

呵护产道

陈建玲等 主编



湖北科学技术出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

呵护产道 / 陈建玲等主编. — 武汉: 湖北科学技术出版社, 2017.1

ISBN 978-7-5352-9332-9

I. ①呵… II. ①陈… III. ①阴道疾病 - 诊疗

IV. ①R711.73

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 012354 号

策 划 陈兰平

责任编辑 陈兰平

封面设计 戴 旻

出版发行 湖北科学技术出版社

地 址 武汉市雄楚大街 268 号
(湖北出版文化城 B 座 13 ~ 14 层)

邮 箱 670997052@qq.com

电 话 13387538719

网 址 <http://www.hbstp.com.cn>

印 刷 武汉市金港彩印有限公司

开 本 787 × 1020 1/16 8.5 印张

版 次 2017 年 1 月第 1 版

2017 年 1 月第 1 次印刷

字 数 200 千字

定 价 50.00 元

(本书如有印装问题, 可找本社市场部更换)

溪邊無官
溪邊功健

即景題



二〇一五年五月

《呵护产道》编委会

主 审 杨 俊 杜梅林

主 编 陈建玲 许学先 王从容 刘炜炜 赵 惊

副 主 编 张 俊 曹 妍 程晓林 朱 丹 欧阳湘祝

徐 夏 罗 灿 罗建国 吴执军 周利梅 杨文武

王 琴 罗晓冬 杜宏英 皮艳春 邹晓春 牟俊操

编 委 (以姓氏笔画为序)

马小梅 文婷婷 王 琴 王从容 王龙洲 王建军

王娜娜 代艳梅 冯 祥 皮艳春 石建华 艾俊敏

刘金环 刘 倩 刘桃蓉 刘雪枚 刘德俊 向 倩

吕灿丽 孙福英 朱 丹 朱弘宇 牟俊操 许学先

全柯桦 余文慧 吴小玲 吴执军 张丽萍 张 俊

张 艳 李志慧 李彩虹 李琴华 杜宏英 杨文武

陈卫红 陈兴宜 陈建玲 陈明珍 陈秋晴 陈鸿宾

邹晓春 周利梅 罗 飞 罗 灿 欧阳湘祝 易莉莎

罗建国 罗晓冬 罗 艳 姜志军 胡婷婷 赵 惊

赵 琳 唐立华 徐 夏 曹 妍 梅 萍 黄 奕

程 林 程晓林 傅书艳 鲁选文 熊 飞 蔡秀丽

插 图 刘炜炜 徐 夏

秘 书 吕灿丽 代艳梅 梅 萍

序

自古长江被誉为“母亲之河”，宜昌市中心人民医院就坐落在风景如画的长江之畔。这里有一群聪慧美丽的医者，全身心地投入到神圣的女性医疗保健事业中，以精湛的技术、高尚的医德，呵护着每一位母亲和儿女；稍有闲暇，便积极整理，将临床实践的经验，结合理论上的升华，汇集成册，于是有了手头上的这本书——《呵护产道》。

数日前，该书主编陈建玲主任找到我，请我代为作序。读完此书，我发现该书用语鲜明，通俗易懂，便于记忆，实用性强。普通读者阅后可以充分了解如何调养保健，即使医务工作者读后对临床亦有实际的指导作用，是一本有分量的用心之作！作为院长，我深知一个科室主任的辛劳，对于她能在百忙之中一直笔耕不辍，辛勤耕耘，坚持科普创作，我是十分敬重的！而能看到一群这样的医者为医学科普默默付出，更是感动和欣慰！古语云“上工治未病”，从事医学科普的医者一直用言行实践这句名言，是他们，让“最好的医生是自己”成为可能，而他们，也正是我心中当之无愧的“最好的医生”！

本人拙笔行墨，欣然作序。

宜昌市中心人民医院院长

2017年1月



前言

阴道是女性特有的生殖器官，由黏膜、肌层和外膜组成，位于膀胱、尿道和直肠之间，上连宫颈，下通外阴，开口处前方是尿道口，后方是肛门，具有排出月经、娩出婴儿、性爱三大功能。

阴道极为敏感和娇嫩，很容易遭受病原体污染，常见疾病有炎症、发育异常、损伤、异物残留、妊娠、盆底功能障碍性疾病、良恶性肿瘤，其中最常见的是阴道炎。呵护要点包括维护阴道天然防线，维持阴道内环境平衡。

阴道是产道的重要组成部分，连接两个截然不同的神秘世界，一个世界饱含了生命进化的神奇，另一个世界则充满了新生命的神圣。十月怀胎，一朝分娩，作为胎儿降生走过的第一段“生命之旅”，每一步产程都充满了挑战与磨难，可谓步步惊心。

