

症状的自测与防治丛书

编著

戴德英 杨炳初 张婷婷



Yuejing Shitiao de
Zice yu Fangzhi

月经失调的 自测与防治

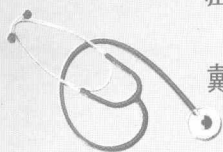
上海科技教育出版社



症状的自测

与

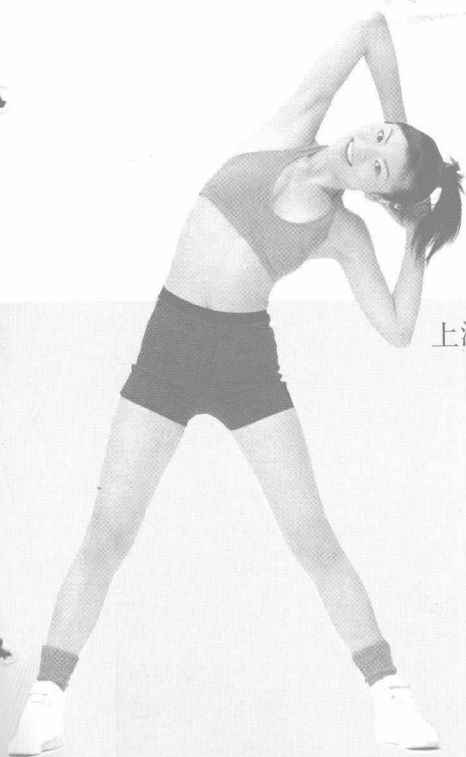
戴德英 杨



R711.51
1

月经失调的 自测与防治

上海科技教育出版社



图书在版编目(CIP)数据

月经失调的自测与防治/戴德英,杨炳初,张婷婷编著.—上海:
上海科技教育出版社,2003.8

(症状的自测与防治丛书)

ISBN 7-5428-3115-1

I. 月... II. ①戴... ②杨... ③张... III. 月经失调—诊疗
IV. R711.51

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第008591号

症状的自测与防治丛书

月经失调的自测与防治

编 著: 戴德英 杨炳初 张婷婷

丛书策划: 汤抗美

责任编辑: 汤抗美

装帧设计: 桑吉芳

出 版: 上海科技教育出版社
上海冠生园路393号

邮政编码: 200235

发 行: 上海科技教育出版社

网 址: www.sste.com

经 销: 各地新华书店

印 刷: 常熟文化印刷厂

开 本: 850×1168 1/32

印 张: 6

版 次: 2003年8月第1版

印 次: 2003年8月第1次

印 数: 1—5000

书 号: ISBN 7-5428-3115-1 R·210

定 价: 13.00元

前言

月经失调是常见的妇科疾病之一。有些妇女到医院看病时问医生：“我月经一月来2次，是不是月经失调？”还有的问：“我月经量太少是月经失调吗？”等等。其实，月经失调是一个广义的病名，是指月经的周期、经期、经量、经色、经质的异常以及伴随症状，如不孕、肥胖、闭经等。

对于月经先期、一月2次；或月经量过多的妇女，由于常有疲倦乏力、头晕心慌、面色萎黄等不适，会主动赴医院诊治，如遇大出血也会赴医院急诊治疗。另一种月经量少或月经后期，40~60天来1次月经，或2~3月来经的妇女，起初会因无不适症状而轻视，忽视这些异常月经的出现。还有少数妇女认为，月经量少比月经量多好，生活上很方便，根本没有意识到后果如何。随着时间的流失，麻烦接踵而来，如体重增加、肥胖、身上多毛，嘴唇长胡子，脸上小痘痘慢慢爬出来，婚后不孕等等，此时才着急地去医院诊治，给治疗带来一定的难度。还有一部分患痛经的妇女，开始腹痛可以耐受，有时喝点生姜汤，服些益母膏或1粒止痛片，经净后如同常人，如此对付一年半载，痛经越来越严重，才去医院诊治。有些妇女到了医院问这问那，“我这病是怎么得的”“我为什么会月经多”“月经不来是什么原因”等，看得出来她们是多么渴望知道自己患病的原因。

