



食 疗



调 养



常用药物

# 妇科病

## 的 诊疗与保健



偏 方



生理保健



日常保健



心理调适

蓝天出版社



# 妇科病的诊疗 与保健

主 编：秦亚刚      韩育民  
副主编：李小敏      曲 洪  
编 委：谭建民      刘 明  
         杨玉龄      刘晓晨  
         宋 颖



蓝天出版社

图书在版编目(CIP)数据

妇科病的诊疗与保健/秦亚刚、韩育民主编. —北京: 蓝天出版社, 2002. 8

ISBN 7-80158-237-3

I. 妇... II. ①秦... ②韩... III. ①妇科病—诊疗 ②妇科病—保健 IV. R711

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 042294 号

## 妇科病的诊疗与保健

---

主 编 ☐ 秦亚刚 韩育民

出版发行 ☐ 蓝天出版社

印 刷 ☐ 北京柯蓝博泰印务有限公司

开 本 ☐ 850×1168 毫米 1/32

字 数 ☐ 170 千字

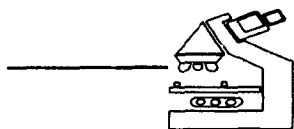
印 张 ☐ 9 印张

印 数 ☐ 8000 册

出版日期 ☐ 2002 年 8 月第 1 版      2002 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ☐ ISBN 7-80158-237-3/Z·88

定 价 ☐ 13.80 元



## 前言

随着物质生活水平的日益提高，大家对自己身体健康状况的关注也越来越多，一旦患上某种疾病，病人都希望对自己的病情有个基本的了解，更希望能通过各种自然疗法或非药物疗法让自己的病情得到控制并逐渐痊愈。

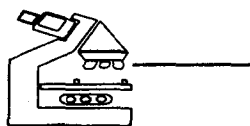
让普通大众了解最新的医学成果，掌握与疾病作斗争的最新的 ways 方法，是每一个医务工作者应有的道义和良知。正是基于这种目的，我们组织了一批医学专家，编写了这套“家庭科学医疗丛书”。

这套书共十本，分别就目前的十大常见疾病，即糖尿病、冠心病、高血压、风湿病、中风病、肝脏病、肾脏病、肥胖病、胃病、妇科病，作了系统而又通俗的介绍。

本书的编写尤其注重面向普通大众，即把读者对象定位在患者、患者家属，而不是专业医生，所以对于病情诊断方面我们尽量做到深入浅出，对于治疗方面倾向于重点介绍家庭疗法、自然疗法、家庭保健、日常护理、调养与康复、食疗、预防、秘方偏方、常用药物精选等。

食疗方面，我们力争收集到最有效实用的食疗配方，并把经患者试用后反应最为良好的配方推荐给读者；





## 前 言

预防方面，我们把每一项预防措施点到实处，注重可操作性，不去讲空洞的理论；

秘方偏方，科学性和实用性并重，方不求多而求精；

常用药物方面，我们把经临床试用效果好的老药品作重点介绍，同时不忘把最新研制的药品介绍给大家。

这套丛书各分册的编写人员均是该专科的研究专家和始终工作在第一线的主治医生及专业护理人员，他们不仅了解最新研究成果，同时具备最丰富的临床治疗和康复经验，业务的精通和良好的医德让他们在编写本套丛书时力求让每位患者和患者家属从中找到自己最需要的东西。

但是，因为每个人身体情况不同，具体治疗方案也因人而异，因此，在您决定开始运用本书的某些疗法之前，最好先向您的经治医生咨询其可行性，以免出现“尽信书不如无书”的状况。需要特别强调的是，凡本书中涉及的处方药一定要在您的经治医生指导下才能用药。

