



疾病自我管理丛书

JIBING ZIWO GUANLI CONGSHU



- 丛书顾问 / 匡培根
- 丛书主编 / 张明群(美)

中老年

妇科疾病 防治

知识问答

ZHONGLAONIAN
FUKE JIBING FANGZHI
ZHISHI WENDA

编 著 / 吕秋兰 白秀萍

编著单位 / 中国人民解放军总参谋部总医院妇产科
中国人民解放军第261医院妇产科



中国出版社
国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

疾病自我管理丛书

中老年妇科疾病防治知识问答

丛书顾问 / 匡培根

丛书主编 / 张明群 (美)

编 著 / 吕秋兰 白秀萍

编著单位 / 中国人民解放军总参谋部总医院妇产科

中国人民解放军第 261 医院妇产科



中国社会科学出版社

国家一级出版社

全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

中老年妇科疾病防治知识问答 / 吕秋兰, 白秀萍编
著. —北京: 中国社会出版社, 2010. 12

(疾病自我管理丛书 / 张明群 (美) 主编)

ISBN 978 - 7 - 5087 - 3342 - 5

I. ①中… II. ①吕…②白… III. ①中年人—妇科病—防治—问答②老年人—妇科病—防治—问答 IV.
①R711 - 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 178343 号

丛 书 名: 疾病自我管理丛书

书 名: 中老年妇科疾病防治知识问答

丛书顾问: 匡培根

丛书主编: 张明群 (美)

编 著: 吕秋兰 白秀萍

编著单位: 中国人民解放军总参谋部总医院妇产科
中国人民解放军第 261 医院妇产科

责任编辑: 冯义龙

出版发行: 中国社会出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号

电话: 编辑部: (010) 66026807

邮购部: (010) 66060275

销售部: (010) 66080300 传真: (010) 66051713

(010) 66051698 传真: (010) 66080880

(010) 66080360 (010) 66063678

网 址: www.shcbs.com.cn

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 153mm × 225mm 1/16

印 张: 12.25

字 数: 103 千字

版 次: 2011 年 1 月第 1 版

印 次: 2011 年 1 月第 1 次印刷

定 价: 20.00 元

《疾病自我管理丛书》编委会

丛书顾问：匡培根 中国老教授协会心脑血管病防治专家委员会主任
中国人民解放军总医院教授

丛书主编：张明群（美） 中国老教授协会心脑血管病防治专家委员会
副主任 首都医科大学宣武医院心脑血管病综合防治中心主任

编委：（以姓氏笔画为序）

王炎峰 （美） 中国老教授协会心脑血管病防治专家委员会副主任

王新生 中国医学科学院天坛医院神经外科副主任医师

尹国华 山西省太原市中心医院皮肤科主任

田成林 中国人民解放军总医院神经内科副主任医师

田 慧 中国人民解放军总医院南楼内分泌科主任

匡培根 中国人民解放军总医院专家组成员

吉训明 首都医科大学宣武医院副院长

刘佑琴 首都医科大学宣武医院体检中心主任

陆菊明 中国人民解放军总医院内分泌科主任

何静杰 中国康复中心神经康复科主任医师

张小澍 中国人民解放军第261医院神经内科主任

张 松 中国人民解放军第261医院院长

贾建军 中国人民解放军总医院南楼神经内科主任医师

陶国枢 中国人民解放军总医院老年研究所教授

管维平 中国人民解放军总医院南楼神经内科主任医师

总 序

进入 21 世纪以来，随着我国经济的快速发展和老龄化进程的加速，健康教育已经越来越受到大家的重视。通过健康教育，不仅要防治常见病、多发病的科学知识普及到大众中去，更重要的是促使人们养成健康的生活方式，提高自我保健能力，为全民健康素质提高打下良好的基础。

近年来，中央文明办、民政部等部门为满足中老年人群的需求，组织了“夕阳红工程图书”编写工作，以充实城乡万家社区图书室。中国老教授协会心脑血管病防治专家委员会受委托组织编写的“疾病自我管理丛书”，以中老年常见病、多发病为主，2009 年已经出版了有关高血压、糖尿病、血脂异常、冠心病、脑血管病防治问题的图书。2010 年继续组织专家分批陆续编写更多的相关读物，涉及更广泛的常见病。因为这些都是对中老年人危害很大的疾病，加上有太多

