

常见病
预防与调养丛书

changjianbing

yufang
yu tiaoyang congshu

妇科疾病 预防与调养

主编 李廷俊 郭力

中国医药出版社
中国医药出版社

| 常见病预防与调养丛书 |

妇科疾病 预防与调养

主编 李廷俊 郭力

**FUKEJIBING
YUFANGYUTIAOYANG**

中国中医药出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

妇科疾病预防与调养 / 李廷俊, 郭力主编. —北京: 中国中医药出版社, 2016.9

(常见病预防与调养丛书)

ISBN 978 - 7 - 5132 - 3169 - 5

I . ① 妇… II . ① 李… ② 郭… III . ① 妇科病—防治
IV . ① R711

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 017147 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

三河市宏达印刷有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 880 × 1230 1/32 印张 10.625 字数 291 千字

2016 年 9 月第 1 版 2016 年 9 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978 - 7 - 5132 - 3169 - 5

定价 32.00 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

购书热线 010 64065415 010 64065413

微信服务号 zgzyycbs

书店网址 csln.net/qksd/

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

淘宝天猫网址 <http://zgzyycbs.tmall.com>

《妇科疾病预防与调养》编委会

主 编 李廷俊 郭 力

编 委 (按姓氏笔画排序)

于静蕊	马文杰	王 楠	王毅敏
田 雪	白雅君	刘 冰	刘金刚
孙 丽	李 涛	张 磊	张美玲
姜 燕	徐文丽	薛 宇	

内容提要

本书详细介绍了 20 种妇科常见病和多发病的预防与调养知识，内容包括疾病的病因、症状、预防与调养方法，具体包括中药方剂、药茶、药酒、药粥、药汤、保健菜肴、熏洗坐浴、搽药、贴脐、灌肠、按摩、拔罐、艾灸、刮痧、足浴等。本书从各方面综合考虑，提供实用的解决方案，既见效，又安全；既管用，又省钱。

“爱心小贴士”从医生的角度，以一问一答的方式针对读者关心的预防、治疗及生活中的注意事项等方面的疑问给出解答，方便读者找到适合自己的预防及调养方案。

本书可供所有关心自身健康的女性、妇产科医生、医学院学生等阅读参考。

远离疾病，做自己的健康管家

我们每个人都希望自己健康长寿，然而“人吃五谷杂粮而生百病”，生老病死是客观的自然规律。在日常生活中，经常会有各种疾病找上门来，干扰我们的生活，甚至剥夺我们的生命。其实，生病就是疾病在生长！如果想要阻止疾病的生长，首先得知道生病的原因是什么，据此而预防疾病，调养身体。

从营养学的角度而言，人生病的原因可分为两大类：第一，各种细菌和病毒的入侵，比如感冒、流行病等；第二，不良生活方式导致的疾病，比如高血压、糖尿病等。无论是哪种原因，疾病都会导致人体细胞异常，继而发生各种不同的症状。从中医学的角度分析，人之所以会生病，主要有两方面原因：一是人自身抵抗力的下降——正气不足，二是外界致病因素过于强大——邪气过盛。在疾病过程中，致病邪气与机体正气之间的盛衰变化，决定着病机的虚或实，并直接影响着疾病的发展变化及其转归。

“未雨绸缪”，“未晚先投宿，鸡鸣早看天”，凡事预防在先，这是中国人谨遵的古训。“不治已病治未病”是早在《黄帝内经》中就提出来的防病养生谋略，是至今为止我国卫生界所遵守的“预防为主”战略的最早思想，它包括未病先防、已病防变、已变防渐等多个方面的内容，这就要求人们不但要治病，而且要防病，不但要防病，而且要注意阻挡病变发生的趋势，并在病变未产生之前就想好能够采用的救急方法，这样才能达到“治病十全”的“上工之术”。

中医学历来重视疾病的预防。一是未病养生，防病于先：指未患病之前先预防，避免疾病的发生，这是老百姓追求的最高境界。二是欲病施治，防微杜渐：指在疾病无明显症状之前要采取措施，治病于初始，避免机体的失衡状态继续发展。三是已病早治，防止传变：指疾病已经存在，要及早诊断，及早治疗，防其由浅入深，或发生脏腑之间的传变。另外，还有愈后调摄、防其复发：指疾病初愈，正气尚虚，邪气留恋，机体处于不稳定状态，脏腑功能还没有完全恢复，此时机体或处于健康未病态、潜病未病态，或欲病未病态，故要注意调摄，防止疾病复发。要想拥有健康的身体，就要学会预防疾病，做到防患于未然。

鉴于此，我们组织编写了“常见病预防与调养丛书”，本丛书以“未病

应先防，患病则调养”的理念，翔实地介绍了临床常见病的病因、病症和保健预防、调养等，帮助人们更加具体地了解常见疾病的相关知识。让广大读者远离疾病，做自己的健康管家！

“常见病预防与调养丛书”目前推出了临床常见病——糖尿病、高血压、高脂血症、肥胖症、脂肪肝、冠心病、妇科疾病、妊娠疾病、产后疾病、乳腺疾病、月经疾病、小儿常见病等疾病的预防与调养，未来还将根据读者需求，陆续出版其他常见病的预防与调养书册，敬请广大读者关注。

编者

2016年8月

编写说明

随着现代文明的发展，女性在社会生活中的地位日益重要，同时也承受着越来越多的社会压力。许多女性由于对妇科疾病缺乏应有的认识，缺乏对身体的悉心呵护，加之各种不良生活习惯等，使生理健康逐渐下降，导致一些妇科病缠身，且久治不愈，给正常的生活、工作带来极大的不便，甚至造成诸多心理上的伤害，所以对这些疾病的预防显得尤为重要。因此，我们应采取积极有效的措施治“未病”、治“已病”。为了帮助读者掌握常见妇科疾病的预防与调养方法，我们编写了本书。

