



新农村建设青年文库

精品装配“农家书屋” 智力支撑新农村建设

妇女常见病 知识问答

FUNV CHANGJIANBING

ZHISHI WENDA

《新农村建设青年文库》编写组 编写

常见病



新疆青少年出版社



1. 妇女常见疾病有哪些?	1
2. 春季女性应该警惕哪些妇科病?	1
3. 引起痛经的原因有哪些?	3
4. 痛经通常分为哪两类? 表现症状是什么?	5
5. 痛经如何预防和保健?	6
6. 痛经应忌哪些食物?	7
7. 什么是月经不调?	8
8. 人工流产后出现月经不调的原因有哪些?	8
9. 月经不调应采取哪些家庭治疗措施?	9
10. 经期为什么关节痛? 如何防治?	11
11. 什么是倒经? 如何治疗倒经?	13

12. 什么是经前期紧张综合征? 症状有哪些? 14
13. 如何防治经前期紧张综合征? 15
14. 常见乳房疾病有哪些? 17
15. 怎样护理乳腺组织? 19
16. 什么是乳腺增生? 21
17. 自我检查乳房的方法有哪些? 21
18. 检查乳腺的最佳时间是什么时候? 22
19. 什么是急性乳腺炎? 23
20. 哪些自我按摩方法可防治乳腺炎? 24
21. 乳腺炎的治疗方法是什么? 25
22. 乳腺癌的症状有哪些? 26
23. 哪些人易患乳腺癌? 27
24. 更年期女性如何防治乳腺癌? 29
25. 什么是宫颈糜烂? 引起的原因是什么? 30
26. 哪些人易患宫颈糜烂? 31
27. 如何治疗宫颈糜烂? 32
28. 外阴炎产生的原因及症状有哪些? 34
29. 女性常见的外阴炎有哪些? 35
30. 什么是单纯性外阴炎? 治疗措施有哪些? 37
31. 什么是非特异性外阴炎? 治疗方法有

哪些?	38
32. 什么是阴道炎? 常见种类有哪些?	39
33. 如何预防霉菌性阴道炎的发生?	40
34. 患霉菌性阴道炎对胎儿有影响吗?	41
35. 如何防治滴虫性阴道炎?	42
36. 外阴癌有哪些早期表现?	43
37. 什么是宫颈息肉?	44
38. 宫颈息肉对孕产有什么影响?	45
39. 宫颈息肉不治疗会发生癌变吗?	46
40. 宫颈癌症状表现有哪些?	46
41. 子宫颈癌治疗的方法有哪些?	47
42. 慢性宫颈炎是怎么发生的?	49
43. 宫颈炎临床表现有哪些?	49
44. 宫颈炎的治疗方法是什么?	50
45. 妇科急性子宫颈炎的治疗方法是什么?	51
46. 如何保护子宫?	52
47. 子宫内膜异位为什么要引起重视?	54
48. 巴氏腺囊肿是怎么形成的?	55
49. 卵巢囊肿与哪些因素有关?	56
50. 卵巢囊肿的类别有哪些?	57

51. 卵巢囊肿是否会发生恶性或性变可疑?	58
52. 卵巢囊肿会引起育龄妇女的早期流产吗?	60
53. 卵巢囊肿会引起育龄妇女的不孕吗?	61
54. 卵巢囊肿需要手术治疗吗?	61
55. 卵巢囊肿要注意什么?	62
56. 卵巢肿瘤可分为哪几类?	63
57. 如何发现卵巢肿瘤?	64
58. 卵巢肿瘤产生的原因有哪些?	65
59. 如何预防卵巢肿瘤?	66
60. 如何治疗卵巢肿瘤?	67
61. 早熟的女性为什么要特别警惕卵巢肿瘤?	68
62. 卵巢早衰的原因有哪些?	69
63. 如何预防卵巢早衰?	71
64. 输卵管发炎的病因是什么?	72
65. 如何治疗慢性输卵管炎?	73
66. 如何防治急性输卵管炎?	74
67. 输卵管炎临床表现有哪些?	75
68. 什么是宫外孕?	76
69. 患宫外孕的症状有哪些?	77
70. 如何防治宫外孕?	78

