

中华医学学会妇产科学分会感染性疾病协作组

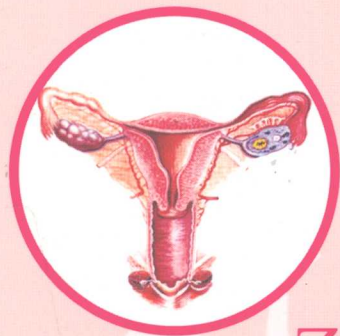


女性疾病自我疗法

成年女性最常见的病症不是发热、咳嗽、头痛……
而是私密处的瘙痒、异味、疼痛和尿频、尿急……

· 阴道感染自我治疗手册 ·

妇科自疗 D.I.Y



FUKE
ZILIAO D.I.Y

主 编 | 刘朝晖
编 者 | 廖秦平

 人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

女性疾病自我疗法 NÜXING JIBING ZIWO LIAOFA

妇科自疗 DIY

阴道感染自我治疗手册

(第一版)



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目(CIP)数据

妇科自疗DIY: 阴道感染自我治疗手册 / 刘朝晖, 廖秦平主编.
—北京: 人民军医出版社, 2009.6
ISBN 978-7-5091-2696-7
I. 妇… II. ①刘…②廖… III. 阴道炎—诊疗—手册
IV. R711.31-62
中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第072853号

策划编辑: 石永青 文字编辑: 王久红 责任审读: 周晓洲

出 版 人: 齐学进

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市100036信箱188分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010)51927290; (010)51927283

邮购电话: (010)51927252

策划编辑电话: (010)51927300-8754

网址: www.pmmp.com.cn

印装: 中国电影出版社印刷厂

开本: 787mm × 1092 mm 1/16

印张: 4 字数: 38 千字

版、印次: 2009年6月第1版 第1次印刷

印数: 3000

定价: 12.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

内容提要

本书以实例的形式,从不同层面介绍了女性朋友易患的细菌性阴道病、念珠菌性外阴阴道炎、滴虫阴道炎、老年性阴道炎、混合感染性阴道炎等阴道感染疾病的症状、致病因素、诊治流程与方法,对如何预防此类疾病提出了科学的建议。本书主题突出,结构明晰,实例鲜活生动,语言通俗易懂,适于广大女性朋友自我诊疗和预防妇科疾病时参考,对妇科医生也有很好的参考价值。

中华医学会妇产科分会 感染协作组

中华医学会妇产科分会感染协作组集中了中国妇产科感染领域最权威的专家,负责制定各类妇产科感染治疗指南、组织实施全国女性生殖道感染流行病学调查、组织实施全国女性生殖道抗感染临床研究,并致力于中国女性生殖道感染的科学研究与教学、普及女性生殖道感染健康知识。

组 长

廖秦平 教授 博士生导师
北京大学第一医院妇产科主任

副组长

王友芳 教授
北京协和医院妇产科

宋 磊 教授
解放军总医院妇产科

狄 文 教授
上海医科大学附属仁济医院妇产科

秘 书

刘朝晖 主任医师
北京大学第一医院妇产科

成 员

- | | |
|-----|----------------------|
| 杨慧霞 | 教授
北京大学第一医院妇产科 |
| 向 阳 | 教授
北京协和医院妇产科 |
| 梁旭东 | 副教授
北京大学人民医院妇科 |
| 范 玲 | 教授
首都医科大学北京妇产医院产科 |
| 薛凤霞 | 教授
天津医科大学总医院妇科 |
| 杨兴升 | 教授
山东大学齐鲁医院妇科 |
| 安瑞芳 | 教授
西安交通大学第一医院妇产科 |
| 贺 晶 | 教授
浙江省妇保医院产科 |
| 杨祖菁 | 教授
上海新华医院妇产科 |
| 樊尚荣 | 教授
北京大学深圳医院妇产科 |
| 张帝开 | 教授
中山大学附六院妇产科 |
| 胡丽娜 | 教授
四川大学华西二附院妇产科 |
| 张淑兰 | 教授
中国医科大学盛京医院妇产科 |
| 王惠兰 | 教授
河北医科大学附二院妇产科 |