解放军空军司令部门诊部的朱媛媛医生与空军总医院的宋颖医生为本丛书的出版给予了大力的支持与帮助，在此特向她们表示衷心的感谢。

当然，由于时间仓促，更由于医疗科技的飞速发展，本丛书还会有不少不足之处，敬请广大同仁和读者批评指正。

编 者

2002 年 4 月



## 第一章 女性生理解剖 ..... 1

### 第一节 女性生殖器官 ..... 3

#### 一、子宫 ..... 3

#### 二、输卵管 ..... 4

#### 三、卵巢 ..... 4

#### 四、子宫颈与阴道 ..... 5

#### 五、外阴 ..... 6

### 第二节 女性生理现象 ..... 6

#### 一、月经 ..... 6

#### 二、带下 ..... 8

#### 三、妊娠 ..... 9

#### 四、孕育 ..... 10

## 第二章 妇科病的病因病机 ..... 13

### 第一节 病 因 ..... 15

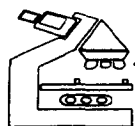
#### 一、六淫邪气 ..... 15

#### 二、七情 ..... 18

#### 三、生活所伤 ..... 18

#### 四、体质因素 ..... 20





|               |    |
|---------------|----|
| 五、医源性损伤.....  | 20 |
| 第二节 病 机 ..... | 21 |
| 一、气血不和 .....  | 21 |
| 二、脏腑功能失调..... | 24 |
| 三、冲任督带损伤..... | 27 |
| 四、子宫病变 .....  | 27 |

### 第三章 常见妇科病的诊断与治疗 ..... 29

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 第一节 月经不调.....      | 31  |
| 第二节 经间期出血.....     | 40  |
| 第三节 崩漏 .....       | 45  |
| 第四节 闭经.....        | 57  |
| 第五节 痛经 .....       | 65  |
| 第六节 经前期紧张综合征 ..... | 77  |
| 第七节 更年期综合征.....    | 88  |
| 第八节 带下病.....       | 93  |
| 第九节 恶阻 .....       | 100 |
| 第十节 妊娠腹痛.....      | 106 |
| 第十一节 异位妊娠.....     | 110 |
| 第十二节 胎漏、胎动不安 ..... | 120 |
| 第十三节 堕胎、小产 .....   | 128 |
| 第十四节 产后血晕.....     | 133 |
| 第十五节 产后腹痛.....     | 136 |





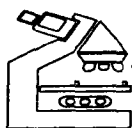
|                    |     |
|--------------------|-----|
| 第十六节 产后恶露不绝 .....  | 139 |
| 第十七节 女性性传播疾病 ..... | 143 |

#### 第四章 妇女家庭保健 .....

179

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 第一节 生理保健 .....        | 181 |
| 一、经期卫生 .....          | 181 |
| 二、孕期卫生 .....          | 182 |
| 三、产褥期卫生 .....         | 186 |
| 四、哺乳期卫生 .....         | 186 |
| 五、绝经期卫生 .....         | 187 |
| 第二节 心理保健 .....        | 188 |
| 一、月经期的心理及调适 .....     | 188 |
| 二、闭经的心理及治疗 .....      | 192 |
| 三、妊娠、产褥期心理障碍 .....    | 193 |
| 四、女性性心理障碍 .....       | 198 |
| 第三节 常见妇科病的预防与调养 ..... | 200 |
| 一、月经不调 .....          | 200 |
| 二、痛经止痛秘方 .....        | 201 |
| 三、经前症候群 .....         | 204 |
| 四、停经 .....            | 206 |
| 五、更年期综合征 .....        | 208 |
| 六、滴虫性阴道炎 .....        | 209 |
| 七、霉菌性阴道炎 .....        | 210 |





八、霉菌感染 ..... 211

第五章 妇科病的食疗 ..... 215

一、月经不调 ..... 217

二、痛经 ..... 223

三、闭经 ..... 227

四、阴道炎 ..... 235

五、妊娠剧吐 ..... 245

六、异位妊娠 ..... 249

七、流产 ..... 254

八、产后出血 ..... 258

第六章 妇科病常用天然药物 ..... 263

一、能够补血的中药 ..... 265

二、能够补气的中药 ..... 269

三、能够补阴的中药 ..... 273

四、能够补阳的中药 ..... 278

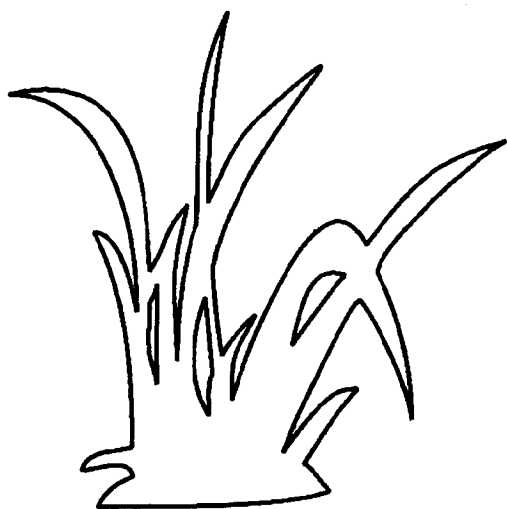


## 第一章

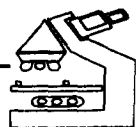
# 女性生理解剖

☆ 女性生殖器官

☆ 女性生理现象







## 第一节 女性生殖器官

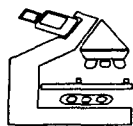
### 一、子宫

女性生殖系统,有的部分是看得到的,如外阴;大部分则是看不到的,如阴道、子宫、输卵管、卵巢等。生殖系统是性病袭击的首要目标,应详细了解其结构和生理功能,方能有效地保护好自己。