- 71. 输卵管肿瘤的临床表现有哪些? 79
- 72. 输卵管阻塞怎么办? 80
- 73. 哪些输卵管疾病可引起不孕? 81
- 74. 什么情况下不宜怀孕? 82
- 75. 人流后怎样做到自我保健? 83
- 76. 孕期贫血怎么办? 84
- 77. 女性产后应注意事项有哪些? 85
- 78. 女性产后补充营养应注意的事项有哪些? 86
- 79. 更年期妇女易患的疾病有哪些? 88
- 80. 更年期疾病预防措施有哪些? 90
- 81. 更年期应注意哪些卫生? 91
- 82. 诱发畸胎的常见原因有哪些? 92
- 83. 剖腹产后如何进行自我调理? 93
- 84. 艾滋病的传播途径有哪些? 96

1. 妇女常见疾病有哪些？

妇女常见疾病有月经病、乳房疾病、外阴疾病、阴道疾病、子宫疾病、卵巢疾病、输卵管疾病、产后疾病、更年期疾病、不孕症、性病等。

2. 春季女性应该警惕哪些妇科病？

(1) 宫颈糜烂。宫颈糜烂实际上并不属于真正的糜烂。虽然常见于已婚女性，但并不意味着未婚女性就没有出现宫颈糜烂的可能。宫颈糜烂发生后，经常会出现白带增多、黏稠，偶尔也可能出现脓性、血性白带、腰酸、腹痛及下腹部重坠感也常常伴随而来。

有性生活的时候也可能会引起接触性出血。如果得不到积极的治疗，以后伴发恶性肿瘤的机会也会随之增大，所以发现了宫颈糜烂一定要积极治疗。

感染途径：性生活时不注意清洁卫生；婚后女子分娩或流产时造成的不同程度的宫颈裂伤；人流手

术、诊断性刮宫、宫颈扩张术；经常使用较高浓度的消毒药液冲洗阴道等。

(2) 子宫肌瘤。临床资料显示，腰围明显增大的中年女性（35 ~ 50 岁）约有 25% ~ 35% 是子宫肌瘤或卵巢肿瘤的患者，但她们中有 8% 并没有出现月经不调、经量增多或经期延长等相关症状。

妇科专家说，约 1/3 的成年女性子宫里都有或大或小的肌瘤，肌瘤可导致贫血、不孕、流产，还可能发生恶变。如果肌瘤生长过快，出现月经改变、腹痛、尿急或者腰身猛粗时，就应该及早去医院检查治疗。

(3) 阴道炎。如果女性朋友发现自己阴道分泌物增多，阴部瘙痒、异味，那就要找医生解决阴道炎的问题了。如果性生活活跃，阴道炎也可能是性病的一种症状。虽然阴道炎在女性中颇为常见，不过，若过迟找医生诊治，治疗和康复都将需要花上相当长一段时间。

感染途径：直接性接触；大量服用抗菌素类药物；频繁冲洗阴道等。随着天气渐热，有些女性为了

保持卫生而提高了阴道冲洗的频率，经常使用药用洗液来清洗，极易破坏阴道的酸碱环境，导致感染念珠菌性阴道炎。

妇科专家说，春季虽然是妇科疾病多发的季节，但是春季也是治疗疾病的好时节。女性朋友不要小看妇科炎症，小问题不注意也会引出大麻烦。因此，女性朋友如果感到身体不适，或是查出患有妇科疾病，一定要抓紧治疗。

3. 引起痛经的原因有哪些？

(1) 子宫颈管狭窄。子宫颈管狭窄主要是月经外流受阻，引起痛经。

(2) 子宫发育不良。子宫发育不良容易引起血液供应异常，造成子宫缺血、缺氧而引起痛经。

(3) 子宫位置异常。若妇女子宫位置极度后屈或前屈，可影响经血通畅而致痛经。

(4) 精神、神经因素。部分妇女对疼痛过分敏感。

(5) 遗传因素。女儿发生痛经与母亲痛经有一定的关系。

(6) 内分泌因素。月经期腹痛与黄体期孕酮升高有关。

(7) 子宫内膜以及月经血中前列腺素 (PG) 含量升高。前列腺素 E_2 (PGE_2) 作用于子宫肌纤维使之收缩引起痛经。痛经患者子宫内膜组织中前列腺素含量较正常妇女明显升高。

