔炎和附件炎	41
1. 什么是盆腔炎	41
2. 盆腔炎是由什么原因引起的	41
3. 盆腔炎会有哪些症状	41
4. 没结婚为何会得盆腔炎	42
5. 治疗盆腔炎的注意事项	43
6. 盆腔炎的预防	43
7. 性生活不洁小心盆腔炎	44
8. 口服避孕药能预防盆腔炎	45

9. 盆腔炎和附件炎是什么关系	46
-----------------------	----



常见的性传播疾病

1. 什么是淋病	48
2. 淋病是如何染上的	48
3. 女性也容易得淋病	48
4. 得了淋病怎么办	49
5. 淋病需要及早彻底治疗	49
6. 如何预防淋病的发生	49
7. 什么是尖锐湿疣	50
8. 尖锐湿疣是如何染上的	50
9. 得了尖锐湿疣怎么办	51
10. 发现尖锐湿疣要及早治疗	51
11. 尖锐湿疣怎样预防	52
12. 什么是梅毒	52
13. 梅毒是怎样被传染上的	53
14. 患上梅毒后需注意什么	53
15. 凡是梅毒都有传染性吗	54
16. 怎样防治梅毒	54
17. 什么是艾滋病	54
18. 艾滋病是由什么原因引起的	55
19. 艾滋病是怎样传播的	55
20. 接吻会传染艾滋病吗	56
21. 女性更容易患艾滋病	56

22. 如何预防艾滋病	57
-------------------	----

五 孕产妇保健及常见病防治

(一) 孕期保健	60
1. 如何计算预产期	60
2. 孕前孕期如何正确补充叶酸	60
3. 什么是产前检查	61
4. 产前检查应从什么时候开始	61
5. 孕期肚子痛是什么原因	62
6. 孕期瘙痒是皮肤病吗	62
7. 孕妇小腿抽筋是怎么回事	63
8. 孕妇发生小腿抽筋怎么办	63
9. 孕妇为啥经常牙龈出血	63
10. 孕妇不要接触农药	64
11. 孕妇家中不要养狗养猫	64
12. 喝酒对胎儿有影响	65
(二) 孕期常见病防治	65
1. 什么是妊娠剧吐	65
2. 妊娠剧吐能预防吗	65
3. 怀孕以后会更容易患感冒吗	66
4. 怀孕期间吃感冒药安全吗	66
5. 孕期发生便秘是什么原因	66
6. 孕期发生便秘怎么办	67
7. 孕期如何预防痔疮	67

8. 怀孕时出现阴道炎是否应治疗	68
9. 什么是妊娠期高血压	68
10. 如何预防妊娠期高血压	69
11. 什么是宫外孕	70
12. 哪些女性易发生宫外孕	70
13. 怎样预防宫外孕的发生	70
14. 什么是前置胎盘	71
15. 前置胎盘有什么危害	71
16. 如何防治前置胎盘	71
(三) 产后应注意的问题与疾病	72
1. 为什么产后外阴易发炎	72
2. 如何防治产后外阴发炎	72
3. 产后会阴伤口疼痛怎么办	72
4. 初产妇为什么容易尿潴留	73
5. 初产妇怎样预防尿潴留	73
6. 怎样预防“产后风”	74
7. 哺乳期谨防急性乳腺炎	74
8. 乳腺发炎后不要停止母乳喂养	74
9. 如何预防产后奶胀	75
10. 什么是恶露	76
11. 恶露有异味应警惕	76
12. 产后宫缩痛怎么办	77
13. 什么是产褥感染	77
14. 产褥感染如何预防	77
15. 如何预防产后中暑	78

16. 什么是产后抑郁症·····	79
17. 怎样防治产后抑郁症·····	79
18. 引起产后出血的原因有哪些·····	80
19. 如何预防产后出血·····	80
20. 产后多久可以同房·····	81
21. 哺乳期没来月经会不会怀孕·····	81
22. 喂奶期间可以吃避孕药吗·····	82
23. 自然分娩好处多·····	82
24. 产妇的精神准备对分娩有何影响·····	83
25. 怎样缓解自然分娩时的疼痛·····	83

六 常见的妇科肿瘤

(一) 乳腺疾病及乳腺肿瘤·····	86
1. 常见的乳腺疾病有哪些·····	86
2. 乳房经常疼痛是得了乳腺疾病吗·····	86
3. 乳房常见异常情况有哪些·····	86
4. 乳腺疾病自我检查的最佳时间·····	87
5. 乳腺疾病自我检查的三种方法·····	87
6. 什么是乳腺增生·····	88
7. 乳腺增生的高危因素是什么·····	88
8. 乳腺增生的发病率高吗·····	89
9. 乳腺增生有哪些明显症状·····	89
10. 乳腺增生易发展为乳腺癌吗·····	89
11. 如何分辨乳腺上的肿块·····	90