



妇科病 调养

疾病
调养
丛书

吴燕平 王章儿 莫一萍 编著

浙江科学技术出版社



绝经后出血要警惕哪些情况

女性腰痛应去哪里就诊

如何认定排卵功能

月经期需要补铁吗

妇科疾病哪些宜补哪些不宜补



妇科病 调养

疾病调养丛书

吴燕平 王幸儿 龚一萍 编著

浙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

妇科病调养/吴燕平,王幸儿,龚一萍编著. - 杭州:浙江科学技术出版社,2003.10

(疾病调养丛书)

ISBN 7-5341-2103-5

I. 妇... II. ①吴...②王...③龚... III. 妇科病-基本知识 IV. R711

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 042331 号

疾病调养丛书

妇科病调养

吴燕平 王幸儿 龚一萍编著

责任编辑 / 孙秀丽

封面设计 / 孙 菁

出 版 / 浙江科学技术出版社

地 址 / 浙江杭州市体育场路 347 号

邮 编 / 310006

印 刷 / 千岛湖环球印务有限公司

发 行 / 浙江省新华书店

开 本 / 850 × 1168 1/32

印 张 / 11.625

字 数 / 212 000

版 次 / 2003 年 10 月第 1 版

印 次 / 2003 年 10 月第 1 次印刷

定 价 / 17.00 元

书 号 / ISBN 7-5341-2103-5/R·336

版权所有 翻印必究

前 言

妇科疾病是女性的常见病、多发病。女性一生要经历月经、妊娠、分娩、产褥等生理过程,但不少人并不懂得怎样做好这4期的卫生保健,因此就有可能罹患各种妇科疾病,如月经失调,生殖器的炎症、损伤、肿瘤等,严重影响了女性的生活质量。

基于以上认识,本书从康复和调养的角度出发,从患者最关心的问题入手,以问答的方式一一回答了妇科疾病患者怎样安排饮食、怎样服药、怎样运动保健、情绪怎样调养等方方面面的问题。同时,为了方便读者,我们对各种妇科疾病的病因、临床表现、检查方法及女性各个时期的生理特点作了通俗的介绍与解释。值得一提的是,书中还收录了一些适宜妇科疾病患者调养用的菜、汤、饮、粥食谱,供读者选用,是一本较全面反映妇科疾病调养防治知识的保健书。

本书通俗易懂,有较强的实用性,适宜于初中以上文化者阅读。通过阅读本书,可了解有关妇科疾病的基本知识,初步懂得根据自身情况预防和调养妇科疾病,掌握康复和调养妇科疾病的技能,从而增强治愈疾病的信心,祛除病痛困扰,使学习、工作更有劲,生活

更愉快。

限于时间,限于水平,书中错误之处在所难免,请广大读者批评指正。

编 者

2003年8月

目 录

基本概念

女性各期有哪些生理特点	(1)
女性生殖系统的解剖结构怎样	(2)
卵巢是怎样进行周期性变化的	(4)
月经周期受哪些因素的调节	(5)
什么是女性的第一性征和第二性征	(7)
正常的月经是怎样的	(7)
女性青春期有哪些特点	(8)
怎样计算排卵期	(9)
女婴出现阴道分泌物正常吗	(10)
女性生殖器官有哪些保护机制	(11)
女性阴道内有细菌正常吗	(12)
妇科病包括哪些病种	(13)
什么是围绝经期	(14)
什么是功能失调性子宫出血	(15)
什么是青春期功血	(16)
什么是围绝经期功血	(17)
什么是闭经	(17)
闭经由哪些因素引起	(18)
什么是假性闭经	(20)
什么是痛经	(21)
什么是膜样痛经	(21)
什么是子宫内膜异位性痛经	(22)

什么是围绝经期综合征	(22)
什么是经前期综合征	(24)
什么是性染色体异常	(25)
什么是生理性白带	(27)
什么是病理性白带	(27)
什么是五色带下	(28)
什么是宫颈糜烂	(29)
什么是子宫内膜炎	(30)
什么是附件炎和盆腔炎	(30)
什么是异位妊娠	(31)
什么是子宫内膜异位症	(31)
什么是子宫肌瘤	(32)
什么是子宫脱垂	(32)
什么是性传播疾病	(33)
性传播疾病是如何感染的	(34)
什么是淋病	(34)
什么是梅毒	(35)
什么是尖锐湿疣	(36)
什么是艾滋病	(37)
什么是非淋菌性尿道炎	(37)