(8) 子宫的过度收缩。虽然痛经患者子宫收缩压力与正常妇女基本相同 (正常者压力约为 4.9 千帕), 但子宫收缩持续时间较长, 且往往不易完全放松, 故常发生因子宫过度收缩所致的痛经。

(9) 子宫不正常收缩。痛经患者常有子宫不正常收缩, 因此往往导致子宫平滑肌缺血, 子宫肌肉的缺血又可引起子宫肌肉的痉挛性收缩, 从而产生疼痛而出现痛经。

(10) 妇科病如子宫内膜异位症、盆腔炎、子宫腺肌症、子宫肌瘤等。子宫内放置节育器 (俗称节育环) 也易引起痛经。

(11) 少女初潮、心理压力大、久坐导致气血循环变差、经血运行不畅、爱吃冷饮食品等易造成痛经。

(12) 经期剧烈运动、受风寒湿冷侵袭等，均易引发痛经。

4. 痛经通常分为哪两类？表现症状是什么？

痛经分原发性痛经与继发性痛经两类。原发性痛经最常见于 25 岁以下未婚、未产的女性，一般在初潮后 6~12 个月发生，大多到育龄、婚后会缓解，甚至症状消失，是不需要治疗的正常生理现象。

继发性痛经有明确的病因，常见于育龄妇女，特别是 30 岁后的已婚妇女，其生殖器官发生了器质性疾病，妇科检查可发现子宫增大、活动受限、有压痛；附件增粗或片状增厚、有压痛。应到正规医院检查，通过对症治疗，直至原发病痊愈，才能消除痛经症状。

5. 痛经如何预防和保健?

(1) 女性自月经初潮起, 就应学习和了解一些卫生常识, 对月经来潮这一生理现象有一个正确的认识, 消除恐惧及紧张心理, 可预防原发性痛经产生或提高及减轻疼痛程度。注意经期性生活卫生, 防止经、产期间上行感染, 积极预防和治疗可能引起经血滞留的疾病。

(2) 经期应注意保暖, 忌寒、凉、生、冷刺激, 防止寒邪侵袭; 注意休息、减少疲劳, 加强营养, 增强体质; 应尽量控制剧烈的情绪波动, 避免强烈的精神刺激, 保持心情愉快; 平时要防止房劳过度, 经期绝对禁止性生活。

(3) 经期要注意饮食调理, 经前期和经期忌食生冷寒凉之品, 以免寒凝血瘀而使痛经加重; 月经量多者, 不宜食用辛辣香燥食物, 以免热迫血行, 出血更甚, 而且注意别滥用药, 应根据痛经的原因, 辨证施治。

6. 痛经应忌哪些食物？

(1) 忌食生冷寒凉食品。血为寒凝，妇女平时或经期，如吃寒凉生冷食品，血行受阻，不通则痛，可致痛经；又多食此类食品，易伤脾阳，使寒湿不化，伤于下焦，血被寒凝致痛经，所以素体气阳虚者，或妇女正值经期或经期前后，应忌食生冷和寒凉性食品。此类食品包括：各类冷饮、各种冰冻饮料、冰镇酒类、生拌凉菜、螃蟹、田螺、蚌肉、蛭子、梨、柿子、西瓜、黄瓜、荸荠、柚、橙子等。

(2) 忌食酸涩食物。酸性食品味酸性寒，具有固涩收敛作用，使血管收缩、血液涩滞，不利于经血的畅行和排出，故痛经者忌食此类食物。酸性食物包括：米醋、酸辣菜、泡菜、石榴、青梅、杨梅、草莓、杨桃、樱桃、酸枣、芒果、杏子、李子、柠檬等。

