

JIEDU LUANCHAO MIMA

卵巢的成长

卵巢生理

卵巢与性发育

卵巢与月经

卵巢保健

卵巢与生育

卵巢与疾病

WOMEN

JIEDU LUANCHAO MIMA

解读

卵巢密码

许延海 刘忠华 主编



化学工业出版社

生物·医药出版分社

JIEDU LUANCHAO MIMA

解 读

卵巢密码

许延海 刘忠华 ● 主编



化学工业出版社

生物·医药出版分社

北京

本书共分8部分，从卵巢的基本形态讲起，让人们充分认识卵巢的发育成长、生理功能，以及卵巢与性的成熟发育、卵巢与月经的形成、卵巢与生育的关系等方面的科学知识；并就卵巢一些常见病、多发病，从发病原因、临床症状表现、如何自我诊断、如何治疗与预防等方面进行了深入浅出的讲述。同时，还就当前社会上存在的卵巢保健误区、各种保健方法等做了区分辨别。帮助女性朋友辨别真伪，去伪存真，养成科学的生活习惯，采取正确的保健方法。

图书在版编目 (CIP) 数据

解读卵巢密码 / 许延海, 刘忠华主编. —北京: 化学工业出版社, 2011.3

ISBN 978-7-122-10331-4

I. 解… II. ①许… ②刘… III. 卵巢—基本知识 IV. R711.75

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第001605号

责任编辑: 邱飞婵 蔡 红

文字编辑: 赵爱萍

责任校对: 战河红

装帧设计: 春天书装工作室

出版发行: 化学工业出版社 生物·医药出版分社

(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 刷: 北京云浩印刷有限责任公司

装 订: 三河市宇新装订厂

710mm×1000mm 1/16 印张10 字数145千字 2011年5月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 19.80元

版权所有 违者必究

编写人员名单

主 编 许延海 刘忠华

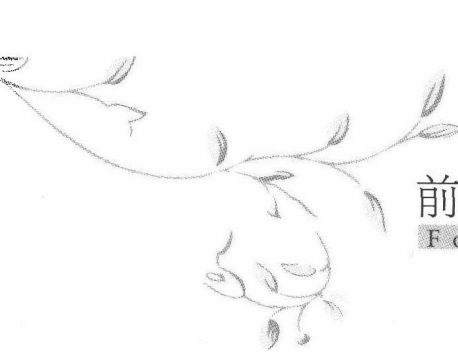
副主编 秦泗森 窦明滨 苏勋存

编 者 (以姓氏汉语拼音为序)

安玉强 窦明滨 冯连彩 李昌业

李 芳 李 红 刘忠华 秦泗森

苏勋存 许延海 张 娥 朱洪柱



前言 Foreword

20世纪以来,随着环境污染、心身压力增大、工作节奏加快、生活方式改变等诸多因素影响,我国女性卵巢疾病的患病率明显增高,并呈现出年轻化趋势,成为威胁我国女性健康的重要“杀手”之一。有资料显示,与40年前相比,我国女性的卵巢癌发生率上升了3倍;同时,女性的卵巢早衰也提前了5~10年,在40~55岁的女性中,有近一半的女性提前出现了更年期症状。因此,对广大女性普及卵巢生理、病理和保健知识,进一步提高卫生知识水平和自我保健能力已成为当务之急。本书的编写,旨在提高女性朋友对卵巢保健的正确认识,避免保健误区,留住美丽健康,相信本书能成为广大女性朋友的良师益友!