病因与临床表现

月经初潮的年龄与身高有关吗	(39)
肥胖会导致闭经吗	(40)
服减肥药会影响月经吗	(40)
月经失调有哪些表现	(41)
甲状腺功能异常会出现月经失调吗	(42)
痛经是怎样引起的	(43)
子宫内膜异位性痛经有何临床症状	(44)

乳房提早发育是否性早熟	(44)
青春期发育的年龄与哪些因素有关	(45)
哪些因素会引起功血	(46)
产后大出血会引起闭经吗	(47)
神经性厌食症会引起闭经吗	(48)
哪些因素与卵巢功能早衰有关	(48)
不孕症与哪些因素有关	(49)
多囊卵巢综合征有哪些临床表现	(51)
哪些因素易引起子宫内膜异位症	(52)
子宫内膜异位症有哪些症状	(53)
子宫肌瘤与哪些因素有关	(55)
子宫肌瘤有哪些临床表现	(55)
子宫肌瘤会引起阴道出血吗	(56)
子宫肌瘤会引起腹痛吗	(57)
绝经后女性患子宫肌瘤有哪些特点	(57)
女性外阴为什么容易感染	(58)
哪些不良的生活习惯容易引起生殖器官炎症	(59)
白带异常可见于哪些妇科疾病	(59)
外阴炎与糖尿病有什么关系	(60)
阴道炎有哪几种	(61)
阴道炎有哪些临床表现	(62)
老年性阴道炎有哪些表现	(63)
阴道真菌性疾病与使用抗生素有关吗	(64)
宫颈炎的发生与哪些因素有关	(64)
宫颈炎有哪些临床表现	(65)
子宫内膜炎的发生与哪些因素有关	(66)
子宫内膜炎有哪些临床表现	(67)
附件炎有哪些临床表现	(68)
盆腔炎有哪几种	(69)

急性盆腔炎有哪些临床表现	(70)
慢性盆腔炎有哪些临床表现	(71)
盆腔炎与不孕症有关吗	(71)
盆腔炎与异位妊娠有关吗	(72)
异位妊娠与哪些因素有关	(73)
异位妊娠有哪些临床表现	(74)
子宫脱垂与哪些因素有关	(75)
子宫脱垂有哪些临床表现	(76)
淋病有哪些临床表现	(77)
衣原体与支原体可引起哪种妇科病	(78)
性病性宫颈炎有哪几种	(79)
尖锐湿疣有哪些临床表现	(80)
梅毒如何分期, 有哪些临床表现	(81)
艾滋病的临床表现有哪些	(84)

就医指南

看妇科门诊应注意什么	(86)
初潮月经紊乱正常吗	(87)
怎样判断性早熟	(88)
初潮月经超过 18 岁正常吗	(88)
哪些情况可引起月经量增多	(89)
刮宫后月经量有什么变化	(90)
月经中期出血要就诊吗	(91)
绝经后阴道出血要警惕哪些情况	(92)
经期延长要就诊吗	(93)
放置宫内节育器后月经不来怎么办	(94)
非哺乳期出现溢乳要就诊吗	(94)
育龄期女性出现不规则阴道出血常见于哪些情况	(95)
经期腹痛正常吗	(96)

下腹疼痛应去哪里就诊	(97)
排尿疼痛应去哪里就诊	(98)
白带增多需要就诊吗	(99)
老年女性尿失禁怎么办	(99)
女性腰痛应去哪里就诊	(100)
婴幼儿外阴、阴道炎是怎么回事	(101)
外阴瘙痒就是性病吗	(102)

检 查

盆腔检查有哪些内容	(103)
常用的妇科特殊检查有哪些	(104)
做妇科检查时患者应注意什么	(104)
如何测定排卵功能	(105)
如何进行诊断性刮宫术	(106)
验血能告诉你什么	(107)
超声检查的种类有哪些	(108)
哪些妇科病需要做 B 超检查	(109)
B 超是怎样监测卵泡发育情况的	(110)
哪些妇科病需要做 CT 检查	(111)
为什么有些妇科检查需要重复做	(112)
妇科检查时应怎样配合医生	(113)
什么是输卵管通液术	(113)
输卵管通液术有哪些方法	(115)
怎样做外阴活组织检查	(115)
子宫颈活组织检查有何意义	(116)
诊断性治疗有何意义	(116)
怎样从性激素检查中了解卵巢功能	(117)
妇科病患者为什么需测肾上腺皮质及甲状腺功能	(118)
怎样测量基础体温	(119)