导 读



健康女性,由于阴道有许多解剖和生理上的特点,从而对病原体的侵入有天然的防御功能。如阴道口的闭合,阴道前后壁紧贴,阴道上皮细胞在雌激素的影响下增生,表皮细胞角化,阴道 pH 保持在 4~5,使适应碱性环境的病原体(如厌氧菌)的繁殖受到抑制等。当阴道的自然防御功能受到破坏时,病原体易于侵入,使阴道发生炎症。

在寄居于健康女性阴道的菌群中,乳杆菌占优势,其对维持阴道正常菌群起着关键作用。经乳杆菌的作用,阴道上皮的糖原使阴道局部呈酸性环境。下列情况有可能影响阴道生态系统平衡。

- 性激素:如月经期前后雌激素水平降低,导致阴道内 pH 上升,有利于厌氧菌及其他致病微生物的生长。
- 某些杀精子的避孕药膏对乳杆菌有毒性作用。
- 药物:许多药物(如广谱抗生素)可杀灭或抑制乳杆菌,从而影响阴道内的酸性环境。
- 感染:如女性在无保护性交的情况下,感染了性传播疾病(STD)等,可干扰阴道内原有菌群比例而导致菌群失调。

在阴道局部情况异常的状态下,如果有致病微生物的入侵和大量繁殖,就会引发阴道感染,常见的阴道感染有真菌感染(念珠菌性外阴阴道炎,也就是俗称的霉菌性阴道炎)、细菌性阴道病、滴虫阴道炎、需氧菌性阴道炎(以往称非特异性阴道炎)、混合感染性阴道炎等。老年性阴道炎和婴幼儿外阴阴道炎均为雌激素水平较

低而引起的感染，多属于非特异病原微生物引起的感染。

无论何种阴道感染，最好在医生的指导下使用针对某一致病微生物的药物进行治疗。因为阴道感染的症状有许多是相同的，都主要表现为外阴的瘙痒或灼痛、阴道分泌物异常，所以女性自己很难从症状上区分或明确是患了哪种阴道炎。有些时候，症状很明显，但我们往往做不到马上去医院就诊，严重影响了日常生活和工作，迫切需要一些来自医生的自疗（DIY）建议。下面的一些实例对常见的阴道感染做了比较简单且容易被女性理解的阐述，通过这些例子，使女性朋友能给自己一个初步的判断和治疗，当然，如果简单治疗后仍无好转或反而加重，一定要抓紧时间去医院就诊。

阴道感染的相关因素

	念珠菌性 外阴阴道炎	细菌性 阴道病	滴虫 阴道炎	需氧菌性 阴道炎
阴道冲洗	√	√		
外阴使用非清水的洗剂	√	√		
使用护垫	√			
喜欢穿紧身内裤和(或)牛仔褲 居住在潮热环境	√			
偏食	√			
经常或近期使用抗生素	√	√		
使用激素或其他免疫抑制药	√			
不使用避孕套	√	√	√	√
有多个性伴侣	√	√	√	√
丈夫有外生殖器异常	√		√	√
使用他人毛巾或内裤等			√	√
合并其他 STD			√	√
怀孕状态	√	√		√
近期生活紧张劳累	√	√		
性生活过频	√	√		
白带性状	豆腐渣样	稀水样或 稀糊样	泡沫样，黄 色或黄绿色	黄色 或脓样
不适症状	外阴瘙痒 或灼痛严重	白带有异味， 有轻度瘙痒	外阴瘙痒 或灼痛严重	外阴瘙痒 或灼痛严重