子宫,顾名思义,是孕育子代的器官,位于小腹最低处,前贴膀胱,后靠直肠。其形状大小如一倒置的小生梨,略扁,中空,有一扁平的腔隙,称子宫腔。腔壁衬着一层内膜,按月剥离、出血,形成月经。子宫内膜剥离后,宫腔壁全是创面,易受病原体的袭击,这也是经期同房引起盆腔炎的原因所在。子宫壁很厚,由肌肉构成。子宫壁肌肉的伸缩性很大,怀孕期在激素的刺激下,可伸展10倍以上,使宫腔增大,足以容纳不断长大的胎儿。产后,子宫腔留下巨大的创面,容易引起产褥感染。

子宫底部两外侧角各有一根细长的延伸部,即为输卵管。“梨”的柄端呈圆柱状,如拇指粗,称子宫颈,中央也呈管状,如瓶颈,上通宫腔,下端开口即为子宫颈口,与阴道相通。颈管内壁也衬有一层内膜,易为淋菌侵袭,





造成淋菌性宫颈炎。

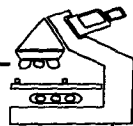
## 二、输卵管

4

输卵管在子宫底的两侧角，如女孩的羊角辫，长8-14厘米，细如面条，很柔软，是一条中空的管道。靠近子宫角处的管道细狭如棉线；向外侧逐渐增粗，末端膨大如伞状，故称伞端。伞端很重要，其任务是将卵巢排出的卵子“抓住”，并吸入输卵管腔。卵子静候在输卵管外侧三分之一处，准备与精子“幽会”，完成受精的任务。受精卵好似“种子”，随着输卵管的蠕动，渐渐移行到子宫腔，种植于子宫内膜中，逐渐孕育成胎儿。输卵管腔衬有粘膜，粘膜表面还有纤毛。纤毛可像水草一样摆动，推动受精卵进入子宫腔。输卵管粘膜很娇嫩，易受淋菌、衣原体等性病病原体的袭击，造成炎症。炎症重，可导致输卵管闭塞，引起不孕症；炎症轻，或治疗不及时、不彻底，可形成瘢痕粘连，引起管腔狭窄，使输卵管通而不畅，从而种下宫外孕的祸根。因为微小的精子可穿过狭窄处，与卵子相会、受精；而比精子大数十倍的受精卵难以通过狭窄处，只能滞留在输卵管的外侧段。卵子受精后3天不能进入子宫腔，则将“就地”种植于输卵管，造成宫外孕。输卵管壁很薄，当孕卵发育至40-50天时，即无法容纳，于是破裂，引起致命性的内出血。

## 三、卵巢





卵巢大小如桃核，有两个，分别位于输卵管的伞端附近。这里是女性的种子库。卵巢中有数以万计的“种子”细胞，每个“种子”细胞均含46条染色体，行减数分裂，去掉一半染色体，成为卵子。精子是在减数分裂后形成的，也只有23条染色体。当它钻入卵子使其受精后，受精卵即包含了46条染色体，但一半来自母亲，另一半来自父亲。这个新的“人种”细胞(受精卵)，以后即发育成一个新人。故卵巢在人类的繁衍中起了承上启下的重要作用。

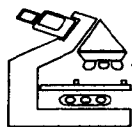
#### 四、子宫颈与阴道

子宫颈如瓶口，质柔韧，在阴道的深部。已婚女子以食指伸入阴道底部即可触及。它是出入生殖器的要冲，平时收紧，并有稠厚的粘液栓将其“塞住”。排卵期稠厚粘液转变为蛋清透明样的粘液，使精子得以通行，逆行上游进入宫腔和输卵管。此后即又转变为稠厚粘液，阻止精子和病菌的上行。十月怀胎期，子宫颈口收紧；一朝分娩时，它逐渐扩张，让胎儿通过。分娩期子宫颈口多有撕裂，易受性病病原体的袭击，诱发产褥热。

