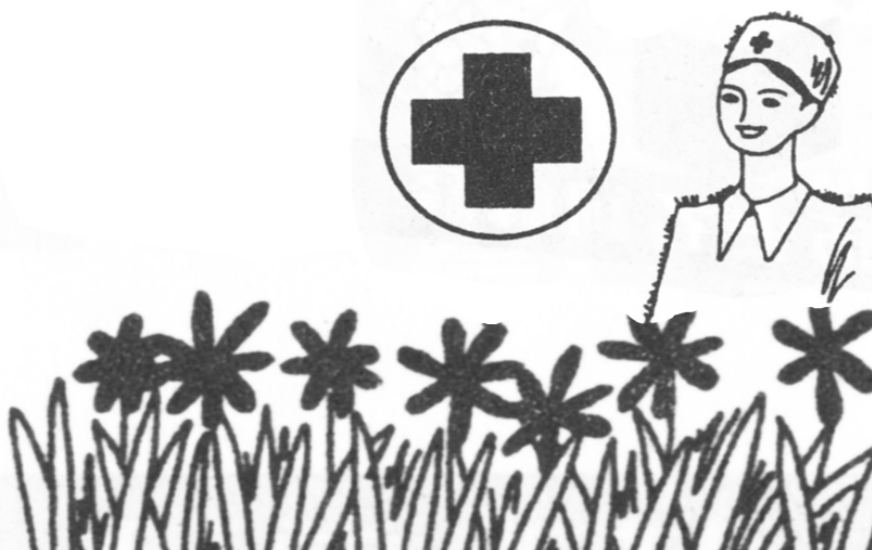


# 常见疾病防治手册

(五)

中卫 编著



# 目 录

妇女疾病的防治 .....	1
妇女常见疾病的症状.....	1
女性生理与疾病的特点.....	1
闭经.....	2
白带异常.....	3
痛经.....	4
功能失调性子宫出血.....	7
阴道出血.....	7
下腹痛.....	8
外阴与阴道疾病.....	12
外阴炎.....	12
外阴瘙痒.....	13
前庭大腺炎.....	14
阴道炎症.....	15
子宫疾病.....	17
子宫颈炎.....	17
子宫内膜异位症.....	17
盆腔炎.....	20
子宫肌瘤.....	22
子宫颈癌.....	23
卵巢肿瘤.....	24
子宫脱垂.....	26
女性乳房疾病.....	28
急性乳腺炎.....	28
乳房癌.....	29
乳腺小叶增生病.....	30

乳房纤维腺瘤 .....	31
妊娠疾病 .....	33
妊娠剧吐 .....	33
妊娠中毒症 .....	36
异位妊娠 .....	37
妊娠高血压综合征 .....	38
心脏病合并妊娠 .....	39
肾炎合并妊娠 .....	40
肝炎合并妊娠 .....	41
贫血合并妊娠 .....	41
肺结核合并妊娠 .....	42
糖尿病合并妊娠 .....	43
甲亢合并妊娠 .....	43
产褥疾病 .....	44
流产 .....	44
早产 .....	46
胎膜早破 .....	47
产后出血 .....	48
产褥中暑 .....	48
产褥感染 .....	49
老年疾病的防治 .....	50
老年常见疾病 .....	50
老年人疾病的特点 .....	50
更年期综合征 .....	52
老年性抑郁症 .....	56
老年人眩晕 .....	57
老年性痴呆 .....	59
老年性瘫痪 .....	61

鳞状细胞癌.....	62
老年心血管疾病.....	63
高脂血症.....	63
老年高血压病.....	65
脑动脉硬化性精神病.....	68
冠心病.....	69
老年脑血管疾病.....	76
帕金森氏病.....	76
短暂性脑缺血发作.....	78
脑梗塞.....	79
脑出血.....	81
蛛网膜下腔出血.....	82
老年肺气管疾病.....	84
老年支气管炎.....	84
肺气肿.....	86
老年肺心病.....	90
老年骨关节疾病.....	92
骨软化症.....	92
骨质疏松症.....	92
老年人骨折.....	96
肩周炎.....	97
颈椎病.....	98
护理用药的基本方式.....	103
护理技术.....	103
观察病情.....	103
脉搏检查.....	107
呼吸检查.....	108
血压检查.....	109