的困惑和误区，需要我们把这方面的知识介绍给患者及其家属，使广大中老年朋友从中获益。

“疾病自我管理丛书”的编委和作者都是在百忙的临床工作之余不辞辛劳，付出了大量的精力，牺牲休息和节假日，牺牲了与家人团聚的时间，才使丛书在较短时间内得以完稿。他们对待大众健康教育工作的认真态度和奉献精神使我钦佩与感激。尽管各位编者都作出了许多努力，但其中仍难免有一些不足之处，希望专业的医务工作者和广大读者提出宝贵的意见和建议，为我们今后继续出版更多、更好的健康教育作品，为广大的人民群众服务，为促进社会发展贡献一份力量。

还要对为本丛书付出大量心血的责任编辑冯义龙同志致以最诚挚的敬意和衷心的感谢。

张明群

中国老教授协会心脑血管病防治专家委员会副主任
首都医科大学宣武医院心脑血管病综合防治中心主任

序

新中国成立初期我国妇女的平均寿命只有 40 岁，那时大多数妇女在生育年龄结束后不久即先后去世。现今我国妇女平均寿命已达 75 岁。女性在进入 40 岁以后，由于卵巢功能的衰退，会出现绝经。由此推算，女性一生中大约有一半时间是在绝经后度过的。目前我国围绝经期女性人数居世界首位，约一亿两千万人，而且随着中国人口老龄化进程的加快，中老年女性人口的增长速度也将进一步加快。这个时期的妇女对社会及家庭担负着重要的历史责任，发挥着承上启下的作用，其中不少女性在事业上可能正处于顶峰时期。但是，她们的身体却在悄悄地发生一系列的变化。首先出现的是围绝经期综合征及此后发生的骨质疏松症等困扰着她们的生活和健康，从围绝经期到老年期也是一些疾病包括某些恶性肿瘤的好发年龄，一些错误的认识和做法也对健康产生了危害，延误了对疾病及

时、合理的治疗。因此，加强对中老年妇女的健康教育，使她们掌握必要的知识，对于维护中老年妇女的健康、防止某些疾病的发生、减缓某些疾病的发展，及时发现某些疾病并合理治疗具有积极的意义。这是广大中老年妇女的迫切心愿，同时也是社会进步、国家民族兴旺的需要。本书以问答的形式介绍了女性围绝经期和绝经后期的生理变化、围绝经期综合征的表现及其治疗方法、中老年妇女常见的妇科疾病与妇科肿瘤的相关知识、中老年女性合理的日常生活、饮食、保健对防病治病的意义，是一本中老年妇女在妇科疾病防治、妇女保健知识方面的科普读物，适合广大中老年女性朋友及从事妇女保健工作者阅读。

编者

2010年3月，于北京



目 录

总序 / 1

序 / 1

第一章 围绝经期和老年期的机体变化及 应对策略 / 1

1. 医学上妇女的一生划分为几个阶段 / 1
2. 与绝经有关的术语有哪些 / 2
3. “更年期”值得大惊小怪吗 / 2
4. 中老年女性对围绝经期认识上存在哪些误区 / 3
5. 每个妇女都会经历围绝经期综合征吗 / 3
6. 什么是围绝经期综合征 / 4
7. 发生围绝经期综合征的原因是什么 / 4
8. 围绝经期综合征有哪些症状 / 5



9. 围绝经期月经会出现哪些变化 / 6
10. 围绝经期女性还会怀孕吗 / 7
11. 葡萄胎有什么症状 / 8
12. 围绝经期怎样避孕 / 8
13. 没有月经的妇女也有围绝经期吗 / 9
14. 围绝经期月经失常都是由卵巢功能减退引起的吗 / 10
15. 什么是绝经后出血, 有哪些原因 / 11
16. 什么是血管舒缩综合征 / 12
17. 围绝经期和老年期妇女的生殖器官有哪些改变 / 12
18. 绝经后子宫与输卵管有什么变化 / 14
19. 各器官系统的衰老性疾病还有哪些症状 / 15
20. 精神、神经症状有哪些症状 / 15
21. 绝经后泌尿系统的改变有哪些 / 16
22. 绝经后骨骼肌肉系统的症状有哪些 / 16
23. 围绝经期内分泌代谢的变化主要有哪些 / 17
24. 如何应对围绝经期综合征 / 17
25. 为什么很多人对应用性激素治疗有疑虑 / 18
26. 何时为开始激素替代疗法的最佳时机 / 21
27. 是不是每个妇女都能用激素替代治疗 / 21
28. 如何判断是否存在禁忌证 / 22
29. 应用性激素治疗应注意哪些问题 / 22
30. 雌激素是不是可以让女性永葆青春 / 23
31. 哪些人更要注意预防绝经后骨质疏松症 / 23