著名女作家张爱玲有句名言，“通往女人心的路是阴道”，导出了人世真谛。炎黄子孙上下五千年，从古时候接生婆接生，到现代助产士助产，再到剖宫产、孕妇学校、水中分娩、分娩镇痛、月子中心，演变了对新生命的百般呵护。

本书为呵护女性系列丛书，与《呵护乳房》互为姊妹篇，倡导阴道自然分娩，呼吁婚前检查、孕前检查及产前检查的重要性。

衷心感谢全国知名医学科普专家梁锦军教授对本书的精心指导。本书编写中难免存在不足，我们衷心希望读者朋友不吝指正。

陈建玲 许学先 王从容 刘炜炜 赵 惊

2017年1月





目 录



第一部分 常见阴道病

滴虫性阴道炎	002
念珠菌性阴道炎	004
细菌性阴道病	006
淋菌性阴道炎	008
药物性阴道炎	010
放射性阴道炎	012
婴幼儿阴道炎	014
老年性阴道炎	015
疱疹病毒性阴道炎	017
阴道上皮内瘤变	019
阴道异物	021
阴道损伤	022
阴道囊肿	024
阴道避孕	025
阴道妊娠	027
阴道乳头状瘤	029



阴道内的“小草莓”	031
阴道子宫内膜异位症	032
阴道癌	034



第二部分 阴道分娩好

阴道的三大功能	038
生命的甬道——产道	040
男科门诊	042
和谐的两性关系	047
孕前检查	049
产前检查	050
妊娠期阴道变化	054
妊娠期阴道炎	056
服药后意外怀孕怎么办	058
阴道分娩好	062
分娩镇痛	064
产房内外	066
助产	069
难产	072
特殊“战场”	076
分娩并发症	079
产后抑郁症	082
月子中心	085
产科男医生	087
二胎政策下阴道分娩与剖宫产的较量	090





第三部分 呵护产道

石女	096
美的遗憾	097
阴道不全闭锁	099
两个阴道	101
下身掉“茄子”	103
阴道壁脱垂	105
阴道穹隆脱垂	107
阴道松弛	109
盆底肌肉与生物反馈	111
产后盆底康复	113
压力性尿失禁	115
外出的烦恼	117
阴道流尿	118
阴道排便	120
让性生活 High 起来	121
阴道缩紧术	122
网片及腹腔镜技术在盆底重建手术中的应用	125



第一部分 常见阴道病

DIYIBUFEN CHANGJIAN YINDAO BING





滴虫性阴道炎

邻居张阿姨平日里是个整洁、乐观的人，无论什么时候看到她都给人一种很清新、很干净的感觉，可是最近不知为什么，每次看到她总是闷闷不乐的！

有一天，她来到我家，欲言又止的，过了好一会儿，她才难为情地跟我说：“我最近非常困扰，总是感觉分泌物特别多，甚至像流水一样，阴道会流出很多黄绿色的液体，每天换几次内裤都不行，还是感觉内裤上湿漉漉的，并且伴随很大的异味，上班时坐着自己都闻得到，更别说其他的同事了。每次和丈夫过性生活的时候也会感觉很痛。我觉得很苦恼，但又不好意思去医院就诊，于是自己在网上查了很多天，生怕自己得了性传播疾病或者癌症什么的，几天都没睡好觉啦！”

听了她的话，我终于明白张阿姨为什么这几天总是愁眉苦脸的了！我安慰她说：“张阿姨，不要紧的，生病了就要来医院看病，明天我上班，你找我检查一下吧。没什么不好意思的，很多病人都是自己吓自己。根据你的描述，我考虑阴道炎的可能性很大，但具体是哪一种炎症，还要检查了才能确定的。”