测量基础体温有何临床意义	(120)
阴道镜检查有何临床意义	(120)
腹腔镜检查有何临床意义	(121)
子宫镜检查有何临床意义	(122)

并发症

排卵障碍会引起不孕吗	(124)
子宫异常为什么会引起不孕	(125)
月经量多会继发贫血吗	(126)
多囊卵巢综合征会发生癌变吗	(127)
多囊卵巢综合征会导致心血管病吗	(127)
绝经后会引发骨质疏松症吗	(128)
雌激素会导致乳腺癌吗	(129)
绝经后容易发生冠心病吗	(130)
宫颈炎会癌变吗	(131)
生殖器疣与肿瘤有关吗	(131)
子宫肌瘤的并发症有哪些	(132)

药物与手术治疗

功血的用药原则是什么	(134)
闭经的治疗原则是什么	(135)
常用的促排卵药物有哪些	(136)
什么是替代疗法	(138)
雌、孕激素药物有哪些	(139)
妇科病为何要用雄激素类药物	(141)
雄激素类药物有哪些	(142)
多囊卵巢综合征要终身治疗吗	(143)
不规则阴道出血为何要诊断性刮宫	(144)
使用性激素类药物的时间与止血效果有关吗	(145)

性激素类药物减量与停药的原则是什么	(146)
服用性激素类药物要注意什么	(147)
调整月经周期的方法有哪些	(148)
多囊卵巢综合征需要手术吗	(148)
如何治疗痛经	(149)
妇科常用的止痛药有哪些	(150)
妇科常用的外用药物有哪些	(152)
如何治疗子宫内膜炎	(154)
急性盆腔炎的治疗原则有哪些	(154)
什么是盆腔炎的综合治疗	(155)
盆腔炎如何用药物治疗	(156)
盆腔炎需要手术治疗吗	(158)
如何进行慢性盆腔炎的综合治疗	(160)
急性盆腔炎的转归及预后如何	(161)
子宫内膜异位症的治疗原则有哪些	(161)
宫颈炎有哪些治疗方法	(163)
如何进行阴道炎的综合治疗	(165)
异位妊娠有哪些治疗方法	(166)
子宫肌瘤有哪些非手术疗法	(168)
哪些子宫肌瘤需要手术	(169)
子宫肌瘤有哪些手术方法	(170)
如何治疗子宫脱垂	(171)
如何治疗外阴疣	(172)
淋病的治疗原则有哪些	(173)
梅毒的治疗原则是什么? 如何定期复查	(174)
何谓治疗艾滋病的鸡尾酒疗法	(175)
如何防止艾滋病病毒的传播	(175)
妇科手术前应做哪些准备	(176)
哪些妇科手术前要做阴道准备	(178)

妇科手术后的护理应注意什么	(179)
怎样减轻手术后切口的疼痛	(180)
如何护理好手术切口	(181)

运动保健

体育锻炼有何意义	(183)
青春期女性应如何进行体育锻炼	(184)
月经期可以进行体育锻炼吗	(185)
如何通过运动来纠正子宫异常位置	(187)
女性在健身运动中应注意什么	(189)
女性各期应进行哪些运动	(191)
妇科腹腔镜手术后为什么要做床上运动	(192)

情绪调养

心理活动与女性生理有哪些关系	(194)
情志与妇科疾病有哪些关系	(195)
妇科疾病怎样进行心理调治	(196)
青春期女性应怎样注意心理健康	(197)
如何消除经期情绪波动	(199)
绝经期女性需要进行心理保健吗	(199)
围绝经期情绪波动怎么办	(201)
老年女性如何进行心理保健	(202)
去妇科就诊前应做好哪些心理准备	(203)
手术前应做哪些思想准备	(205)
怎样解除手术前患者的思想顾虑	(205)

日常保健与护理

测基础体温时应注意什么	(207)
阴道炎患者在日常生活中要注意些什么	(208)