本书共分8部分,从卵巢的基本形态讲起,让人们充分认识卵巢、卵巢的成长发育、生理功能,以及卵巢与性的成熟发育、卵巢与月经的形成、卵巢与生育的关系等方面的科学知识;并就卵巢常见疾病从发病原因、临床表现、自我诊断、如何治疗与预防等方面进行了深入浅出的讲述。同时,还就当前社会上存在的卵巢保健误区、各种保健方法等做了区分辨别。相信女性朋友读后能够进一步辨别真伪、去伪存真,养成科学的生活习惯,采取正确的保健方法。本书图片有的自制、有的转自网络或教科书,未能详细具名,在此一并致谢。

由于编写时间仓促,编者水平有限,不当之处在所难免,敬请读者批评指正。

编者

2010年11月



Part 1 认识卵巢 /1

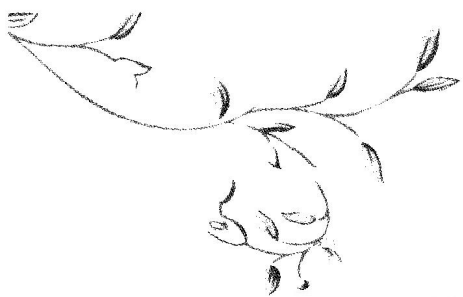
卵巢在人体的什么位置?	2
卵巢周围还有什么?	3
卵巢什么模样?	3
卵巢的作用是什么?	4
如何自我检查卵巢?	5

Part 2 卵巢的成长 /6

卵巢的成长规律是什么?	7
胚胎期的卵巢是怎样的?	8
卵巢是怎样发育成熟的?	9
卵巢是怎样发挥其生殖功能的?	9
卵巢常见的发育异常有哪些?	10
染色体对卵巢发育有影响吗?	11
促性腺激素对卵巢发育有哪些影响?	12
药物对卵巢发育有哪些影响?	13
卵巢是如何衰老的?	13

Part 3 卵巢生理 / 14

卵巢分泌哪些激素?	15
雌激素有什么作用?	15
孕激素有什么作用?	16
性激素分泌周期是如何变化的?	17

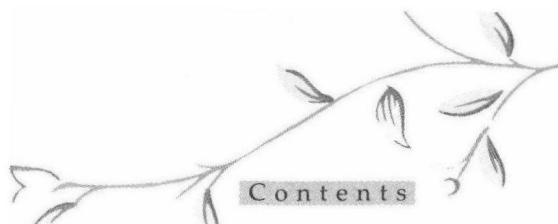


Part 4 卵巢与性发育 /18

何为正常性发育?	19
伴随性发育身高有哪些变化?	20
是谁在支配着性发育?	20
什么是性早熟?	21
性早熟的病因有哪些?	22
性早熟有哪些临床表现?	23
怎样诊断性早熟?	24
怎样治疗性早熟?	24
何为性发育延迟?	25
怎样判断女孩性发育延迟?	25
如何治疗女孩性发育延迟?	26
什么是青春期延迟及性幼稚症?	26
青春期延迟的原因有哪些?	27

Part 5 卵巢与月经 /29

月经是怎么形成的?	30
月经量过多对身体有什么影响?	30
月经出血能引起贫血吗?	30
什么是月经失调?	31
月经失调的原因是什么?	32
月经失调有哪些表现?	34
中医对月经失调怎样分类?	35
怎样判断是否为月经失调?	36
月经失调怎样治疗?	36



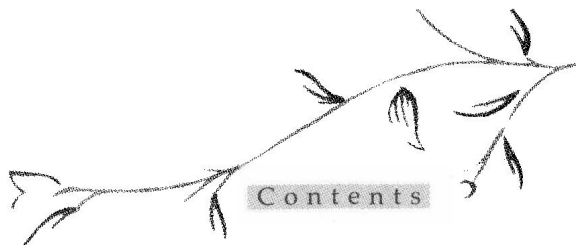
月经失调怎样预防?	36
为什么会有痛经?	37
痛经治疗有哪些误区?	39
怎样对付痛经?	40
有哪些迅速缓解痛经的方法?	42
如何预防痛经?	43
高考碰上月经期该用药吗?	44
为什么会闭经?	46
闭经应该如何预防?	47
闭经应该如何治疗?	47
什么是经前紧张征?	48
经前紧张征的原因是什么?	49
经前紧张征有什么症状?	49
经前紧张征应该如何治疗?	50
更年期综合征是由什么原因引起的?	51
什么是更年期血管舒缩综合征?	51
更年期为何会出现潮红症状?	52
更年期综合征应该如何预防?	52
什么是更年期综合征替代治疗?	52
替代治疗的疗效如何?	53
更年期综合征的其他疗法有哪些?	54
什么是更年期综合征?	55
中医如何认识更年期综合征?	55
西医关于更年期综合征的病因有哪些?	57
更年期综合征有哪些临床表现?	58
更年期综合征应做哪些检查?	59