《月经失调的自测与防治》一书，可以让您知道月经失调发生的常见原因，让您了解月经的临床症状、体征和检查项目。当您了解这些内容后，您就可以对自己的月经情况进行自测和判断，做到早期发现、早期诊断、早期治疗。

编者

2003年3月

目录

女性特有的生殖器官

女性外生殖器 / 3

女性内生殖器 / 5

健康标志的定期来临——月经

月经是妇女的良友 / 11

月经是女性健康的生理标志 / 13

月经是妇女自身的计时针 / 15

月经周期是怎样调节的 / 17

不凝结的月经之血 / 19

女性的生命周期与月经 / 21

卵巢分泌哪些女性激素 / 24

女性体内也分泌男性激素 / 26

月经失调的常见原因

何为月经失调 / 31

神经内分泌机制失常——主要原因 / 33

精神紧张、惊恐忧伤——原因之二 / 34

性激素药物服用不当——原因之三 / 36

过度肥胖——原因之四 / 37

不恰当的减肥——原因之五 / 38

妇科和全身性疾病——原因之六 / 40

年龄与月经失调

13~17岁时期月经失调 / 45

18~44岁时期月经失调 / 47

45~52岁时期月经失调 / 49

月经量与月经周期的烦恼

月经过多 / 53

月经过少 / 56

月经中期出血 / 58

月经经期延长 / 59

月经先期 / 60

月经后期 / 61

月经先后无定期 / 62

月经失调的伴随症状

头痛与浮肿 / 67

带少或无带 / 68

痛经 / 69

性毛异常 / 70

肥胖与消瘦 / 72

痤疮与褐斑 / 73

精神异常 / 75

月经失调的检查

内分泌检查 / 79

基础体温的测试 / 82

超声波、X线检查 / 85

诊断性刮宫 / 87

药物撤退试验 / 89

卵巢与垂体功能检查 / 90

月经失调的自测步骤

留意和重视疾病的信号 / 95

认真观察出血情况和伴随症状 / 96

寻找原因测体温 / 98

自我分析 / 99

月经失调的治疗

西药治疗 / 107

中药治疗 / 112

月经失调的常见疾病

功能失调性子宫出血 / 121

闭经 / 126

多囊卵巢综合征 / 128
痛经 / 132
子宫内膜异位症 / 134
经前期紧张综合征 / 139
慢性盆腔炎 / 143
子宫肌瘤 / 145
子宫发育不良 / 148
肥胖病 / 150
更年期综合征 / 153
卵巢早衰 / 156
面部痤疮 / 158
面部褐斑 / 160
性毛异常 / 162
带少或无带 / 164
经前精神异常 / 166
经行头痛 / 167
经行浮肿 / 169

月经失调的预防

运动是健康的良友 / 175
合理摄取饮食,增加机体营养 / 177
防治慢性疾病,重视整体调节 / 180
保持良好的精神状态 / 182

小 知 识

- 她是处女吗 / 8
- 不需调经的月经 / 27
- 性早熟有真性、假性之分 / 32
- 您知道停经的原因有多少 / 42
- 月经血是污血吗 / 50
- 什么是巴氏五级分类法 / 55
- 不可见血就止血 / 64
- 异位病灶也会来月经 / 86
- 怎样查看内分泌激素报告 / 88
- 什么是“药物性刮宫” / 92
- 什么时候抽血较妥 / 98
- 哪些人群不宜使用雌激素替代疗法 / 103
- 什么是人工周期 / 111
- 雌激素会致癌吗 / 118
- 什么是性早熟 / 125
- 重视病后的巩固治疗 / 138
- 什么是月经恐惧症 / 142
- 月经失调会引起不孕吗 / 152
- 月经失调可引起流产 / 172
- 终身不来月经也会怀孕吗 / 182