听了我的话，张阿姨的顾虑稍稍解除了一些。

第二天，经过详细的妇科检查和白带常规化验，考虑张阿姨所患的疾



病是“滴虫性阴道炎”。

张阿姨很惊讶！

她觉得自己平时非常注意个人的卫生，不明白自己怎么突然间得了这个病？这个病严重吗？需要怎么治疗？

面对她的一连串提问，我详细地为她解答：滴虫性阴道炎是由阴道毛滴虫感染引起的下生殖道炎症。主要经过性接触传播，也可以通过公共浴池、浴盆、浴巾、游泳池、坐便器、衣物等间接传播。滴虫性阴道炎主要表现为阴道分泌物增多、外阴瘙痒，间或有灼热感、疼痛及性交痛，若合并有尿道感染，部分患者有尿频、尿急等症状；也有不少患者临床症状轻微，甚至没有症状。妇科检查见阴道内泡沫样、黄绿色阴道分泌物，外阴阴道黏膜充血，阴道分泌物多伴有腥臭味。滴虫性阴道炎与沙眼衣原体感染、淋病奈瑟菌感染、盆腔炎性疾病、宫颈上皮内瘤样变、HIV 感染以及孕妇发生早产、胎膜早破及分娩低出生体重儿相关。治疗主要是硝基咪唑类药物，临床上常用的药物是甲硝唑、奥硝唑、替硝唑等。推荐方案：全身用药。对于不能耐受口服药物或不适宜全身用者，可选择阴道局部用药，但疗效低于口服用药。特别注意的是患者服用甲硝唑 24 小时内或在服用替硝唑 72 小时内应禁酒。对患者的性伴侣应进行治疗，并告知患者及性伴侣治愈前应避免无保护性交。

听了我的详细解答，张阿姨终于放下心里包袱。因为张阿姨平日里没有胃炎等疾病，所以我给她制定了全身用药方案。经过规范全身治疗，张阿姨又恢复了往日的笑容。

（赵 惊 王从容）



念珠菌性阴道炎

雨点拍打着窗户，淅沥沥的小雨已经连续下了快一个月啦！

伴随着候诊大厅响亮的电子呼叫，我的诊室进来一名满面愁容的女性，她说她很苦恼，这一点从她的神情也看得出来。

我问她怎么不舒服？

她说阴道炎，念珠菌性的，她也不知道这病怎么这么顽固，她已经治了大半年啦，可就是不见好转，每次用药就好，停药就犯，这个病已经严重影响了她的工作、生活，甚至影响到夫妻感情，因为她已经几个月不敢和丈夫同房了，她也不知道该怎么办，说着说着眼泪就流了下来。

仅仅因为常见的阴道炎症却被折磨得如此憔悴，我不禁心生怜悯。趁下雨病人不多，我决定好好安慰一下她，顺便给她科普一下念珠菌性阴道炎这个常见而又难缠的疾病。

“念珠菌性阴道炎”其实是一个曾用名，它还有一个被人们熟知的曾用名就是“霉菌性阴道炎”，现在的名称是“外阴阴道假丝酵母菌病（vulvovaginal candidiasis, VVC）”。VVC 是阴道感染中最常见、患者抱怨最多的一类疾病。由于以往没有该病的诊治规范，使得该病治疗方法繁杂混乱，病情迁延，容易反复发作。规范化应用抗真菌药物，积极寻找并治疗发病诱因，已使本病的治疗效果大大提高！

很多病人最关心的莫过于“我是怎么得病的？这是性病吗？为什么两个人一同房就会发作？”那么让我来一一为您解答。

一般认为，VVC 是一种内源性疾病，假丝酵母菌是人类阴道内 20 多种微生物中的一种，在 10% 的正常女性阴道和 30% 妊娠女性阴道内可以存在而不致病，我们称之为定植。在女性阴道内，占优势的乳杆菌对维持阴道正常菌群及阴道自净作用起着关键的作用。任何原因造成的乳杆菌减少或消失，都可以给假丝酵母菌提供繁殖的能源和条件。在患 VVC 的患者中，多数表现为瘙痒难忍，那其实是因为 VVC 疾病过程中同时存在着过敏反应。可以肯定地说 VVC 不是性病，是自身感染性疾病，常规情况下性伴侣无须治疗，但因其可以通过性交传播，因此未治愈之前性交时务必使用安全套。只有反复发作的 VVC 患者其性伴侣才酌情给予治疗。为什么有的病人总是反复发作 VVC？其实不是 VVC 的每次发作都治不好，而是治好了当次的 VVC，但是不能阻止其再次发作。积极查找诱因，正确使用抗真菌药物，是决定能否治愈 VVC 的关键！另外，日常护理也很关键，平常最好用温开水清洗外阴，每晚睡前清洗外阴的人患生殖道感染的机会明显小于 2 天或更长时间清洗 1 次外阴的人。但不要用香皂或者浴液等碱性较强的洗液。有些妇女使用阴道内冲器以及药物进行阴道深度清洁，觉得这样既干净又杀菌。错！经常阴道冲洗或灌洗会影响阴道生态平衡，不仅降低了自身免疫力，更严重破坏了外阴黏膜、皮肤的保护屏障，使微生物更易侵入体内。还有，经常穿紧身裤或合成纤维透气性差的内裤、非经期使用卫生护垫这些都是患 VVC 的诱因，甚至使用带香味的手纸都可能是患 VVC 的元凶。

养成正确的生活习惯，树立坚定的信心，恼人的念珠菌自然会远离我们。听完我的话，她的脸上终于露出了笑容。

(赵 惊 陈鸿宾)