收集送验标本.....	111
传染病的隔离.....	113
传染病的消毒.....	114
换药.....	116
静脉输液法.....	117
氧气吸入疗法.....	120
灌肠法.....	121
导尿.....	123
鼻饲.....	124
疾病护理.....	126
呕吐的护理.....	126
便秘的护理.....	127
皮肤护理.....	128
口腔护理.....	129
褥疮护理.....	131
头发护理.....	133
高热护理.....	134
卧床病人的护理.....	137
手术前后的护理.....	140
手术前护理.....	140
手术后护理.....	141
临终病人的护理.....	142
饮食护理.....	143
基本饮食.....	143
治疗饮食.....	144
其他护理.....	147
家庭病室.....	147
清洁.....	147

消毒 .....	148
灭菌 .....	149
病室环境 .....	153
病室布置 .....	155
家庭用药 .....	156
处方制度 .....	156
服用药物时间 .....	157
煎服中药 .....	158
处方药与非处方药 .....	159
药品的贮存和保管 .....	159
家庭小药箱常备用品 .....	164
类别药物或用品 .....	164
药品识别 .....	164
药品的性状检查 .....	167

## 妇女疾病的防治

### 妇女常见疾病的症状

#### 女性生理与疾病的特点

女性因其本身的生理特点如月经、妊娠、分娩、哺乳等，可引起一系列与男性不同的疾病。女子一生各个时期的特点：

1、新生儿期：出生后4周内称为新生儿期。女性胎儿在母体内因受胎盘性激素的影响，子宫及乳房有一定程度的发育，乳房略隆起，甚至有少量乳汁分泌；出生后，体内性激素迅速下降，可引起阴道少量出血，均属生理现象，数日后可消失。

2、幼年期：幼年期是从出生4周后至12岁左右的阶段。10岁以前，生长发育快，但生殖器官仍处在幼稚状态。10岁以后，女性特征开始出现，如骨盆变宽大，皮下脂肪增多，子宫和乳房开始发育，此期如不注意卫生，易患幼女性阴道炎。

3、青春期：青春期是从月经来潮至生殖器官发育成熟的阶段。13—18岁之间主要表现为生殖器的发育，从幼稚型变为成人型，这种变化称为第一性征。第二性征是指生殖器以外女性特有的征象，如音调变高，乳房丰满隆起，腋毛和阴毛出现，皮下脂肪积聚于肩、胸、臀

部，骨盆呈现女性型等。月经来潮是青春期的重要标志。此期因生理变化大，心理状态和思想情绪常不稳定。功能失调性子宫出血为此期最常见的疾病。

4、性成熟期：即生育期，从 18 岁开始历时约 30 年，为生殖机能及内分泌机能最旺盛时期，表现为周期性排卵、行经和生育力强。几乎所有的女性疾病都可在此期发生。

5、更年期：即绝经期。为妇女从生殖功能旺盛的状态向老年衰老过渡的时期。开始于 40 岁历时 10-20 年。主要表现为卵巢功能减退，逐渐失去周期性排卵的能力，直至不再排卵，最后绝经。绝经后卵巢内分泌功能逐渐消失，生殖器官萎缩。在更年期內，一般不发生特殊症状，仅有少数妇女不能适应而发生植物神经功能紊乱，出现一系列症状。更年期综合症为此期最常见的疾病。

6、老年期：妇女 60 岁以后称为老年期。全身出现衰老现象，此时血液中脂蛋白和胆固醇含量增高而导致血压升高、血运受阻，肌肉和结缔组织萎缩、张力降低。脂肪沉着，趋向肥胖。骨代谢障碍，骨质疏松，易发生骨折。老年性阴道炎，子宫内膜癌等为此期最常见的疾病。

