

[日]

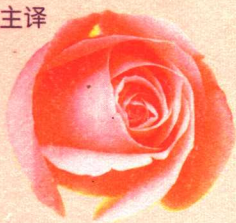
井口登美子

石野尚吾

刘公望

监修

主译



图解 女性 医学

专业的、
权威的、
简明的、
易懂的女性保健指南

华夏出版社

[日] 井口登美子 监修
石野尚吾
刘公望 主译

R711
J886

图解 女性 医学

(敬号主士劉, 妹妹) 壁公阿 : 對主
新 實 陳 章 坤 啓 京 : 對譯
張 惠 王 星 丹 赫 雅 敏 靜
張 興 龍 寬 國 吉 繁 季
文 國 洪 芒 淑 王 赫 康 陸

華夏出版社

图书在版编目(CIP)数据

图解女性医学/(日)井口登美子等监修;刘公望主译.-北京:
华夏出版社,2005.7

ISBN 7-5080-3764-2

I. 图… II. ①井… ②刘… III. 妇科病-诊疗-图解

IV. R711-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 054091 号

TITLE:[新编 女性の医学百科]

Copyright © SHUFU-TO-SEIKATSUSHA CO., LTD. 2003

Original Japanese language edition published in 2003 by SHUFU-TO-SEIKATSUSHA CO., LTD.

All rights reserved, including the right to reproduce this book or portions thereof in any form without the written permission of the publisher.

Chinese translation rights arranged with SHUFU-TO-SEIKATSUSHA CO., LTD., Tokyo through Nippon Shuppan Hanbai Inc.

华夏出版社出版发行

(北京东直门外香河园北里4号 邮编:100028)

新华书店经销

北京市人民文学印刷厂印刷

880×1230 1/32 开本 9.75 印张 292 千字 插页 2

2005 年 7 月北京第 1 版 2005 年 7 月北京第 1 次印刷

定价:25.00 元

本版图书凡印刷装订错误可及时向我社发行部调换

建议上架类别:女性生活类、医学科普类

中文译者

主译：刘公望(教授,博士生导师)

翻译：袁哲敏 章 莉 罗 萍

杨幼新 韩优星 王惠君

李德杏 周 震 潘兴芳

胡爽杨 王瑞芳 冯国爱

中文版前言

中国古代医家曾说过：宁治十男子，不治一妇人。此极言女性疾患之难知难治。从另一个角度，也说明了对女性疾病的重视。

即使时代进入了二十一世纪，女性较之男性，仍然较难面对自己身心所发生的一些问题，在很多情况下觉得难以启齿，羞于检查，往往延误病情，痛失救治良机。

我在长期的诊疗生涯中，常常想将经历到的一些因为上述情况导致令医患双方都很痛心的实例，用通俗易懂的语言写成一本读物，令即便是不具有高深文化素养及医学知识的广大女性也喜闻乐见，病时可以按书索病，平时有益自我保健，接受医生正确治疗。去年经华夏出版社曾令真女士的推荐，看到日本“主妇及生活社”出版的“女性医学”一书，不由喜出望外，一气读完之余，急于将其译成中文，因为此书讲出了我多年想讲给广大女性患者的一些心里话。

原书著者井口登美子教授和石野尚吾先生均系集临床教学科研之经验数十年者，且中西医学兼通，不尽有智者所见略同，己思未竟，彼已告成之感慨。

我借此机会,向广大读者介绍该书的若干特长,以便使大家更有效地阅读、理解和使用。

本书从女性常见的一些症状入手,教给读者自我检查、发现病症、分析病情的基本方法。

该书共介绍了近 150 种疾病,内容上身心疾病兼顾,不仅对临床上常见的月经异常、子宫内膜异位症、子宫肌瘤等身体疾病做了深入浅出的讲解,而且特别注意了青春期、更年期、老年期的心理疾患的预防和诊疗。

此书难能可贵之处在于:两位日本专家非常注重中西医结合,对诸多病症都推荐了常用中成药。并着眼于调动患者本人积极性,指导患者健康生活的方法,如乳房的自我检查、就诊前应做的准备、基础体温的测量、避孕方法的选择。对妇女多有忌讳的性问题,也作了各种说明。以上许多内容,与女性生活密切相关,但只要阅读此书,就可以解决问题于自家。