阴道是子宫颈与外界相通的一个通道。阴道壁的粘膜有很多皱襞，柔软而极富弹性，性交时可容纳阴茎的插入，临产时足以使胎儿通过。阴道前壁中三分之一处，有一著名的性感区——“C”点，刺激该处，易获得性快感。

阴道是性交的主要“场所”，故而也是性病病原体的第一袭击目标和“集散地”。它们在这里可以获取营养，





大肆繁殖；向上，可进入子宫腔、输卵管、卵巢；向外，可扩散至健康人群。

### 五、外阴

外阴是生殖器的可见部分，可对镜自查。它分为大阴唇和小阴唇，大阴唇在外，小阴唇在内。两片小阴唇向上连接处为阴蒂。阴蒂相当于男子的阴茎，为第一性敏感区。在阴蒂下方有两个开口，一为尿道口，如绿豆大，其下为阴道口。阴道口由一层柔软的薄膜所覆盖，此即为处女膜。大多数处女的处女膜孔是完整的圆形，首次性生活时处女膜破裂，可有少量出血。

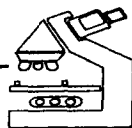
8

这里还有两对腺体，平时看不到。一对在尿道口的两侧下方，称尿道旁腺；一旦受淋菌感染，会不时地流出脓液。另一对在大阴唇的下三分之一处，性交时可分泌粘液，润滑阴道口。一旦发生感染，腺体即肿大，严重时可肿至鸡蛋大小，并有明显的红、肿、热、痛等炎症表现，此时可感知它的存在。

## 第二节 女性生理现象

### 一、月经





月经又称月事、月信、月浣、月水、癸水、经血等，是有规律的周期性子宫出血，是子宫排出的代谢产物。一般每月经行1次，经常不变，信而有期。

月经是女性生命活动的信息，通过了解其迟愆、多少、顺逆、闭崩即可测知其气血、阴阳的平衡，以通调和顺为正常，故女性生理以月经为中心进行阐述。

### (一) 月经生理现象

包括初潮、周期、经期、经量、色、质及绝经等。

**初潮** 女子初次经行为初潮，有称其为红铅、首铅者，是进入青春期的标志。初潮年龄因地域、气候、种族、营养等生存环境的差异而有所不同，一般在11-18岁，平均14岁左右。

**周期** 两次月经第1天间隔的时间为月经周期。一般在28天左右，正常在21-35天，每次经行出血的当天，为月经周期的第1天。

**经期** 即每次经行持续的时间，一般为3-7天。

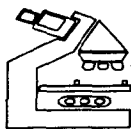
**经量** 月经血量一般每次经行在30-80ml，少于30ml为月经过少，超过80-100ml以上为月经过多。通常月经血量在经行第1天量较少，2-3天量增多，第4天以后又逐渐减少。

**经色** 多为黯红色，或经初、经净前色淡，亦有稍黑者。

**经质** 不稀不稠，不凝固，无明显血块，无特殊臭气，可有血腥味。

**绝经** 月经终止，不再来潮，一般在50岁左右，多见





于45-52岁。

月经在经行前数日至月经行期间,常伴有轻微的小腹胀痛或腰骶部酸痛,或乳房胀满,情绪不稳定等现象,月经过后逐渐消失。

若不影响工作生活则毋须处理,此为月经期常见的生理现象。初潮后1-2年内,由于生殖系统未完全发育成熟,气血未盛,肾气天癸尚处于生长发育期,故月经常常不按周期而来去不定。其中稀发、经血量少者可不予特殊治疗,待其自然发育成熟,月经就会按时来。绝经前的一段时间亦可因天癸欲竭,月经周期不定,量或多或少,大多都可自然终止。

8

由于身体体质不同,个别妇女,无与月经有关的疾病,月经有规律地2个月一行者,称为并月。3个月一行者为居经,又称季经。一年一行者称为避年。经身不行而能受胎者为暗经。少女经行后又复不行,间歇较长者时间复行,称歇经。妊娠初期仍按月经周期有少量月经,无损于胎儿发育者称激经。又称盛胎、垢胎。此类特殊情况,为生理变异。

## 二、带下

带下有生理、病理、广义、狭义之说。在这里,我们仅讨论生理性带下。生理性带下是指女性阴道内稀薄、无色、无臭味的液体,有润泽阴窍,防御外邪侵入和损伤的作用。《沈氏妇科辑要》里面讲述,带下是女人生下来就