阴道炎患者 如何 自我诊断和 治疗



症状分析

外阴瘙痒的程度
白带的颜色、性状、气味

白带呈灰白色，量较多、
稀薄，且有一种腥臭味

豆腐渣样白带和瘙痒

实验室检查

阴道黏膜的情况：
阴道 pH；
显微镜检查；
病原体培养

阴道 pH>4.5；
胺臭味试验阳性；
显微镜检查发现线索细胞

阴道黏膜水肿、红斑；
真菌培养发现念珠菌和
孢子；显微镜检查发现
芽胞及假菌丝

致病因素分析

阴道灌洗；
不洁性行为史；
绝经期后

阴道冲洗；
外阴使用非清水的洗剂；
性生活过频等

常进行阴道内灌洗；
穿透气性差内裤；非月
经期仍用卫生护垫等

诊断

经症状、实验室检查和
致病因素作出自我诊断

细菌性阴道病

念珠菌性外阴阴道炎

治疗

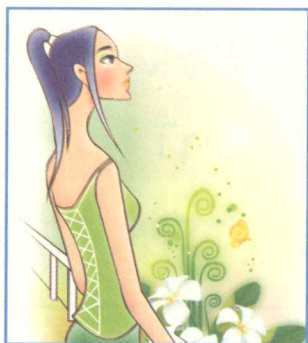
使用敏感抗菌药物

甲硝唑栓等

咪康唑栓等

细菌性阴道病详见 1~10 页

念珠菌性外阴阴道炎详见 11~26 页



白带为稀薄脓性、黄绿色、泡沫状、有臭味



阴道黏膜有散在的出血点；滴虫培养可见活跃、呈梨形阴道毛滴虫；显微镜检查发现阴道毛滴虫



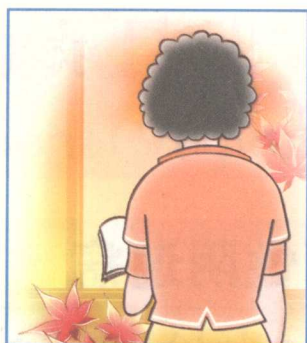
有多个性伴侣；不用避孕套；在被污染的公共浴池洗澡、游泳池游泳等



滴虫阴道炎

甲硝唑等

滴虫阴道炎详见 21~30 页



分泌物增多，稀薄，呈淡黄色，有臭味，重者呈脓性白带



阴道黏膜充血；显微镜检查发现大量白细胞



绝经期后；手术切除双侧卵巢；营养缺乏等



老年性阴道炎

甲硝唑等

老年性阴道炎详见 31~38 页



白带异常和(或)外阴瘙痒。病原体不同，白带的颜色、性状、气味也不同



显微镜检查，病原体培养，可能同时发现滴虫、芽胞和假菌丝



患某一种阴道炎时，其他病原体容易乘虚而入，引起混合感染



混合感染性阴道炎

硝呋太尔+制霉菌素等

混合感染性阴道炎详见 39~42 页

|| 目录 ||



细菌性阴道病

Bacterial Vaginosis

1. 医生的诊断逻辑	2
2. 稀薄、灰白、黄色或脓样白带	3
3. 锁定线索细胞	4
4. 学会自我诊断	5
5. 找出致病因素	6
6. 为什么会患细菌性阴道病	7
7. 如何治疗细菌性阴道病	8
8. 杜绝阴道灌洗	9
9. 专家点评	10



念珠菌性外阴阴道炎

Candidal Vulvovaginitis

1. 发现典型症状	12
2. 豆腐渣样白带和瘙痒	13
3. 镜下假菌丝	14
4. 寻找致病原因	15
5. 念珠菌性外阴阴道炎是如何患上的	16
6. 念珠菌性外阴阴道炎种类	17
7. 如何治疗单纯性念珠菌性外阴阴道炎	18
8. 非经期使用卫生护垫无任何益处	19
9. 专家点评	20



滴虫阴道炎

Trichomonal Vaginitis

1. 区别症状 22
2. 泡沫样、黄色或黄绿色白带 23
3. 发现滴虫 24
4. 找出致病因素 25
5. 滴虫阴道炎是怎么得的 26
6. 滴虫阴道炎的传播途径 27
7. 如何治疗滴虫阴道炎 28
8. 鼓励使用避孕套 29
9. 专家点评 30



老年性阴道炎

Senile Vaginitis

1. 老年性阴道炎的特点 32
2. 医院实验室检查 33
3. 发现致病原因 34
4. 老年性阴道炎是如何患上的 35
5. 如何治疗老年性阴道炎 36
6. 怎样预防和减少老年性阴道炎复发 37
7. 专家点评 38



混合感染性阴道炎

Polyinfecting Vaginitis

1. 什么是混合感染性阴道炎 40
2. 各种病原体造成的混合感染发生率 41
3. 如何治疗混合感染性阴道炎 42

附录 A 常见阴道感染自我诊断、治疗流程 43

附录 B 妇科常用 OTC 药物 45

附录 C 常用抗阴道感染药物 51

Bacterial

细菌性阴道病 Vaginosis

马女士 26岁 某外企公司 员工

公

司准备派我参加全国夏季定货会，这段时间又忙又累。今天早晨，我突然发现内裤上有很多灰白色的白带，用洁尔阴洗了一下就上班了。下午分泌物特别多，有种特难闻的腥味，我不得不频繁地去卫生间。