(3) 忌食刺激性食物。有一部分痛经病人，是由于湿热蕴结所致。如此类病人再食辛辣温热之品，会

加重盆腔充血、炎症形成，或造成子宫肌肉过度收缩，而使痛经加重。辛辣温热之品有辣椒、胡椒、大蒜、葱、姜、韭菜、烟、烈性酒及辛辣调味品等，痛经病人应该尽量少吃或不吃。

7. 什么是月经不调？

月经不调是指与月经有关的多种疾病，包括月经的周期、经量、经色、经质的改变或伴随月经周期前后出现的以某些症状为特征的多种疾病的总称。一般包括月经稀少、月经过频、月经过多、月经不规则、不规则月经过多、月经过少、月经中期出血、痛经、闭经、经前期紧张症、更年期综合征等。

8. 人工流产后出现月经不调的原因有哪些？

人工流产术后，绝大多数患者都可在术后一个月的前后 10 天月经来潮，但也有极少数病人出现月经

不调甚至闭经，其原因是：

(1) 人工流产后突然终止妊娠，患者内分泌系统发生变化，尤其是胎盘绒毛促性腺激素骤然消失，使卵巢一时不能对垂体前叶的促性腺素发生反应，因而出现月经失调及闭经。

(2) 人流手术吸宫所致的手术创伤，使子宫内膜功能层受到破坏，出现月经延迟、过少甚至闭经。

(3) 人流术后并发子宫内膜炎，使子宫腔因炎症而产生粘连，也可导致月经量少或闭经。此类患者术后大多有发热、下腹痛等伴随症状。

(4) 在吸宫过程中，若吸管过于频繁出入宫腔，损伤宫颈管黏膜，使宫颈管粘连，致经血不能排出而下腹闷痛；若经久不治，则呈周期性下腹闷痛，但无月经来潮。

9. 月经不调应采取哪些家庭治疗措施？

月经过多和过少都属月经不调。月经不调会导致

缺铁性贫血，为妇科常见病。如果控制月经周期的激素发生紊乱，子宫肿瘤、盆腔感染或子宫内膜异位等疾病以及子宫内避孕器具装置不当也会导致月经不调。下面就介绍一些预防和调理的方法。

家庭治疗措施:

(1) 防止受寒。一定要注意经期勿冒雨涉水，无论何时都要避免使小腹受寒。

(2) 多吃含有铁和滋补性的食物。补充足够的铁质，以免发生缺铁性贫血。多吃乌骨鸡、羊肉、鱼子、青虾、对虾、猪羊肾脏、淡菜、黑豆、海参、胡桃仁等滋补性的食物。

(3) 调整自己的心态。如果月经不调是由于受挫折、压力大而造成的，那么必须调整好自己的心态。如果已经出现月经不调，保持良好的心态也是非常必要的。

(4) 生活规律。熬夜、过度劳累、生活不规律都会导致月经不调。如果生活有规律，月经可能就会恢复正常。

(5) 必要时去看医生。如果持续出血 24 小时后

没有减少，而且出血量大，或者月经少到没有，应立即去看医生。

10. 经期为什么关节痛？如何防治？

月经性关节疼痛与水盐代谢的紊乱有着密切的关系。月经前期，女性体内的激素水平发生了明显的变化，这时，雌激素和醛固酮分泌的不协调，可造成水和盐分的潴留。过多的水盐积聚在机体的组织内，可出现程度不等的浮肿，以颜面、手、足等部位最明显。腹腔脏器及腹壁水肿时，则常有腹胀、满闷的感觉。胃肠道黏膜水肿可产生食欲减退、腹泻与软便等症候；盆腔器官水肿可出现小腹坠胀或疼痛等现象；乳房水肿时可导致乳房胀痛、饱满。水肿明显时，还可以使经前期体重大大增加。

人体膝关节内有一个三角形的间隙，里面充满脂肪组织，称作髌下脂肪垫，它对关节的功能发挥着重要作用，水盐的潴留使得脂肪垫容易产生肿胀，进而压迫神经末梢，引起疼痛。