## 闭经

闭经可分生理性闭经和病理性闭经。生理性闭经是指青春期前、妊娠期、产后哺乳期和绝经期无月经。病理性闭经又可分为原发性和继发性两种，原发性是指妇女年满 18 岁或第二性征发育成熟 2 年以上仍无月经来潮者；继发性是指妇女曾有过规则月经，后因某种病因而

停经 6 个月以上者。

此外，因处女膜无孔、宫颈粘连等生殖道闭锁引起的闭经者，为假性闭经。引起病理性闭经的主要原因有：

- 丘脑下部闭经：最常见，如精神过度紧张、恐惧、环境改变等以及慢性消耗性疾病、营养不良症、长期服用避孕药、多囊卵巢综合征、闭经溢乳综合征等。

- 子宫性闭经：见于先天性无子宫、子宫发育不良、子宫内膜损伤或粘连子宫切除。

- 卵巢性闭经：见于先天性无卵巢或卵巢发育不良、卵巢功能早衰、卵巢切除或组织损伤、卵巢功能性肿瘤等。

- 垂体性闭经：见于垂体损伤、垂体肿瘤等疾病。

此外，甲状腺、肾上腺功能亢进或不足、肾上腺皮质肿瘤等也可引起病理性闭经。

首先应明确病因，针对病因积极治疗。在医生的指导下采用内分泌药物治疗，如小剂量雌激素周期治疗、人工周期疗法、甲状腺素片等。

青春期初潮后 2 年内闭经者应注意营养和锻炼身体以增强体质，等待下丘脑—垂体—卵巢轴逐渐成熟，大多数能恢复正常；如口服避孕药引起的闭经者，停药 6 个月后多数恢复；因精神刺激或环境改变引起闭经，当刺激消除环境适应后也能自愈。

## 白带异常

所谓白带，即阴道排液，就是由阴道粘膜渗出物、宫颈腺体及子宫内膜分泌物混合而成，内含阴道上皮脱落细胞、白细胞和一些非致病性细菌。正常情况下，阴

道排液的质与量随月经周期而变。月经净后，阴道排液量少、色白，呈糊状。在月经中期卵巢即将排卵时，由于宫颈腺体分泌旺盛，白带增多，透明，微粘似蛋清样。排卵 2-3 天后，阴道排液变混浊，粘稠而量少。行经前后，因盆腔充血，阴道粘膜渗出物增加，白带往往增多。

白带异常是指白带的色、质、量发生异常改变。引起异常白带原因很多，不同疾病引起的白带异常也不同，因此根据白带可以区分一些疾病。

1. 无色透明粘液性白带：外观与排卵期前的正常白带相似，只是量多而已，常见于应用雌激素药物后。

2. 脓性白带：色黄或黄绿，如脓样，有臭味。由感染造成，常见于幼女阴道炎、老年性阴道炎、滴虫性阴道炎、慢性宫颈炎、子宫内膜炎等。

3. 脓血样白带：为阿米巴性阴道炎的特征。

4. 豆腐渣样白带：为霉菌性阴道炎的特征。

5. 黄水样白带：常见于粘膜下子宫肌瘤、子宫颈癌、子宫体癌、输卵管癌等。多由于病变组织坏死所致。

6. 血性白带：白带如染血，应警惕宫颈癌、宫体癌等恶性肿瘤。不过，老年性阴道炎、宫颈息肉、重度慢性宫颈炎、宫内节育器、粘膜下子宫肌瘤等良性病变亦可有此症状。

## 痛经

痛经是指在经期前后或行经期出现下腹疼痛或其它不适，影响工作及生活者。可分为原发性痛经和继发性痛经。原发性痛经不伴有器质性病变，常见于初潮后 6-12 个月。继发性痛经是由生殖器官器质性病变引起的。