最后,译者怀着珍惜生命的道德观,健康是第一财富的价值观,防病胜于治病、预防优先的理念和建立医患互动诊疗模式的探求,热情、诚恳地向您推荐此书。

同时,也感谢华夏出版社的支持,使我有机会与读者谈谈心里话。

刘公望

2005 年 5 月于天津

日文版前言

与男性相比,女性患身心不调的人更多,这不仅是由于男女在外观上不同所造成的,更重要的是女性受激素作用的结果。女性激素分泌的正常与否与身体内部变化有密切关系。

例如,妊娠与分娩对女性来说是正常生理过程,但其间会出现很多疾病;女性在十二岁前后月经初潮,以后可能会伴随发生经前紧张综合征和痛经,进一步可能有以子宫肌瘤、子宫内膜异位症、子宫癌为代表的女性外阴癌及性器官癌,更年期综合征等。

总之,女性身心不调的表现是多种多样的,以上变化多是激素变化而引起的身体变化。

另外,腰痛、高血压男女均可出现,但女性却可能由于子宫肌瘤或口服避孕药等原因造成。女性各种病证的发生几率随年龄的增加而增加。现代社会,女性的高学历化、社交活动频繁化、生活方式差异性等,还使女性在各年龄阶段呈现出相应的病证。

本书是根据1997年发行的《女性医学百科》增补删订后重新编写的,添加了近年来女性与日俱增的新问题和更年期的相关知识,对各个年龄阶段的女性所面临的问题均有涉及。本书如果能对她们健康平安地度过一生有所帮助,笔者甚感欣慰。

目录

序言 了解自己

女性身体之奥秘/12

你了解自己的身体吗/12

女性的生殖器官是身体的重要组成部分/12

给自己身体更多的关爱/13

女性身体随着年龄而变化的规律/14

母亲可以传授给女儿正确的知识/15

在色情信息泛滥的今天,更有必要了解正确的性知识/16

与妇科医生通力合作,保护健康/17

用中医知识了解自己的体力和体质/18

“证”是中医学最大的特征/18

查清疾病与“气”、“血”、“津液”的关系/19

自查一下自己属于何“证”/20

“气”病自测表/21

“血”病自测表/22

“津液”病自测表/22

全懂啦!



第一部分 对照症状,自我测查

月经前的不适感——在激素发生变化时出现/24

闭经——有时会导致不孕症/26

月经周期和经量异常——子宫异常会引起/28

痛经——月经期间的腹痛和腰痛/30

阴道出血——月经期以外的出血/32

- 白带异常——量多、有颜色和异味/34
- 外阴部瘙痒疼痛——多属于性感染疾患/36
- 下腹部疼痛、有肿块——有可能不是妇科病/38
- 乳房疼痛、有肿块——不一定是乳癌/40
- 头痛——有时是重病的一个症状/42
- 眩晕·直立性眩晕——可能是平衡感觉异常/43
- 潮热·颜面烘热——与植物神经功能有关/44
- 冷症——植物神经失调是主要原因/45
- 麻木——原因为神经功能异常/46
- 浮肿——机体组织水液过剩/47
- 肩凝——有可能是心脏病、高血压等疾病/48
- 腰痛——妇科疾病有时会引起腰痛/49
- 膝部疼痛——多因疲劳或老化引起/50
- 血压低——多是体质因素引起的/51
- 血压高——有时是妊娠或避孕药的反应/52
- 遗尿·频尿——不少女性苦于尿失禁/53
- 便秘·腹泻——可能是消化系统病或妇科病/54
- 便血·大便颜色异常——通过观察大便的颜色或形状了解健康状况/55
- 肌肤皸裂——需改善生活方式和防止紫外线照射/56
- 焦虑——可能是心理疾病或更年期障碍/57
- 倦怠——休息后仍不能缓解时应引起注意/58
- 失眠——睡眠质量差也是失眠的一种/59
- 消瘦·肥胖/60