盆腔炎患者如何进行自我防护	(210)
如何防治慢性宫颈炎	(211)
宫颈炎患者在物理治疗前后应注意哪些问题	(212)
子宫脱垂患者日常生活中应注意些什么	(214)
药物流产或人工流产后应注意些什么	(215)
新婚生活中应注意些什么	(217)
子宫肌瘤患者能过性生活和生育吗	(219)
女性要经常清洗外阴吗	(221)
经常用高锰酸钾溶液清洗外阴有好处吗	(221)
如何正确使用阴道栓剂	(222)
使用阴道泡腾片和阴道栓剂时应注意些什么	(223)
月经期如何保健	(225)
月经期能过性生活吗	(226)
如何预防月经病	(227)
功能失调性子宫出血患者日常生活中应注意些什么 ...	(229)
闭经患者日常生活中应注意些什么	(230)
痛经患者日常生活中应注意些什么	(231)
哪些方法可以缓解痛经	(233)
经期乳房胀痛可采用哪些疗法	(233)
进入围绝经期应注意哪些问题	(234)
如何缓解围绝经期躁热症状	(234)
绝经期如何保健	(235)
绝经后如何预防老年性阴道炎	(236)
日常接触会传播艾滋病病毒吗	(237)

饮食调养

哪些食物可以防治妇科病	(239)
如何用大蒜治疗妇科病	(241)
如何用醋治疗妇科病	(244)

妇科疾病哪些宜补哪些不宜补	(247)
女性多食乌贼有哪些好处	(249)
怎样用藕治疗妇科病	(250)
如何用萍蓬草治疗妇科病	(251)
如何用鲤鱼治疗妇科病	(251)
如何用蜂蜜治疗妇科病	(253)
如何用姜调治妇科病	(255)
柠檬对治疗妇科病有什么益处	(258)
如何用茶治疗妇科病	(258)
芹菜有助于治疗月经不调吗	(260)
月经期需要补碘吗	(261)
女性贫血的食疗方有哪些	(262)
如何通过饮食调治减轻孕妇呕吐	(264)
为什么妊娠呕吐宜食柚子	(265)
闭经者的膳食原则是什么	(266)
闭经时可食哪些药膳	(267)
痛经者的膳食原则是什么	(273)
痛经时可食哪些药膳	(274)
痛经患者的饮食有哪些宜忌	(281)
月经先期者的膳食原则是什么	(282)
月经先期时可食哪些药膳	(283)
月经后期者的膳食原则是什么	(290)
月经后期时可食哪些药膳	(291)
月经先后不定期者的膳食原则是什么	(297)
月经先后不定期时可食哪些药膳	(298)
月经量少者的膳食原则是什么	(301)
月经量少时可食哪些药膳	(301)
月经量多者的膳食原则是什么	(305)
月经量多时可食哪些药膳	(305)

功能失调性子宫出血患者哪些宜补哪些不宜补	(309)
带下病者的膳食原则是什么	(310)
带下病患者可食哪些药膳	(311)
治疗带下的食物有哪些	(316)
慢性盆腔炎患者可食哪些药膳	(319)
急性乳腺炎患者的膳食原则是什么	(320)
急性乳腺炎患者可食哪些药膳	(321)
乳房蜂窝织炎患者可食哪些药膳	(329)
急性乳腺炎患者应禁忌哪些食物	(332)
乳腺增生患者可食哪些药膳	(333)
围绝经期综合征患者可食哪些药膳	(336)
缓解围绝经期女性干燥症状的食疗方有哪些	(343)

预防与急救

如何预防子宫内膜异位症	(346)
如何预防妇科感染	(347)
如何预防真菌阴道炎的复发	(348)
如何预防和控制性传播疾病	(348)
如何预防慢性盆腔炎的复发	(349)
女性发生急性下腹疼痛怎么办	(351)
出现月经过多怎么办	(352)
出现排尿疼痛怎么办	(352)

基本概念

女性各期有哪些生理特点

女性一生要经历不同的生理阶段,各生理阶段有其不同的生理特点。了解这些生理特点,有助于认识自己,维护健康,预防疾病的发生。现将女性各期生理特点分述如下:

(1)新生儿期 出生后4周内称新生儿期。女性新生儿由于在母体内受胎盘及母体性腺所产生的女性激素的影响,可出现少量阴道流血或乳房略隆起、外阴较丰满等现象,但均能自然消退。

(2)儿童期 从出生4周到12岁左右称儿童期,是身体和智力发展很快的时期。10岁以前的女童以体格生长、发育为主,生殖器仍为幼稚型,因其阴道黏膜薄,大、小阴唇未发育,阴道酸度低,故易感染而发生外阴阴道炎。10岁以后,卵巢有一定的发育,并分泌性激素,但没有达到成熟阶段。随着年龄的生长,卵巢形态逐渐变成扁椭圆形,女性特征开始出现,皮下脂肪在