- 32. 绝经后骨质疏松症有哪些症状 / 24
- 33. 测骨密度有什么意义 / 25
- 34. 测骨密度有几种方法 / 25
- 35. 骨质疏松引起骨折有哪些特点 / 26
- 36. 为什么要强调绝经后骨质疏松症的预防 / 26
- 37. 如何预防骨质疏松 / 27
- 38. 绝经后骨质疏松如何应对 / 27
- 39. 为什么绝经后妇女的心脏病发病率增加 / 28
- 40. 围绝经期心脏病有哪些症状 / 29
- 41. 怎样应对围绝经期心脏病 / 30
- 42. 为什么围绝经期易出现失眠和抑郁 / 30
- 43. 围绝经期抑郁症的主要症状有哪些 / 31
- 44. 围绝经期抑郁症的促发因素有哪些 / 31
- 45. 怎样预防围绝经期抑郁症 / 32
- 46. 怎样治疗围绝经期抑郁症 / 34
- 47. 如何预防围绝经期失眠 / 34
- 48. 围绝经期干燥症是怎么回事 / 35
- 49. 怎样治疗围绝经期干燥症 / 36
- 50. 进入围绝经期皮肤瘙痒是怎么回事 / 37
- 51. 如何防治围绝经期皮肤瘙痒 / 37
- 52. 老年妇女外阴瘙痒症的原因是什么 / 38
- 53. 外阴瘙痒症的症状有哪些 / 40
- 54. 预防和治疗外阴瘙痒有什么方法 / 40



第二章 中老年妇女常见的疾病 / 41

一、生殖道感染 / 41

1. 什么是外阴炎？有哪些症状 / 41
2. 怎样治疗和预防外阴炎 / 42
3. 前庭大腺炎是由什么原因引起的？有哪些症状 / 42
4. 怎样鉴别前庭大腺炎和前庭大腺囊肿 / 43
5. 前庭大腺炎可以并发哪些疾病 / 43
6. 前庭大腺炎应该如何预防？如何治疗 / 44
7. 为什么老年妇女易患阴道炎 / 44
8. 老年性阴道炎有哪些症状 / 45
9. 老年性阴道炎如何自我防护 / 46
10. 怎样治疗老年性阴道炎 / 47
11. 老年妇女常见外阴病变有哪些 / 48
12. 什么是盆腔炎？什么是附件炎 / 49
13. 急性盆腔炎有哪些症状 / 49
14. 慢性盆腔炎的症状特点有哪些 / 50
15. 应该怎样治疗慢性盆腔炎 / 50
16. 宫腔积液是怎么回事？由什么原因引起的 / 52
17. 宫腔积液有哪些症状及如何诊断 / 52
18. 应该如何治疗宫腔积液 / 52



二、泌尿系统感染 / 54

1. 围绝经期泌尿系统常发生哪些改变，
易患哪些疾病 / 54
2. 老年妇女泌尿系统感染有哪些症状 / 56
3. 为什么老年妇女易发生泌尿系统感染 / 56
4. 老年妇女尿路感染时病原体
如何侵入泌尿系统 / 57
5. 老年妇女尿路感染要做哪些检查 / 58
6. 老年妇女尿路感染容易与哪些疾病混淆 / 59
7. 老年妇女尿路感染可以并发哪些疾病 / 60
8. 老年妇女应该如何预防尿路感染 / 61
9. 老年妇女尿路感染应用抗生素治疗常用的
药物有哪些 / 62

三、盆腔脏器脱垂 / 64

1. 什么是盆腔脏器脱垂 / 64
2. 为什么子宫脱垂患者多是老年女性 / 64
3. 盆腔脏器脱垂有哪些危害 / 65
4. 盆腔脏器脱垂的症状有哪些 / 65
5. 阴道前壁脱垂程度如何划分 / 66
6. 应该如何预防老年盆腔脏器脱垂 / 67
7. 应该如何治疗盆腔脏器脱垂 / 67
8. 盆腔脏器脱垂药物治疗有那些 / 68