第二部分 什么时候该去妇产科

身体出现什么症状时应该到妇科就诊/62

找一位自己信赖的妇科主治医生/62

妇科医生会为你保守隐私,有问题应该立即去

妇科就诊/63

妇科与产科的不同/63

如何更好地接受妇科检查/64

如何选择适合自己的医院/64

带上关于末次月经情况的记录,穿上宽松的衣服去就诊/65

月经结束 1 周后是最佳就诊时机,就诊前要清洗外阴/65

如何接受妇科检查/66

按照护士的指示脱掉内裤,躺到妇科诊台上/66

通过触诊和阴道窥镜检查子宫、卵巢、阴道/66

妇科需做什么检查/68

中医的四诊/74

该不该
去医院
.....**第三部分 女性一生的变化和疾病****女性的生命阶段/76**

女性的一生分为六个阶段/76

从受精到出生的胎儿期——在妊娠第 16 周左右时通过 B 超可以分辨胎儿性别/76

8 岁以前为幼儿期——除了外生殖器以外,基本没有性别差异/77

体态逐步成人化的青春期——心理发育迟于身体发育,是一个不稳定的时期/77

心身发育完备的成熟期——人生中最忙碌的时期/78

卵巢功能衰退、终止的更年期——有些方法有助于平安度过更年期/80

老年期是人生的一个阶段——更年期后的妇女应保持年轻的心态/81

雌激素与女性身体/82

激素可令机体保持稳定状态/82

雌激素具有创造女性体格的作用/82

黄体激素作用于子宫内膜促使怀孕/83

女性生理周期取决于激素/83

排卵与月经的机理/84

排卵与月经是妊娠不可缺少的重要环节/84

基础体温反映女性机体状态/86

基础体温可反映雌激素的功能,呈双相性/86

使用妇女专用体温计测量基础体温/86

基础体温记录表是女性的体检表/88

月经异常/90

闭经——无月经时应引起注意/90

月经后期·月经先期——月经周期延长·月经周期缩短/92

月经过多·月经过少——月经量多、月经量少/94

痛经——伴随月经出现的痛苦/96

经前期紧张综合征——月经前出现各种症状/98

月经病的中医辨证治疗/100

治疗月经不调的中成药(见表)/101

女性生殖器官的构造及功能/102

外阴部/102

阴道/104

子宫/104

输卵管/105

卵巢/105

阴道与外阴疾病/106

阴道炎——阴道内出现的炎症/106

念珠菌性阴道炎——由真菌引起的阴道炎/108

滴虫性阴道炎——滴虫原虫引起的阴道炎/109

外阴溃疡——外阴出现的溃疡/110

外阴瘙痒症——外阴部瘙痒的总称/111

前庭大腺炎——细菌引起的前庭大腺炎症/112

外阴良性肿瘤——外阴部令人担心的硬结/113

子宫疾病/114

子宫肌瘤——子宫肌肉上出现的良性肿瘤/114

子宫内膜异位症——子宫内膜在子宫内膜以外的部位增殖/118

宫颈糜烂——困扰 80%~90% 的成年妇女/122

宫颈息肉——子宫颈管生长的肿物/123

子宫炎症——内生殖器官的上行感染/124

对子宫疾病有效的中药/126

治疗子宫内膜异位症、子宫肌瘤的中成药/127

输卵管和卵巢疾病/128

卵巢肿瘤——肿瘤小时几乎没有症状/128

输卵管炎、卵巢炎、盆腔腹膜炎——输卵管炎
易蔓延上行至腹膜/132

生殖器官畸形/134

锁阴——子宫和阴道闭锁/134

小阴唇的长短——几乎没有人有异常症状/136

会阴撕裂、子宫破裂、子宫颈撕裂——性器官
出现的损伤/137

乳房的构造及功能/138

乳房/138

乳腺炎——产褥期易发的疾病/140

乳腺病——注意与乳腺癌的鉴别/142

乳腺纤维瘤——生长在乳腺上的良性肿瘤/143

乳腺肥大——多见于婴幼儿/144

乳腺叶状瘤——多见于年轻女性的良性瘤/144

乳汁分泌障碍——哺乳期乳房护理最重要/145

乳管内乳头状瘤——此病易与乳腺癌混淆/146

乳房出血——这是乳头状瘤和乳腺癌的症状/146

治疗乳房疾病的中成药/147

女性特有的癌症/148

子宫癌——分为宫颈癌与宫体癌两种/148

子宫颈癌——生长在子宫颈部的癌症/148

子宫体癌——生长在子宫体部的癌症/151

卵巢癌——病情隐蔽,很难发现/154

乳腺癌——唯一可以自己发现的癌症/156

外阴癌——多见于60~70岁的妇女/162

阴道癌——定期检查可早期发现/163

输卵管癌——与不孕关系密切/164

绒毛膜癌——发生在胎盘细胞上的癌症/165

常令女性烦恼的病症/166

便秘、腹泻——大多可自然痊愈/166

低血压——有病理性与体质性之别/168

高血压——会引发动脉硬化等生活方式病/169

贫血——女性贫血多因缺铁/170

肥胖症——很多疾病始于肥胖/172

膀胱炎——女性较男性易患此病/174

肾盂肾炎——慢性化后很难治愈/175

腰痛症——年龄越大越容易患腰痛症/176

变形性膝关节病——多见于中年女性/178