如何治疗更年期综合征?	59
什么是功能失调性子宫出血?	60
功能失调性子宫出血的治疗原则是什么?	61
无排卵型功能失调性子宫出血怎样止血?	61
无排卵型功能失调性子宫出血怎样调节周期?	63
无排卵型功能失调性子宫出血其他治疗方法有哪些? .	64
排卵型功能失调性子宫出血怎样治疗?	65
中医如何治疗功能失调性子宫出血?	66
功能失调性子宫出血应该如何预防?	66

Part 6 卵巢与生育 /67

卵巢与生命的诞生有什么关系?	68
自然受孕的过程是怎样的?	68
您的排卵正常吗?	70
如何自测排卵期?	70
避孕有哪些方法?	72
紧急避孕有用吗?	74
特殊时期如何选择避孕方法?	74
不孕不育有哪些原因?	74
女性不孕的主要原因是什么?	77
不孕症患者的常规检查有哪些?	77
不孕症患者有什么特殊检查?	78
什么是阴道分泌物?	79
阴道分泌物的异常与不孕有什么关系?	79
哪些情况需要做阴道分泌物检查?	79
阴道分泌物检查有哪些项目?	79



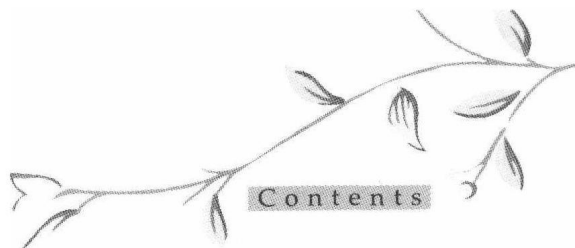
怎样进行卵巢和内分泌功能检查?	80
什么是基础体温?	80
怎样测量基础体温?	80
怎样判断基础体温是否正常?	81
测量基础体温有什么意义?	81
宫颈黏液检查的目的是什么?	81
哪些情况需要做宫颈黏液检查?	82
怎样根据宫颈黏液在月经周期中的变化推算排卵期? ..	82
怎样看宫颈黏液的检查结果?	82
宫颈黏液检查有什么意义?	82
阴道脱落细胞检查的目的是什么?	83
妇科检查怎样选择就诊时间?	83
妇科检查前后要注意什么?	84
卵巢与习惯性流产有关系吗?	84
什么是异位妊娠?	84
异位妊娠常发生在哪些部位?	86
异位妊娠常有哪些症状?	87
什么是卵巢妊娠?	87
卵巢妊娠有什么症状?	87
得了卵巢妊娠该怎么办?	88
哪些卵巢疾病会影响生育?	88

Part 7 卵巢与疾病 /89

卵巢炎是怎么回事?	90
卵巢炎的诱发因素有哪些?	90
卵巢炎怎样分类?	91
卵巢炎有哪些症状?	91



卵巢炎能引起不孕吗?	92
慢性卵巢炎容易与哪些疾病混淆?	92
慢性卵巢炎应该做哪些检查?	92
卵巢炎可以治愈吗?	93
什么是卵巢炎非手术治疗?	93
卵巢炎可以手术吗?	95
慢性卵巢炎应该如何预防?	95
卵巢囊肿是肿瘤吗?	96
如何自我发现卵巢囊肿?	96
卵巢囊肿会消失吗?	97
卵巢囊肿可以并发哪些疾病?	98
卵巢囊肿应该如何治疗?	101
卵巢囊肿应该如何预防?	101
中医中药治疗卵巢囊肿有哪些优势?	102
卵巢脓肿与卵巢囊肿是同一种疾病吗?	102
输卵管卵巢脓肿有何症状?	103
怎样治疗卵巢脓肿?	103
什么是卵巢血肿?	103
怎样诊断卵巢血肿?	104
卵巢血肿应与哪些疾病相鉴别?	104
怎样治疗卵巢血肿?	104
卵巢会破裂吗?	105
卵巢破裂有哪些表现及如何诊断?	106
卵巢破裂容易与哪些疾病混淆?	106
未婚女孩的卵巢为何破裂?	107
为什么经期腹痛要当心卵巢破裂?	108