痛经可能与子宫过度收缩，子宫缺血、缺氧的因素有关。主要表现为下腹疼痛，一般于经前数小时开始，月经来潮第一天最剧烈，呈阵发性绞痛，持续时间长短不一，多于2-3天后自行缓解，重者疼痛可放射至外阴、肛门、腰骶部，且伴恶心、呕吐、头晕、尿频、腹泻、四肢发冷、面色苍白等全身症状。

疼痛发作期间，应卧床休息，下腹可放热水袋，酌情服用镇痛、解痉药。也可用氟芬那酸或甲灭酸等前列腺素合成抑制剂。继发性痛经在去除病因后可缓解。

#### 实用家庭疗法：消除痛经的13种方法

女性的子宫内膜，每个月会产生前列腺素，此化学物质在月经期间，帮助子宫肌肉收缩，并促进组织及血液排出。高的前列腺素浓度将造成子宫肌肉紧缩或痉挛。并非每个女性都会发生经痛。假使你有此问题，下列方法可能提供一些缓和作用。

饮食均衡。太多女性省略正餐，而吃过量的甜食及碱食。虽然健康的饮食无法消除经痛，但对改善全身的健康状况却有神奇功效。避免过甜或过碱的垃圾食物，它们会使你胀气及行动迟缓，多吃蔬菜、水果、鸡肉、鱼肉，并尽量少量多餐。

服用维生素。每天摄取适量的维生素及矿物质之后，可较少发生经痛。建议服用综合维生素及矿物质，最好是含钙且剂量低者，你一天可服用数次(饭后)。

补充矿物质。钙、钾及镁等矿物质，也能帮助缓解经痛。服用钙质的女性，较未服用者还少经痛。镁也很重要，因为它帮助身体有效率地吸收钙。不妨在月经前夕及期间，增加钙及镁的摄取量。

避免咖啡因。咖啡、茶、可乐、巧克力中所含的

咖啡因，使你神经紧张，可能促成月经期间的不适。因此，应避免咖啡因。此外，咖啡所含的油脂也可能刺激小肠。

禁酒。假使你在月经期间容易出现水肿，则酒精将加重此问题。勿喝酒。如果你非喝不可，则限制在 1~2 杯淡酒之间。

勿使用利尿剂。利尿剂会将重要的矿物质，连同水分排出体外，减少摄取盐及酒精等会使水分滞留体内的物质。

保持温暖。保持身体暖和将加速血液循环，并松弛你的肌肉，尤其是痉挛及充血的骨盆部位。多喝热的药草茶或热柠檬汁。也可在腹部放置热敷垫或热水瓶，一次数分钟。

泡矿物澡。在温水缸里加入 1 杯海盐及 1 杯碳酸氢钠。泡 20 分钟，有助于松弛肌肉及缓和经痛。

作运动。尤其在月经来潮前夕，走路或从事其他适度的运动，将使你在月经期间较舒服。

练习瑜伽操。瑜伽也有缓和的作用。举例如下。弯膝跪下，坐在脚跟上。前额贴地，双臂靠着身体两侧伸直。保持这姿势，直到感到不舒服为止。

做爱。性交的高潮对缓解经痛很有帮助。激烈的肌肉活动，能将血液及其他体液带离子宫。

服用止痛药。如阿司匹灵可缓解经痛，能抑制前列腺素的作用。当经痛开始时，和些许牛奶或食物一起服用(1 片)，以免伤胃，并持续服用到经痛消失。

指压法。足部含有一些指压点，被认为与骨盆部位的气路相连。在脚踝双边的凹陷处，皆有指压点。轻轻地用拇指与其他指尖捏后，延着阿奇利斯腱而上，直

至小腿肌。右脚作完，换左脚各指压数分钟。

## 功能失调性子宫出血

功能失调性子宫出血简称功血，是由于神经内分泌系统功能失调而引起的月经紊乱和异常出血，但内外生殖器无明显器质性病变。

常见的是无排卵型功血，多发于青春期及更年期，表现为不规则子宫出血。月经周期紊乱，经期长短不一，经量时多时少。有时可有短期停经，然后发生较长时间多量出血，可持续 2—3 周或更长时间，不易自止。如出血量多或持续时间长，可出现贫血。妇科检查时正常。