本书包括 20 种妇科常见病、多发病，具体有非特异性外阴炎、外阴溃疡、外阴白斑、外阴瘙痒症、非特异性阴道炎、滴虫性阴道炎、霉菌性阴道炎、老年性阴道炎、前庭大腺炎、前庭大腺囊肿、子宫颈炎、宫颈糜烂、子宫颈癌、子宫脱垂、子宫肌瘤、子宫内膜异位症、子宫内膜炎、子宫内膜癌、盆腔炎、卵巢囊肿，详细介绍每种疾病的预防与调养知识，具体包括疾病的病因、症状、预防与调养方法，如中药方剂、药茶、药酒、药粥、药汤、保健菜肴、熏洗坐浴、搽药、贴脐、灌肠、按摩、拔罐、艾灸、刮痧、足浴等。本书从各方面综合考虑，提供实用的解决方案，既见效，又安全；既管用，又省钱。

“爱心小贴士”从医生的角度，以一问一答的方式针对读者关心的预防、治疗及生活中的注意事项等方面的疑问给出解答，方便读者找到适合自己的预防及调养方案。

本书可供所有关心自身健康的女性、妇产科医生、医学院学生等阅读参考。

由于编者水平有限，敬请广大读者提出宝贵建议，以便再版时修订提高

本书编委会
2016 年 8 月

一

非特异性外阴炎 1

- 病 因 / 3
- 症 状 / 30
- 预 防 / 4
- 调 养 / 5

二

外阴溃疡 15

- 病 因 / 17
- 症 状 / 17
- 预 防 / 18
- 调 养 / 19

三

外阴白斑 27

- 病 因 / 29
- 症 状 / 29
- 预 防 / 30
- 调 养 / 30

四

外阴瘙痒症 37

- 病因 / 39
- 症状 / 40
- 预防 / 40
- 调养 / 41

五

非特异性阴道炎 51

- 病因 / 53
- 症状 / 54
- 预防 / 54
- 调养 / 55

六

滴虫性阴道炎 63

- 病因 / 65
- 症状 / 65
- 预防 / 66
- 调养 / 66

七

霉菌性阴道炎 81

- 病因 / 83
- 症状 / 84
- 预防 / 84
- 调养 / 85

八

老年性阴道炎 97

- 病 因 / 99
症 状 / 100
预 防 / 100
调 养 / 100

九

前庭大腺炎 117

- 病 因 / 119
症 状 / 119
预 防 / 120
调 养 / 120

十

前庭大腺囊肿 127

- 病 因 / 129
症 状 / 129
预 防 / 129
调 养 / 130

十一

子宫颈炎 133

- 病 因 / 135
症 状 / 136
预 防 / 136
调 养 / 137

十二

宫颈糜烂 155

- 病 因 / 157
- 症 状 / 158
- 预 防 / 158
- 调 养 / 159

十三

子宫颈癌 169

- 病 因 / 171
- 症 状 / 172
- 预 防 / 173
- 调 养 / 173

十四

子宫脱垂 183

- 病 因 / 185
- 症 状 / 186
- 预 防 / 187
- 调 养 / 188

十五

子宫肌瘤 209

- 病 因 / 211
- 症 状 / 212
- 预 防 / 213
- 调 养 / 215

十六

子宫内膜异位症 231

- 病因 / 233
- 症状 / 234
- 预防 / 235
- 调养 / 235

十七

子宫内膜炎 255

- 病因 / 257
- 症状 / 257
- 预防 / 258
- 调养 / 259

十八

子宫内膜癌 267

- 病因 / 269
- 症状 / 269
- 预防 / 270
- 调养 / 270

十九

盆腔炎 277

- 病因 / 279
- 症状 / 280
- 预防 / 280
- 调养 / 282

二十

卵巢囊肿 311

病 因 / 313

症 状 / 314

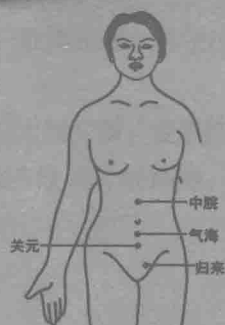
预 防 / 315

调 养 / 315

参考书目 323

一

非特异性外阴炎



◆—————◆
病因

◆—————◆
症状

◆—————◆
预防

◆—————◆
调养

非特异性外阴炎是指不是由特异的病原体引起的外阴皮肤或黏膜的炎症，以单纯性外阴炎多见，是一种较为常见的妇科疾病。中医学称本病为“阴痒”“阴疮”“阴痛”。

病 因

(1) 长期穿着过紧的尼龙内裤，导致外阴皮肤黏膜不能正常透气，分泌物长时间积聚附着于皮肤黏膜上，引起外阴部炎症。

(2) 由于其他疾病引起阴道分泌物增多，外阴部长期处于潮湿、浸润状态，致使皮肤抵抗力下降，致病菌大量增生繁殖，引发炎症。

(3) 洗衣时内裤与其他衣物混洗或用手抓搔外阴部，造成交叉感染。

(4) 由于性交、接产、手术、洗澡等造成感染。

(5) 尿道、直肠瘘或尿液的生化值改变，致使尿液、粪便污染或刺激外阴部而发生炎症。

(6) 常见的致病菌为葡萄球菌、链球菌、大肠杆菌、变形杆菌等。

(7) 中医学认为，本病的发生，由湿毒内侵或肝经郁热，脾虚生湿，蕴而化热，湿热下注外阴所致。

症 状

(1) 急性炎症 患者先感到外阴不适，继而出现瘙痒及疼痛，或有灼热感，同时可出现外阴部位（包括大、小阴唇，阴蒂）皮肤及黏膜