拇趾外翻——因不合脚的鞋子造成/179

骨质疏松症——多见于骨质脆弱的女性/180

风湿——是一种侵犯关节的疾病/182

甲状腺激素异常——与激素分泌量有关/183

对困扰女性的疾病及症状有效的中成药/184

第四部分 享受性生活

怎样使性生活更美满/188

性是男女双方的交流/188

男女对性的感觉方式和性欲有所不同,

双方应相互体谅/189

难言的性交烦恼,主要是心理原因/189

性交需要有正确的知识和爱情/191

避孕方法/192

低剂量口服避孕药——正确服用避孕药
可有效避孕/192

避孕套——可有效地预防性传染病/193

宫内节育器(IDU)——放置一次子宫内
节育器有效期为2年/194

子宫帽——防止精子进入/194

基础体温法——通过基础体温确认安全期/195

阴道内避孕药——杀灭精子/196

人工流产/197

早期就诊——妊娠时间越长,损害越大/197

人工流产的方法/197

性感染疾病/198

衣原体宫颈炎——最多见的性感染疾病/198

滴虫性阴道炎——由寄生虫侵入引起/198

念珠菌性阴道炎——霉菌繁殖引起的阴道炎/199

生殖器疱疹——给排尿和行走带来困难/200

尖锐湿疣——较为顽固的性感染疾病/200

阴虱症——虱子叮咬阴毛部位的皮肤/201

疥癣——奇痒是其特征/202

软性下疳——时见在国外被感染的病例/202

传染性软疣——病毒感染引起/203

乙型肝炎——通过精液和唾液感染/204

梅毒——再次复燃的性感染疾病/204

腹股沟淋巴肉芽肿——最终会导致生殖器变形/205

淋病——如不及时治疗容易转为慢性/206

艾滋病——免疫功能受到破坏/207

对慢性期性感染疾病有效的中成药/210



第五部分 对付心理障碍

心理因素引起的疾病/212

心理疾患正在增加/212

心理问题多以身体疾病的形式表现/212

善于发现心理紧张的信号/213

对紧张的耐受力因人而异/214

如感觉有异常应尽快就诊/214

如果患了心理疾病要做一个聪明的患者/215

心理障碍引发的疾病/216

植物神经功能紊乱症——交感、副交感神经
功能紊乱/216

胃十二指肠溃疡——胃酸分泌过剩导致/220

过敏性肠综合征——上班途中也有多次便意/222

失眠——“不能入睡”的慢性化/224

抑郁症——情绪低落,无精打彩/226

酒精依赖症——只靠自己戒不掉酒/228

摄食障碍——反复出现拒食、过食现象/230

恐惧症——常为无名的恐慌不安所扰/232

慢性疲劳综合征——原因不明的倦怠感持续

6个月以上/234

精神性创伤后遗症(PTSD)——由于过度的精神
打击所致/236

强迫症——不能自我控制/237

手腕自伤综合征——不想死却反复自伤/238

空巢综合征——在孩子自立后发生/238

完美综合征——追求完美的女性易患此病/239

购物、赌博、药物依赖——恶魔缠身,欲罢
不能/239

精神紧张消除法/242

第六部分 身体上的小毛病

- 白发/250
- 男性型脱发症/251
- 脱发/252
- 头皮屑/253
- 眼睛疲劳/254
- 干眼症/255
- 色素斑、雀斑/256
- 粉刺/257
- 皱纹/258
- 化妆品过敏/259
- 牙齿的色泽及排列/260
- 气色不好/261
- 口臭、体臭/262
- 狐臭/263
- 指甲异常/264
- 多毛/265
- 空调病/266
- 痔/267
- 抗衰老的中成药(见表)/268
- 激发身体活力的中成药/270



第七部分 安度更年期

- 更年期是人生第二起跑线。处于更年期的妇女要注意防治生活方式病/274
- 卵巢功能的衰退标志着更年期的到来/274
- 更年期妇女常见症状/275
- 更年期不等于更年期综合征/275

确认有无其它疾病/276
更年期妇女要心胸开阔,注意劳逸结合/277
症状种类/278
情绪不安/280
更年期综合征的治疗/282
治疗更年期综合征的中成药(见表)/288
更年期以后容易出现的疾病/290
更年期以后的性生活/292
生活要乐观/294

第八部分 心身疾患问答

还不到40岁月经就停了,这正常吗?/298
采用动脉塞栓法治疗子宫肌瘤可行吗?/298
喷雾治疗后,过几个月才能再来月经?/299
妊娠期间发现卵巢囊肿,用不用做手术?/299
乳房有疙瘩,会不会是得了乳腺癌?/300
治疗不孕症有什么方法?/300
分娩后何时开始避孕?/301
人工流产后出现发烧、出血、腹痛,应该怎么办呢?/301
患了尖锐湿疣后,日常生活中应注意些什么?/302
怕周围人说长道短,不敢去看精神科怎么办?/303
患了失眠症,不知服用安眠药有无副作用/303
出门时总要反复多次地确认屋门锁好没有,这属于正常吗?/303
头重脚轻是不是更年期综合征?/304
更年期的性交痛怎么办好?/304