



翟藻春
程红 主编

家庭医护指导

15/05/20

妇产科卷
(附常见性病)



A0098796

(京)新登字 008号

出版人 洪忠炉

责任编辑 张清雉 丘淙

封面设计 徐步功

百病指南——家庭医护指导·妇科卷

BAIBING ZHINAN—JIATING YIHU ZHIDAO·FUKE JUAN

翟藻春 程 红 主编

*

中国书籍出版社出版

(北京市西城区西绒线胡同甲7号)

邮政编码:100031

北京管庄印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

*

787毫米×1092毫米 32开本 6.75印张 150000字

1993年10月第1版 1993年10月第1次印刷

印数:1—10000册

*

ISBN 7-5068-0160-4 R·1

定价:4.50元

《百病指南——家庭医护指导·妇科卷》

编 委 成 员

程 红

王祖煌

翟藻春

傅正恺

陶慎为

赵淑文

周约翰

赵 怡

撰 稿 人

(按文章顺序排名)

翟藻春

冯 捷

李蔚范

唐 军

郭建平

关 菁

赵 怡

王祖煌

程 红

全心全意為人
民服務一切從
病人著想

崔月犁
一九九三年七月

注：崔月犁同志原是中華人民共和國衛生部部長，現任
中國紅十字總會名譽會長。

為人民的健康
作貢獻

李振軍
李振軍

注：李振軍同志是中國醫療保健國際交流促進會的顧問，原任中國人民武警部隊總部政委。

前 言

《百病指南——家庭医护指导》丛书是一套专为千家万户广大人民群众编著的书,全套丛书分为内科卷、外科卷、妇产科(附性病)卷、儿科卷、五官科卷五册。

我们编写这部丛书的目的在于提高广大读者对常见病、多发病的医学护理常识,并使读者在工作和生活中做到自我治疗、护理、预防和保健。随着人民物质文化生活水平的提高,“家庭医学”的概念应运而生。在日常生活中,跌打损伤、头痛脑热、腹泻便秘及各种急性病症常会发生,对此如何正确、及时、有效地在家庭生活中早期发现,及时处置,合理配合治疗,使患者不发生意外,特别是做到早期预防和保健,则是“家庭医学”的核心,也是确定本丛书的宗旨和内容范围的依据。

本丛书的特点是把中西医基础医学知识和实际应用结合起来,综合概述了各专科常见病、多发病的病因、临床表现、化验指标、诊断和鉴别诊断,详细重点突出了各种病症在家庭中治疗、护理、预防和保健的具体指导。本丛书内容丰富、结构新颖、通俗易懂、使用方便,具有较强的实用性,是每个家庭必不可少的家庭咨询“医生”和“顾问”。本丛书也适于广大基层医务工作者和各界人士阅读参考。

本丛书是北京南丁格尔医护服务公司根据服务对象的实际需要策划组织编写的。在编写过程中,得到了北京医科大学

人民医院、北京医科大学第一医院、首都儿科研究所、同仁医院等专家教授、主治医生、主管护师的热心指导并提供稿件；中国书籍出版社对本丛书的编写和出版给予了真诚的支持和关心，在此我们一并表示衷心的感谢！

本丛书的问世，是北京南丁格尔医护服务公司献给广大读者的一片爱心。我们的知识水平有限，实践经验有待不断提高，我们衷心地希望广大读者多多赐教。在此谨祝每个家庭和广大读者健康、愉快、幸福、长寿！

编 者

1993 年 7 月

北京南丁格尔医护服务公司简介

北京南丁格尔医护服务公司是根据广大社会家庭对医护服务的需要和群众的呼声而建立的,它是由一批具有高中级职称、医德优良的医护人员所组成。北京南丁格尔医护服务公司以提供优质服务为宗旨,面向千家万户,送医、送药、送医护上门,在医疗、护理和保健心理等方面,为广大群众排忧解难。我们愿以世界医护先驱“南丁格尔”为榜样,用我们勤劳的双手给您和您的家庭送去健康和幸福。南丁格尔医护服务公司主要提供以下服务项目:

- (一)为国内外患者进京看病提供全程服务;
- (二)为患者代办挂号、陪伴检查、联系住院;
- (三)提供登门家庭护理、医院陪床护理;
- (四)为各界人士提供各种疾病的医疗、护理、心理、保健等方面的咨询和指导性服务;
- (五)为弱智儿童进行智能训练,为正常儿童进行智能开发;
- (六)为各界人士提供保健按摩及美容服务;
- (七)承接家庭、单位的清洁、消毒服务;
- (八)出售、出租、修理安装各式医疗器械。

公司地址:北京西城区灵境胡同东口5号

公司电话:6064753

邮政编码:100032

目 录

[1] 妇女一生各阶段的生理特点及保健指导	(1)
[2] 月经的周期性变化和经期卫生	(6)
[3] 功能失调性子宫出血	(11)
[4] 闭经	(19)
[5] 痛经	(26)
[6] 更年期综合征	(28)
[7] 子宫内膜异位症	(31)
[8] 不育症	(35)
[9] 外阴瘙痒	(41)
[10] 外阴白色病变(慢性外阴营养不良)	(43)
[11] 外阴炎	(46)
[12] 前庭大腺脓肿	(47)
[13] 滴虫性阴道炎	(48)
[14] 霉菌性阴道炎(念珠菌性阴道炎)	(51)
[15] 老年性阴道炎	(53)
[16] 宫颈糜烂	(55)
[17] 急性盆腔炎	(57)
[18] 慢性盆腔炎	(61)