女性特有的 生殖器官





女性外生殖器

按月行经和怀孕生育、哺乳,是女性特有的,因为女性有特殊的生殖器和生殖功能。女性生殖器包括外生殖器和内生殖器两大部分。

女性外生殖器又称外阴,是生殖器的外露部分(见图1)。

外生殖器位于两股之间,前方以耻骨联合为界,后方以会阴为界,包括阴阜、阴毛、大阴唇、小阴唇、阴蒂、阴道前庭。

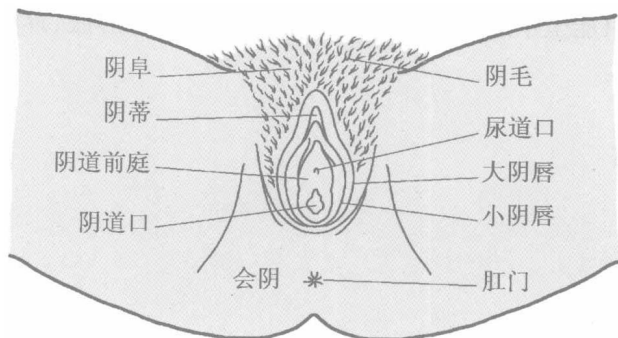


图1 女性外生殖器

阴阜 女性青春期开始生长阴毛，分布呈尖端向下的三角形。

阴毛 女性第二性征之一。

大阴唇 靠近两股内侧的一对隆起的皮肤皱襞，青春期长出阴毛。大阴唇内侧面皮肤湿润，故走路或性交时有湿润感觉，而不致于擦痛。

小阴唇 位于大阴唇内侧，表面湿润，且有丰富的血管和神经末梢，故小阴唇表现极为敏感。

阴蒂 位于两侧小阴唇之间的顶端，性兴奋时即可出现勃起。

阴道前庭 位于两侧小阴唇之间的菱形区，包括前庭球、前庭大腺、尿道口、阴道口及处女膜。

前庭大腺又称巴氏腺，位于大阴唇后部，如黄豆大小，左右各一，开口于前庭后方小阴唇与处女膜之间的沟内。性兴奋时分泌黄白色黏液起润滑作用。如果不注意外阴清洁，腺管口因细菌感染而被阻塞，形成脓肿或囊肿。急性发炎时，病人有特殊的坐姿，即只能坐半边臀部，因炎症一侧的前庭大腺肿胀、疼痛而不能坐卧。



女性内生殖器

女性内生殖器是生殖器的内藏部分,包括阴道、子宫、输卵管和卵巢,后两者又称为子宫附件(见图2)。内生殖器是女性产生月经和孕育胎儿的重要器官(见图3)。

阴道 成年女性的阴道前壁长7~9厘米,后壁长10~12厘米,阴道顶端的穹窿分前、后、左、右四部分,后穹较深,顶端与直肠子宫陷凹紧贴。直肠子宫陷凹是腹腔最低部分,妇女子宫外孕、盆腔脓肿渗出液、腹腔内其他脏器破裂出血,都积在直肠子宫陷凹,通过后穹穿刺可抽出液体,根据液体不同的性状,以协助临床诊断。阴道壁内面为粉红色的黏膜皱襞和弹力纤维,有较大的伸展性,使阴道柔软而富有弹性,成为性交器官和胎儿娩出、月经血排出的通道。阴道黏膜受卵巢激素的影响而保持一定酸度,能防止某些致病菌生长繁殖,具有阴道的自净作用。绝经后的妇女由于雌激素水平降低,阴道酸度减弱,自净作用减少,容易感染老年性阴道炎等疾病。但是,阴道皱襞是病菌最佳藏身之处,也是阴道炎不易彻底治愈、反复发作的主要原因。