有排卵型功血则较少见，多发于生育年龄，尤其在流产、足月产后更易发生。卵巢有排卵，但黄体功能异常，此类功血可分为黄体功能不全和子宫内膜脱落不全两类。黄体功能不全主要表现为月经周期缩短、月经频发，患者不易受孕或受孕后易发生流产。而子宫内膜脱落不全主要表现为月经周期正常，但经期延长，可达 9-10 天，出血量较多。妇科检查时正常。

在治疗上，无排卵型功血以止血、调整周期为主，促使卵巢恢复排卵；而更年期出现功血者止血后，应以调经减少出血为主。有排卵型功血应促使其黄体功能恢复。出血期应避免过劳或精神紧张，流血时间长时须预防感染。

## 阴道出血

阴道出血为多数妇科疾病的症状，引起阴道出血的

原因主要有：

- 卵巢内分泌功能失调：较为多见。
- 炎症：如外阴溃疡、尿道肉阜、阴道炎、宫颈炎、宫颈息肉和子宫内膜炎。
- 肿瘤：子宫肌瘤是引起阴道出血的唯一良性肿瘤，其它均为恶性肿瘤。
- 妊娠：如流产、宫外孕、葡萄胎、产后胎盘部分滞留、胎盘息肉和子宫复旧不全。
- 损伤、异物、药物、生殖道创伤：如外阴阴道骑跨伤、性交所致处女膜或阴道损伤。
- 放置节育器、使用雌孕激素、避孕药不当。

此外，血小板减少性紫癜、再生障碍性贫血、白血病、肝功能损伤均可引起阴道出血。

治疗上，根据不同的病因进行治疗，治疗措施可见有关疾病的防治。

## 下腹痛

下腹痛多因妇科病所引起。下腹痛的起病、部位、性质、时间及伴发症状因病因不同而各异。

内生殖器炎症或恶性肿瘤所引起的下腹痛起病缓慢，且逐渐加剧；卵巢囊肿蒂扭转或囊肿破裂引起的下腹痛则起病急骤；输卵管妊娠破裂或流产时，下腹部可反复隐痛，且伴阵发性剧痛。

下腹正中部出现的疼痛多为子宫性疼痛；一侧下腹痛则为该侧子宫附件病变，如卵巢肿瘤蒂扭转等；双侧下腹痛多见于子宫附件炎性病变；整个下腹，甚至全腹疼痛可见于卵巢囊肿破裂、输卵管妊娠破裂或盆腔腹膜

炎时。

炎症或腹腔内积液多为持续性顿痛；晚期癌症为难以忍受的顽固性疼痛；子宫或输卵管等空腔脏器收缩则为阵发性绞痛；输卵管或卵巢肿瘤破裂可引起撕裂性锐痛；子宫收缩，特别是宫腔内有积血或积脓不能排出时，常导致下腹坠痛。

如在月经中期出现一侧下腹隐痛，多为排卵性疼痛；经期腹痛者，为原发性痛经或子宫内膜异位症；周期性疼痛无月经来潮多为经血受阻所致，见于先天性生殖道畸形或术后宫腔、宫颈粘连等。

腹腔内出血时，腹痛可放射至肩部；宫颈、子宫病变时多放射至腰骶部；如放射至腹股沟及大腿内侧，则为该侧子宫附件病变所致。

腹痛伴有停经史者，多为妊娠合并症；伴恶心、呕吐者有卵巢囊肿扭转的可能；伴有畏寒、发热者常为盆腔炎症；伴有休克症状者则为腹腔内出血；出现肛门坠胀者一般为子宫直肠陷凹有积液；伴有恶病质者为晚期癌症的表现。