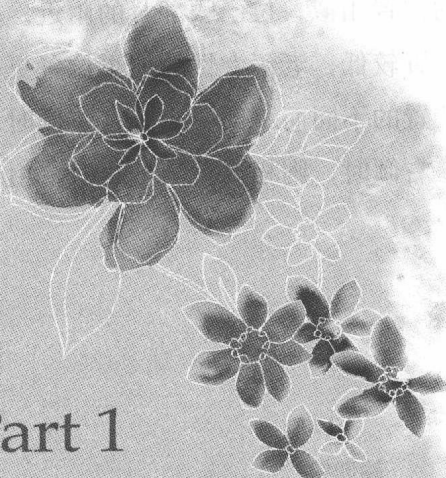
卵巢破裂应该如何治疗?	108
什么是卵巢下垂?	109
如何治疗卵巢下垂?	109
什么是子宫内膜异位症?	109
卵巢子宫内膜异位症如何治疗?	110
子宫内膜异位症怎样预防?	111
多囊卵巢综合征是由什么原因引起的?	111
多囊卵巢综合征有哪些表现?	112
多囊卵巢综合征应该做哪些检查?	113
多囊卵巢综合征容易与哪些疾病混淆?	113
多囊卵巢综合征应该如何治疗?	114
青春痘与多囊卵巢综合征有关吗?	115
多囊卵巢综合征与不孕有关吗?	116
多囊卵巢综合征应该如何预防?	117
哪些人容易患卵巢癌?	117
卵巢癌有哪些常见症状? 如何诊断?	118
早期卵巢癌能被发现吗?	119
什么人易患卵巢癌?	120
服用避孕药会得卵巢癌吗?	121
受孕药会引起卵巢癌吗?	121
喝茶能让女性少患卵巢癌吗?	122
为什么吃太多乳制品可能诱发卵巢癌?	122
如何自测卵巢肿瘤?	122
长期腹胀可能是卵巢癌吗?	123
怎样诊断卵巢癌?	124
卵巢肿瘤怎样治疗?	124



卵巢癌食疗方有哪些?	126
卵巢癌应该如何预防?	126
更年期妇女为何易得骨质疏松症?	127
骨质疏松症常见症状有哪些?	128
妇女骨质疏松症的治疗有哪些?	128
骨质疏松症该如何预防?	130
卵巢为什么会早衰?	130
卵巢早衰人早衰吗?	131
卵巢早衰常有哪些表现?	132
怎样自我判断是否为卵巢早衰?	134
如何面对卵巢早衰?	135
中西医结合如何治疗卵巢早衰?	136
为什么说预防卵巢早衰保健要先行?	139

Part 8 卵巢保健 /140

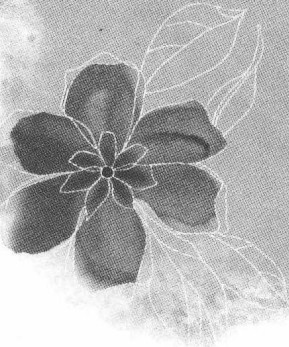
你的卵巢功能如何?	141
精油按摩真能保养卵巢吗?	141
瑜伽可以保养卵巢吗?	143
如何科学进行卵巢保健?	144
卵巢切除会加速衰老吗?	144
卵巢切除会失去女性性征吗?	145
哪些饮品能延缓衰老?	145
卵巢对性生活有什么影响?	146
为什么女性久坐易致卵巢缺氧?	147
为什么说腰粗要警惕卵巢疾病?	147