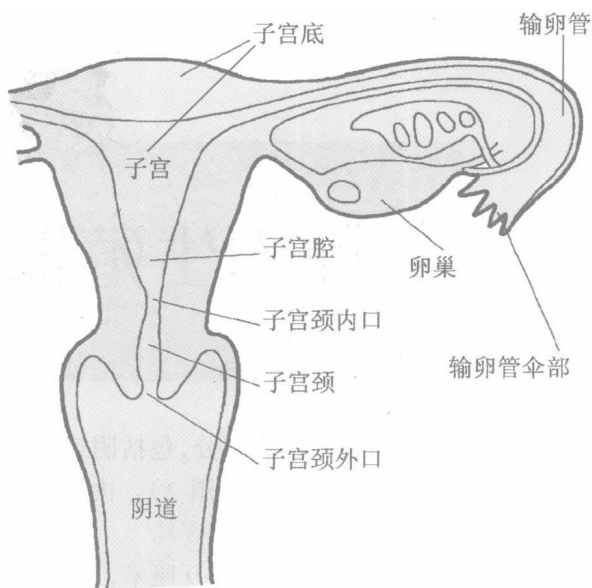


图2 女性内生殖器正面图

子宫 正常的子宫是一中空器官,位于骨盆腔中央,如倒置的梨形,位于膀胱之后,直肠之前,成年妇女子宫长7~8厘米,宽4~5厘米,厚2~3厘米;子宫腔容量约5毫升。子宫上部较宽的部分称子宫体,下部较窄呈圆柱状称子宫颈。

1. 子宫体:由外层的浆膜层,中间的肌层及内层的黏膜层构成。肌层组织有良好的收缩功能和韧性,分娩时肌肉的节律性收缩,是促进胎儿自宫腔内排出的动力。子宫内膜与月经和受孕的关系极为密切。子宫内膜是卵巢的靶器官,接受卵巢激素的影响,有周期性改变,并有月经来潮。受孕后子宫为囊胚着床、发

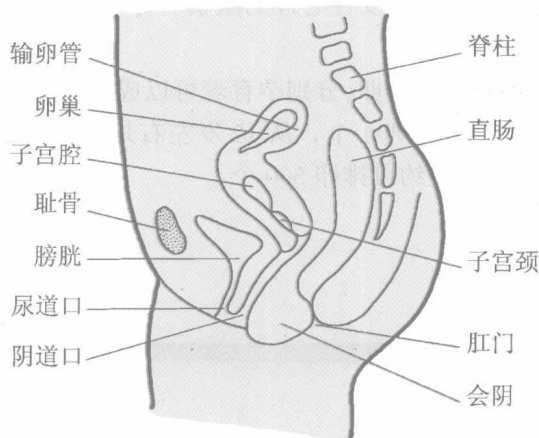


图3 女性内生殖器侧面图

育、成长的所在地。

2. 子宫颈:主要由结缔组织构成,在阴道的子宫颈由鳞状上皮覆盖,表面光滑。子宫颈外口柱状上皮与鳞状上皮交界处是子宫颈癌的好发部位。作子宫颈防癌涂片时,应在此部位取材送检。

卵巢 是一对扁椭圆形的性腺,呈粉红色,在子宫两侧各有1个。成年妇女的卵巢约4厘米×3厘米×1厘米。卵巢在人体中虽然是一对微小的腺体,但它分泌的性激素(雌激素、孕激素和雄激素)有特别重要的功能。

卵巢分皮质和髓质,皮质在外层,其中有数以万计的原始卵泡(又称始基卵泡)。卵巢除了是产生卵细胞的工厂,负有促进卵细胞生长、成熟的作用外,还有一个特别重要的功能,即分泌

维持具有女性性征及女性心理的激素。每个月1次的月经及生育都与激素有关。

一对卵巢交替排卵,分别孕育着可以成为小生命的卵子。两个卵巢每月交替排卵1个,从12岁左右月经的初次来潮至50岁左右闭经,一生约可排卵500个。



小知识

她是处女吗

有一对小夫妻新婚才3天,丈夫提出要离婚,理由是第一次房事女方没有出血,说明她不是处女,对我不忠。女方哭哭啼啼,再三表白自己的清白。那天正是笔者坐诊,检查该妇女处女膜后,见到处女膜有一处新的破损痕迹。于是对其丈夫解释,在阴道口覆有一层较薄的黏膜就是处女膜,含有结缔组织、神经末梢和血管,中央有一孔,孔的形状、大小及膜的厚薄因人而异,处女膜多在初次性交时破裂,但不一定出血,阴道分娩后处女膜残留数个小隆起的处女膜痕。经常游泳、体操或跳高等都可能引起处女膜破损。该女青年婚前喜爱运动、跳舞,有可能处女膜已被拉松或破损。因此,我又对其先生说:“您夫人在婚前应该是处女,她现在是您的妻子了,婚后就不是处女了。”说得两人都笑了,手拉手地走出诊所。