治疗上可见有关疾病的防治，根据不同的病因进行治疗。

#### 实用家庭疗法：经前症侯群的 24 种疗法

在每次月经来潮的前两周，体内的动情激素及黄体激素开始聚积增多。这两种调节月经周期及影响女性中枢神经系统的女性荷尔蒙，通常是密切地配合着。只有当其中一种的反应超过另一种时，才会引起麻烦。有些女性可能动情激素浓度窜升，使她感到焦虑及烦躁。若是黄体激素占优势，她将感到沮丧及疲倦。这种情况可能在你体内肆虐数天。你可能感到腹胀及体重上升、头

痛、背痛、长粉刺、过敏或乳房胀痛等所有或部分症状。你的情绪可能多变，时喜时忧。然后，这种情况突然消弭，你的心情恢复平静了，月经总算来了。下面是专家提供的一些对策。

勿杞人忧天。乐观、自信的态度可帮助你应付，在每次月经来潮前，不妨放松心情地告诉自己：我的身体健康，且我体内的动情激素及黄体激素平衡正常，我可以轻松地应付情绪焦虑及紧张。

少量多餐。采用低糖饮食，少量多餐，以帮助维持生理与心理的平衡。

避免甜食。远离低营养的食物，例如汽水及甜食。耽溺于甜食只会使情况更糟，促使你焦虑及情绪不稳。不妨吃些新鲜水果取代。

减少乳品。乳品中的乳糖会阻碍体内吸收镁，这矿物质帮助调节动情激素的浓度，并促进其分泌。一天勿超过 1~2 份乳品。

避免动物脂肪。以多元不饱和脂肪(例如玉米油)取代动物性脂肪(例如奶油)。动物性脂肪会提高动情激素的量。

限制盐的用量。在月经来临的前 7~10 天，采取低钠饮食，以防止水分滞留体内。这表示应避免上餐馆、加工食品及罐头食品。

多吃纤维。纤维帮助体内清除过量的动情激素。多吃蔬菜、豆类、全麦、荞麦、以及大麦。

避免咖啡因。咖啡因会促进乳房肿痛、焦虑及烦躁。应节制咖啡、茶、巧克力等含咖啡因食物的用量。

节制酒量。酒精将加重情绪低潮，酒也会使头痛及疲劳更严重，并引发吃甜食的冲动。

拒用利尿剂。许多患者经常利用利尿剂以暂时缓解腹胀。但部分利尿剂会导致重要的矿物质流失。

作点运动。适度的运动可促进血液循环、放松肌肉、及抵制水分滞留。再者，运动促进大脑制造脑内啡，这是使你全身舒畅。在新鲜的空气中走快步、游泳、慢跑、舞蹈等，都是不错的运动，重要的是每天都得作。若欲达最佳效果，可在月经来潮之前的 1~2 周，增加运动量。

缓和环境气氛。有的女性似乎对环境的压力特别敏感。不妨布置一个色泽柔和且伴有轻音乐的环境，使你较平心静气。

深呼吸。在无意识中所作的浅呼吸，可能使你较没体力，且使你感到紧绷。不妨练习缓慢地深呼吸。

泡矿物澡。在温水中加入 1 杯海盐及 1 杯碳酸氢钠。泡 20 分钟，使你放松全身的肌肉。

做爱。性高潮可缓解经常伴随月经而来的肌肉痛及血液循环不顺，这种刺激有助于清除充血器官内的血液及其他体液。

遵循进度表。安排好每天的进度及工作目标，勿使自己负荷量过大。若需要主持会议，不妨将它延期至你感觉较能胜任的时候。

服用营养补充品。下列营养补充品可能有助于缓解月经症状：维生素 B6：有助于缓解情绪不定、水分滞留、乳房胀痛、想吃甜食、及疲劳等症状。然而，B6 在高剂量时有毒，使用前需先经医师的指示。事实上，任何维生素疗法，包括下面各项，都需经医师指示。

维生素 A 及 D：这两种维生素分工合作，以改善皮肤的健康。由于它们对皮肤的重要性，它们或许有助于