9. 怎样进行盆底锻炼？怎样行针灸疗法 / 68

10. 什么是子宫托 / 69

四、压力性尿失禁 / 70

1. 何为压力性尿失禁 / 70

2. 压力性尿失禁有哪些症状 / 71

3. 除压力性尿失禁外，尿失禁还有哪几种类型 / 71

4. 老年妇女尿失禁需要做哪些检查 / 72

5. 压力性尿失禁可以并发哪些疾病 / 73

6. 压力性尿失禁治疗有哪些方法 / 73

7. 哪些药物能治疗尿失禁 / 74

8. 压力性尿失禁物理治疗有哪些方法 / 74

9. 压力性尿失禁的手术治疗有哪些方法？
效果如何 / 75

五、外阴阴道肿瘤 / 77

1. 外阴良性肿瘤有哪些？应如何处理 / 77

2. 老年妇女发生“外阴白斑”是怎么回事 / 77

3. 慢性外阴营养不良有哪些不适？怎样治疗 / 78

4. 外阴恶性肿瘤有哪些？治疗原则是什么 / 79

5. 外阴恶性肿瘤有哪些异常症状 / 79

6. 外阴恶性肿瘤治疗方法有哪些 / 80

7. 阴道肿瘤有哪些种类 / 80



8. 怎样处理阴道良性肿瘤 / 81
9. 阴道恶性肿瘤有哪些症状 / 82

六、子宫颈癌 / 83

1. 子宫颈癌是由什么原因引起的 / 83
2. 宫颈非典型增生轻、中、重三度是怎样划分的 / 83
3. 宫颈上皮内瘤样病变 (CIN) 如何分级? 如何治疗 / 84
4. 宫颈浸润癌有哪些类型 / 84
5. 子宫颈癌有哪些症状 / 85
6. 如何早期发现宫颈癌 / 86
7. 哪些人群需要做宫颈癌的筛查 / 87
8. 诊断早期宫颈癌还有哪些方法 / 87
9. 确诊宫颈癌后, 还可能做哪些检查 / 88
10. 子宫颈癌可以并发哪些疾病 / 88
11. 绝经后子宫颈癌应该如何治疗 / 89
12. 子宫颈癌治疗后预后怎样? 应该如何随访 / 90
13. 现代宫颈癌预防研究取得了哪些突破性的进展 / 91

七、子宫肌瘤 / 92

1. 什么是子宫肌瘤 / 92
2. 子宫肌瘤有哪些症状 / 93
3. 围绝经期妇女患子宫肌瘤怎么办 / 93



4. 围绝经期妇女患子宫肌瘤有没有药物治疗 / 94
5. 老年女性患子宫肌瘤要怎样处理 / 95
6. 围绝经期或老年妇女患子宫肌瘤在什么情况下应手术治疗 / 95

八、子宫内膜癌 / 97

1. 什么是子宫内膜癌？有哪些原因能引起子宫内膜癌 / 97
2. 子宫内膜癌的发生发展特点有哪些 / 98
3. 子宫内膜癌有哪些分类 / 98
4. 子宫内膜癌如何转移 / 99
5. 老年妇女子宫内膜癌有哪些症状？可以并发哪些疾病 / 100
6. 子宫内膜癌应该做哪些检查 / 101
7. 细胞学检查对于诊断子宫内膜癌有什么意义 / 101
8. 做分段刮宫有什么意义 / 101
9. 肿瘤标志物检查有哪些 / 102
10. 宫腔镜检查有什么意义 / 103
11. CT 及磁共振 (MRI) 检查有什么意义 / 103
12. 应该如何治疗子宫内膜癌 / 104
13. 子宫内膜癌应该如何预防 / 105
14. 子宫内膜癌的预后怎样 / 105



九、卵巢肿瘤 / 107

1. 卵巢肿瘤有什么特点 / 107
2. 卵巢恶性肿瘤是由什么原因引起的?
如何预防 / 107
3. 卵巢肿瘤有哪些分类 / 108
4. 卵巢恶性肿瘤的转移途径有哪些 / 109
5. 绝经后卵巢恶性肿瘤有哪些症状 / 109
6. 绝经后卵巢恶性肿瘤应该做哪些检查 / 110
7. 卵巢肿瘤标志物检查有哪些 / 110
8. B 型超声检查有什么意义 / 111
9. 放射学检查有什么意义 / 111
10. 为什么要做腹腔镜检查 / 112
11. 卵巢恶性肿瘤可以并发哪些疾病 / 112
12. 应该如何治疗绝经后卵巢恶性肿瘤 / 112
13. 卵巢恶性肿瘤的预后怎样 / 113

十、原发性输卵管癌和绒癌 / 114

1. 原发性输卵管癌有什么特点 / 114
2. 原发性输卵管癌有哪些症状 / 114
3. 原发性输卵管癌的“三联征”是什么 / 115
4. 原发性输卵管癌应该做哪些检查 / 116
5. 应该如何防治原发性输卵管癌 / 116
6. 绝经妇女会得绒癌吗 / 117