[19]淋菌性盆腔炎	(64)
[20]子宫肌瘤	(66)
[21]卵巢肿瘤	(71)
[22]子宫颈癌	(75)
[23]子宫内膜癌	(81)
[24]外阴癌	(84)
[25]葡萄胎	(86)
[26]恶性葡萄胎与绒毛膜癌(绒癌)	(91)
[27]妇科恶性肿瘤化疗及放疗常识	(95)
[28]妇科恶性肿瘤患者的心理护理	(97)
[29]流产	(99)
[30]宫外孕	(107)
[31]死胎	(115)
[32]胎儿宫内发育迟缓	(117)
[33]母子血型不合	(121)
[34]早产	(125)
[35]过期妊娠	(128)
[36]前置胎盘	(132)
[37]胎盘早期剥离	(136)
[38]妊娠高血压综合征	(141)
[39]羊水过多	(147)
[40]产褥期的观察及护理	(150)
[41]产褥感染	(154)
[42]晚期产后出血	(157)

〔43〕新生儿的特点及喂养	(159)
〔44〕避孕措施及指导	(165)
〔45〕孕妇及乳母营养	(175)
附录一:临床常用检验正常值	(179)
附录二:食物中营养成分含量表	(183)
附录三:常见性病	(190)
〔1〕尖锐湿疣	(190)
〔2〕淋病	(191)
〔3〕梅毒	(194)
〔4〕艾滋病	(200)
附录四:旅游保健常识	(203)

1. 妇女一生各阶段的 生理特点及保健指导

一、概述

妇女的一生自出生后至发育成熟而后衰老是一个不断发展的过程。大致可划分成几个时期。因为许多因素如环境、营养、遗传等等都可对个人或群体产生不同的影响而有差异。

1. 新生儿期

胎儿出生后前4个月之内为新生儿期。女性胎儿因在子宫内受到母体性腺和胎盘所产生的性激素的影响,子宫和乳房有一定程度的发育,所以女婴出生时乳房可略肿大,也可能分泌少量乳汁。出生后血中性激素骤减有时引起子宫内膜脱落而有少量出血,一般于数日内消失,这些都是正常生理现象。

2. 幼年期

新生儿期以后至12岁左右的阶段为幼年期。这段时间内儿童在体格方面生长发育,但性腺和生殖器官仍处于幼稚状态。约在9~10岁左右下丘脑和垂体的激素分泌量逐渐增高,刺激卵泡发育并分泌少量雌激素。乳房和内、外生殖器官开始发育增大。女孩乳房可出现小硬结,可略感疼痛,全身脂肪分布也逐渐呈现女性的特征。

3. 青春期

是女性由幼稚进入少女的过渡时期,全身体格、神经内分泌系统迅速发育,生殖器官发育渐趋成熟,性功能也逐渐成熟,下丘脑和垂体的促性腺激素分泌量增加,作用加强,卵巢增大,卵泡对促性腺激素的感应性提高,卵泡进一步发育并产生雌激素,内、外生殖器官发育增大,乳房逐渐丰满,乳头增大,腋毛和阴毛出现,声音较高,胸部和臀部脂肪增多。此期间内思想情绪和心理状态往往不稳定而易变,家长和老师应对她们多加关心和指导。

卵泡发育的过程中激素水平有周期性变化,子宫内膜随之增生而后脱落出血,称之为月经。月经的来潮为青春期的标志。第一次来月经称初潮,初潮的年龄约在11~15岁左右,农村女孩初潮年龄稍晚。体态健壮者往往偏早。两次月经间隔一般为28~30天,25~33天仍属正常。月经一般持续3~7天,称月经期,每次月经出血量约为30~50ml,第2~3天时子宫内膜脱落量最多,血量最多。月经血粘稠不凝,因脱落的子宫内膜中有溶血物质,月经血中含子宫内膜碎片、子宫颈粘液和阴道脱落细胞。月经期中因盆腔充血可有轻度下腹部重坠感和腰骶部酸胀,甚至有人有肠蠕动增加及轻腹泻,这些都是正常现象,一般不影响工作和学习。

4. 生育期

亦称性成熟期。约自18岁开始卵巢功能成熟,卵巢周期性排卵和分泌性激素,乳房和生殖器官也有周期性变化,是妇女生育活动最旺盛的时期。

5. 更年期

是妇女生殖功能由旺盛向衰退的过渡时期。这时期可始于40岁,而历时10~20年。

6. 老年期

妇女 60 岁以后称老年期。此时血浆中脂蛋白和胆固醇往往增高,伴血压升高。肌肉及结缔组织萎缩,张力减低,脂肪沉着趋向长胖。由于雌激素减少,骨代谢失常,常有骨质疏松,易发生骨折。骨质疏松可用小量雌激素补充防止,而一旦病变存在即不能复原。