Part 1

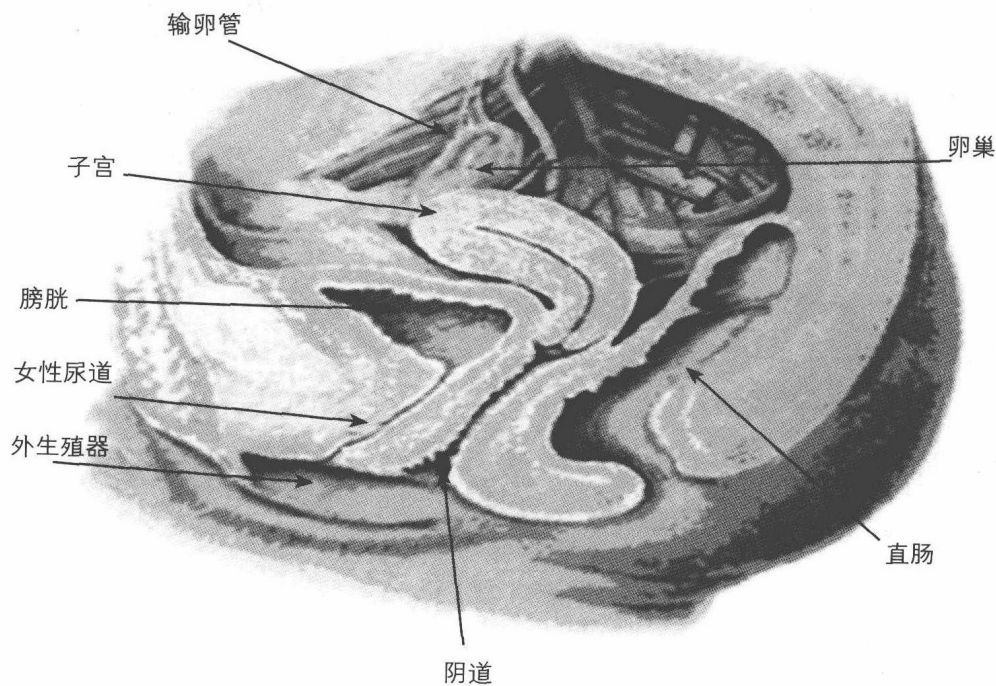
Renshi Luanchao

认识卵巢



卵巢在人体的什么位置?

卵巢位于子宫底的后外侧，与盆腔侧壁相接（图1）。胎儿卵巢的位置与男性睾丸的位置相似，位于腰部肾的附近。初生儿卵巢位置较高，略成斜位，成人的卵巢位置较低，老年女性的卵巢位置更低。卵巢的位置移动性较大，其位置可因子宫位置的不同而不同。当子宫左倾时，左卵巢稍向下移位，卵巢的子宫端稍转向内；右倾时，则相反。当妊娠时，由于子宫的增大，卵巢的位置也有极大的改变。



● 图1 卵巢位置

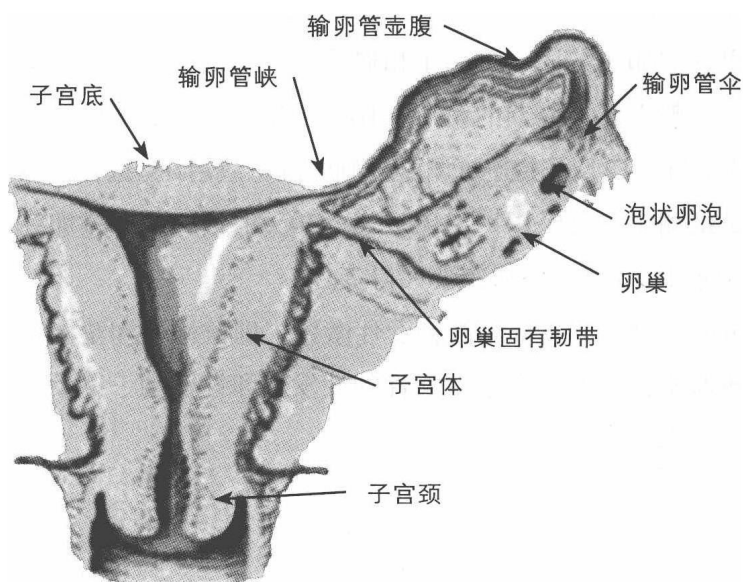


卵巢周围还有什么?