细菌性阴道病

“洗洗更健康！”这句耳熟能详的广告词，贴合了多少人的心声！不夸张地说，是很多女性朋友的生活指南。可是，在现实生活中，女性的阴道，是否需要像平常洗手一样，需要经常做冲洗呢？

答案是否定的。事实证明，不必要的阴道冲洗，破坏了阴道正常的菌群结构，大大增加患阴道炎甚至盆腔炎的概率。

阴道内不是无菌的，有许多需氧菌和厌氧菌共同生活在一起，其中以产生过氧化氢的乳杆菌占优势。当阴道内菌群失调时，乳杆菌减少，导致其他细菌大量繁殖，主要有加德纳菌（*gardnerella vaginalis*, GV）及厌氧菌，引起细菌性阴道病，英文是 *bacterial vaginosis*，简称“BV”。

细菌性阴道病是什么感觉？它痒吗？痛吗？臭吗？高达 50% 患者没有任何感觉；有的仅有轻微的炎症，阴道分泌物多，最典型的就是白带有“鱼腥臭味”，尤其是性交后，这是厌氧菌大量繁殖产生胺类物质导致的。所以，当女性觉得自己成了一个“有味儿”的女人时，就该去看妇科医生了。

医生检查时，可能没有什么特殊的表现，阴道黏膜没有充血、水肿及出血点，没有脓性的、豆渣样的、泡沫样分泌物，就是一点儿灰白的、稀薄的、匀质的白带。取这点儿白带，送到检验科医生的显微镜下，拿回来的报告单上会写着：清洁度Ⅰ度，白细胞少许，线索细胞阳性，胺臭味试

验阳性，pH 值大于 4.5。不错，清洁度好多了，没什么白细胞。但是妇科医生会告诉你，这是典型的“细菌性阴道病”。

不要小看它。细菌性阴道病会散发出恶臭的气味，给你的日常生活带来尴尬与不悦；它会给妇科手术带来感染的危险，而其中高含的加德纳菌（GV）是产后脓毒症、子宫内膜炎及流产感染的病原体，孕妇阴道黏膜感染加德纳菌可能会通过产道宫内感染胎儿，为早产、胎膜早破、绒毛膜羊膜炎及低出生体重的病因之一。加德纳菌是男性非淋菌性尿道炎的致病菌，也是男性不育患者生殖道感染的常见病原菌，常导致少精子症、精子活力低下。

治疗药物主要为甲硝唑和克林霉素。甲硝唑不影响乳杆菌生长，但对支原体效果较差。研究发现，近年来，加德纳菌对甲硝唑的耐药性逐渐增强，在复发的细菌性阴道病患者中克林霉素的治疗效果比甲硝唑更佳。

在疾病发生之前，我们可以有相应的预防措施：杜绝不洁性生活；注意外阴、阴道清洁卫生，勤换内裤，保持阴部清洁、干燥；避免过分冲洗阴道，如肥皂、碱性保健药液、甚至广谱抗生素等冲洗阴道；治疗后复发可再治疗一个疗程，配偶有龟头炎的，可同时服甲硝唑治疗。

愿女性的生活充满芬芳，做一个真正健康、有魅力的女人！

（刘雪枚 罗 艳 皮艳春）





淋菌性阴道炎

淋病是淋病奈瑟菌（简称淋球菌）引起的以泌尿生殖系统化脓性感染为主要表现的性传播疾病。可以引起淋菌性阴道炎及淋菌性尿道炎。曾几何时，在街头巷尾，粘贴了很多小广告，打着治疗淋病的旗号，吸引好些病人去那里就医，结果不太理想。

淋菌性阴道炎有哪些表现呢？

淋病是由淋病奈瑟菌，俗称淋球菌，潜伏期 4~7 天，只有 50% 的病人感染后有症状。淋病传染性强，发病率居各种性传播疾病之首。与淋病患者或带菌者发生一次性关系，就有 25%~90% 的可能性被传染发病。女性被淋病淋球菌感染后，白带呈淡黄色、灰色或乳白色，较稀薄，并且量多伴有臭味，有时可表现为外阴瘙痒，并伴有下腹部疼痛，阴道口红肿、疼痛、外阴瘙痒也是其常见症状，容易引起宫颈炎、宫体炎、输卵管炎、盆腔炎等，也可导致宫外孕或不孕。子宫颈是淋球菌最常侵犯的部位，但只有 50% 的患者观察到阴道分泌物增多，除此之外无特殊不适，容易遭忽略。

如何才能准确诊断淋菌性阴道炎呢？

诊断并不难，根据病史及化验室检查就可以明确诊断。取阴道分泌物涂片如果发现革兰阴性双球菌，马上出结果；淋病淋球菌培养时间需 48 小时，是诊断淋菌性阴道炎的金标准。