以上各期是每个妇女一生中的必经过程,青春期和更年期都是过渡时期,容易发生月经失调,精神、情绪和心理状态的失衡,尤以更年期更为明显。

二、妇女一生各阶段的卫生保健指导

1. 新生儿期

除了正确喂养外,注意清洁,每日洗澡,注意颈、腋、腹股沟等处保持清洁,天冷时每周 1~2 次,洗澡香皂须软、刺激性小。便后洗外阴,擦拭粪便由前向后擦,避免污染外阴及尿道。勤换尿布,尿布选用吸水力强而柔软的棉织物。用前煮沸、消毒,干后备用。衣服要宽松。枕头不要过高过硬。最好不要将新生儿双膝盖捆绑在一起,妨碍其自然运动。为了包裹及喂奶方便,可将新生儿腿部稍稍弄直一点,然后轻轻以包布包上。专用洗澡盆及毛巾,毛巾要柔软,每日洗晒。

2. 幼儿期

除注意加强营养外,逐渐培养幼儿能定时排尿排便的习惯,逐渐不用长期兜尿布。尽量早穿死裆裤以防止外阴或肛门炎症,会走以后不要随地乱坐。逐渐让幼儿学习自己处理粪便,教会幼儿应由前向后擦拭肛门,有条件时便后洗会阴及肛门。每日洗外阴及肛门最少一次,洗时最好先向前洗外阴然后再向后洗肛门,擦时亦先擦外阴后擦肛门。毛巾最好每日洗煮。每个妇女应从小养成每日洗外阴的习惯。另外一定要注意饭前便后洗手,从小养成四要三不要的习惯。女孩到 9~10

岁时乳房早期发育出现硬结、疼痛,应对其讲解生理知识,解除恐惧及思想顾虑。

3. 青春期

是女性迅速发育逐渐成熟的过程,生殖器官、内分泌系统的发育更为突出,月经来潮,体格和心理也发生较大变化。此期间家长和老师应关心少女们心理方面和精神方面的问题,对她们讲解生殖和生理的基本知识,帮助她们了解月经和白带是生理现象,消除她们的神秘感,引导她们正确地理解青春期是由幼年过渡到少年的必经阶段,也是人生精神充沛的时期,是充实自己的良好时机。培养她们的身心健康。同时也注意月经期卫生(详见月经的周期变化和月经期卫生)。

4. 生育期

除了注意月经期卫生外,要注意性交卫生,每次性生活前后,必须将外生殖器清洗干净,防止生殖泌尿系炎症。月经期、妊娠最初三个月及最后3个月禁止性交,容易造成炎症、流产或产褥感染。勿滥交,防止性传播疾病如淋病、梅毒及艾滋病等。产后注意产褥期卫生,搞好节育措施,做到优生优育。

5. 更年期

要正确地认识更年期是每个妇女的生殖功能由旺盛而衰退的过渡时期,也是必经的生理过程,此期间内可发生月经不规则,最后绝经,也可能产生一些由于性激素减退引起的一些不适感和衰老现象。应注意心理卫生,以乐观态度面对这一过程,加强体育锻炼,多参加集体活动,同时注意身体健康,定期做妇科检查包括防癌普查。

6. 老年期

老年妇女性器官萎缩,盆底结缔组织松弛,易有尿失禁和外阴炎、阴道炎,应注意外阴局部卫生,一旦发现炎症现象应

早治疗。平时应多参加集体活动消除孤独感,加强体育锻炼;防止骨质疏松。饮食应富于蛋白质及维生素,要少进盐、脂肪及糖。

(翟藻春)

2. 月经的周期性 变化和经期卫生

一、概述

月经是一种正常生理现象,一般认为月经是受卵巢功能的影响,其实月经周期的调节是一个复杂的过程,除了卵巢分泌的性激素以外,还有高层的神经内分泌系统参与调节。大脑底部的下丘脑和与下丘脑下方邻接的垂体,都是参与月经周期调节的重要部分。下丘脑、垂体、卵巢都分泌多种激素,形成下丘脑—垂体—卵巢轴,这个轴受最高级的中枢神经大脑皮层的控制。这些激素的作用相互促进又相互制约,保持一种动态平衡,调节月经周期。任何一个环节发生故障,都会引起月经失调。

下丘脑参与调节月经周期的激素叫黄体生成素释放激素(LHRH),它有促进垂体分泌黄体生成素的功能,也有促进垂体分泌促卵泡素的功能。

垂体调节月经周期的激素是促卵泡素(FSH)和黄体生成素(LH)。促卵泡素的主要作用是促进卵巢的间质细胞分化成卵泡膜细胞,又使颗粒细胞增生,并且活化颗粒细胞中的芳香化酶系统。黄体生成素的主要作用是促进卵巢中已分化的卵泡膜细胞合成孕激素和雌激素。

卵巢主要合成和分泌雌激素和孕激素。也分泌雄激素。部分雄激素通过酶系统的作用可转化为雌激素。