卵巢属于腹膜内位器官,它完全被子宫阔韧带后叶形成的卵巢囊包裹。卵巢可分为内、外侧面,上、下两端和前、后两缘。卵巢内侧面朝向盆腔,与小肠相邻。外侧面贴靠盆腔侧壁的卵巢窝,窝底有腹膜覆盖。上端钝圆,为输卵管端,接近输卵管伞端,由卵巢悬韧带系于盆侧壁。下端略尖,为子宫端,借卵巢固有韧带与子宫连结。前缘较薄,为卵巢系膜缘,连于卵巢系膜,中央有一裂隙,称卵巢门,血管、神经、淋巴由此出入。后缘较厚而膨隆,为游离缘。

卵巢什么模样?

(1) 形态 卵巢是位于子宫两侧的一对卵圆形的器官(图2)。卵巢左右各一,灰红色,质较韧硬,呈扁平的椭圆形,表面凸隆,幼女时表面平滑,性成熟后,由于卵泡的膨大和排卵后形成瘢痕,往往致使表面凹凸不平。卵巢表面包着一层立方或扁平上皮细胞,这些细胞即为卵泡的来源,因此称这种上皮为生殖上皮。上皮下方有一薄层结缔组织,称白膜。卵巢内部结构可以分为皮质和髓质两部分。



皮质位于卵巢的周围部分,主要由卵泡和结缔组织构成;髓质位于中央,由疏松结缔组织构成,其中有许多血管、淋巴管和神经。

● 图2 卵巢的模样

(2) 大小 卵巢的大小和形状,因年龄不同而异。成人卵巢重为3~4克,相当于本人拇指指头大小。同一人,左右卵巢大小也不一致,一般左侧大于右侧。成人卵巢长度左侧平均为2.93厘米,右侧平均为2.88厘米;宽度左侧平均为1.48厘米,右侧平均为1.38厘米;厚度左侧平均为0.82厘米,右侧平均为0.83厘米。35~45岁卵巢开始缩小,到绝经期以后,卵巢可缩小到原体积的1/2。

卵巢的作用是什么?

卵巢有维持女性特有的生理现象的作用,是女性性腺,是产生卵子和分泌女性激素的器官。在女性的一生中,卵巢具有非常重大的作用,特别是在生育方面,是任何器官无法替代的。在卵巢的周期性变化中,卵巢经历着卵泡发育、卵子排出与黄体的形成和退化的过程。

(1) 产生卵子 卵巢实质有两部分组成,表浅的外层称皮质,其占卵巢的大部分,其内部含有数以万计的卵泡。一个成年妇女约有10万个原始卵泡,并先后成熟。多数情况下,原始卵泡每月只成熟一个。成熟的原始卵泡中的卵母细胞就变成卵子,排出卵巢,进入输卵管。一个妇女,从青春期到绝经期,成熟的卵子不过400个左右,与精子相比少得多。左右卵巢轮流排卵,少数情况下一次也可能排卵两个或两个以上,如果这些卵子各同一个精子相遇受精,就成了多胎。卵巢一般每28天左右排卵一次,一般在月经周期的第12~16天内发生。为了解确切的排卵时间,可从月经周期的第11~12天开始通过测量基础体温,或用B超进行连续探查的方法,或用测排卵试纸测定。月经周期如果是28~30天的话,那么排卵在周期的第14~15天。在排卵期同房,则怀孕机会要大得多。

(2) 分泌性激素 卵巢主要合成及分泌两种女性激素,即雌激素和孕激素,但亦会合成与分泌少量雄激素。这两种激素对女性的性发育和性活动,以及子宫内膜发生周期性的变化起着重要的调节作用。