我从来没得过这种病，下班后在网上查了一下，觉得可能患了阴道炎。可阴道炎有很多种，我患的是哪一种类型？

“我结婚以后经常灌洗阴道，还喜欢使用一些质量很好的女用洗剂清洗外阴，为什么会得阴道炎？”



1. 医生的诊断逻辑

“我从来没得过这种病，下班后在网上查了一下，觉得可能患了阴道炎。可阴道炎有很多种，我患的是哪一种类型？”

阴道感染是一类十分常见的妇科疾病，特别是有性行为后，处在生殖高峰期的女性更易患病，它虽然很烦人，但只要处置得当就能很快痊愈。

妇科医生是如何 为马女士进行诊断的？

第 1 步

对症状进行分析可以初步怀疑是哪类阴道感染。

第 2 步

进行相应的实验室检查，找到“作案”致病菌，然后作出最终的诊断。

第 3 步

结合致病因素，推测患者可能的致病原因。

这种方法也叫“三步法”。

2. 稀薄、灰白、黄色或脓样白带

“细菌性阴道病的白带有非常典型的特点，特别是在发病初期，你能看到稀水样或稀糊样的白带，还有些患者会出现黄色或是脓样白带。”

不同类型的阴道疾病有着不同的典型症状。王女士自述“发现内裤上有很多灰白色的白带……下午分泌物特别多，有种特难闻的腥味，我不得不频繁地去卫生间”。白带呈灰白色，量较多、稀薄，且有腥臭味，这些症状与细菌性阴道病高度相符。

细菌性阴道病可分为厌氧菌感染和需氧菌感染两种类型，这两种类型的细菌感染导致的白带异常有所不同，厌氧菌感染导致的是稀水样或稀糊样白带，需氧菌感染导致的是黄色或脓样白带。

有一部分患者会有不同程度的外阴瘙痒，如果细菌感染了泌尿系统，还会有尿急、尿频、尿痛等症状。

妇科医生会通过识别这些典型症状，初步判定患者是哪种类型的感染。

细菌性阴道病的症状特点提示

白带

量增多；多数情况呈灰白色，均匀一致，稀薄；黄色或脓样。有鱼腥样臭味，尤其是性交后，臭味加重。

瘙痒

部分伴有轻度外阴瘙痒或烧灼感。

其他症状

性交痛，部分患者有尿急、尿频、尿痛等症状。

3. 锁定线索细胞

“通过症状特点分析，只能初步诊断马女士可能患的是细菌性阴道病，要确诊此病，必需经过实验室病原学检查，就是一定要找到导致此病的微生物。”

经过对外阴瘙痒和白带异常等表现的询问后，妇科医生已经可以初步诊断阴道感染疾病的类型，但要确诊疾病，还需要经过体检及实验室检查，对先前的判断进行验证。

妇科医师通过阴道内镜观察阴道黏膜是否有充血，白带的性状，然后取一部分白带，进行阴道 pH、胺臭味试验及显微镜检查，给出最终的诊断结果。其中显微镜下发现线索细胞是一般医院最常用的诊断依据。

细菌性阴道病实验室检查结果

细菌性阴道病	
阴道黏膜	正常
阴道 pH	>4.5(4.7~5.7)
胺臭味试验	阳性
显微镜检查	线索细胞 极少白细胞

线索细胞：线索细胞是指阴道脱落上皮细胞上黏附大量厌氧菌的一种形态表现，阴道分泌物中出现大量线索细胞，一般表示患了细菌性阴道病

4. 学会自我诊断

“现在，在美国已经有了患者可以进行自我诊断的试纸，准确度很高。在中国，也可在药店买到诊断试纸。”

如果像马女士那样阴道分泌物增多、匀质、稀薄呈奶状、有异味，或有典型的鱼腥臭气味，可初步诊断为细菌性阴道病。如果用测试卡测试，通过比色，符合细菌性阴道病特征，则可基本确诊为细菌性阴道病。

推荐

pH 和三甲胺试纸

在药店出售的 pH 和三甲胺试纸可以帮助患者进行自我检测，且可信度很高。这两种试纸在美国应用非常广泛，我们建议患者在自我能判别典型症状后，再使用这两种试纸。有数据显示，pH 试纸诊断的准确率为 89%，三甲胺试纸诊断的准确率为 93%。