

面对这些症状切勿大意 警惕妇科炎症找上门

▲ 鱼台县人民医院 王艳丹

私处瘙痒、白带异常、腰部坠痛等症状在女性中可能会时不时地出现，这些症状可能表明患者可能患有妇科炎症。妇科炎症通常由细菌、真菌、寄生虫或病毒感染引起，也可以由性传播感染引发，如性病。除了瘙痒、白带异常和腰部不适外，还可能伴随其他症状，如排尿疼痛、性交疼痛和下腹部疼痛等。常见妇科炎症类型如下。

阴道炎

阴道炎是女性阴道内的炎症或感染，通常由细菌、真菌、寄生虫或病毒引起。阴道炎患者通常会感到阴道内或外部出现瘙痒或刺痛感。白带可能会增多、变得浑浊、黄绿色或有异味。可能会引起尿频或排尿疼痛，可能出现灼痛、灼热感或疼痛，尤其是在尿道口、阴道或会阴部位。性交时可能导致疼痛，严重的阴道感染有时会伴随发热。

如果阴道炎由细菌感染引起，通常会使用口服或局部使用抗菌药物来治疗感染。对于念珠菌性阴道炎，通常使用抗真菌药物，如克霉唑或氟康唑来治疗。

如果阴道炎由病毒感染引起，可能需要使用抗病毒药物进行治疗，具体药物取决于病因。维护良好的个人卫生是防止阴道炎的关键，使用温和的清洁剂，避免香皂或沐浴露直接接触阴道内部。避免使用可能引起过敏或刺激的物质，如香皂、润滑剂、避孕套上的润滑剂或避孕海绵。在感染未经治疗的情况下，避免性行为以减少传播感染的风险。定期的妇科检查可以帮助早期识别和治疗阴道炎。

宫颈炎

宫颈炎是指子宫颈部位的炎症或感染。宫颈炎患者通常会出现阴道分泌物增多且呈黏液性、阴道瘙痒灼热、性交后出血、尿急、

尿频、尿痛等症状一些患者可能会感到下腹部不适或腹痛。

如果宫颈炎是由细菌感染引起的，通常会使用口服或局部使用抗菌药物来治疗感染。如果宫颈炎由病毒感染引起，可能需要使用抗病毒药物进行治疗，具体药物取决于病因。如果宫颈炎是由人乳头瘤病毒引起的宫颈疣，可采用冷冻疗法、外科手术、激光治疗或药物治疗来去除疣状生长。维护良好的个人卫生、避免性行为中的高风险行为以及接种 HPV 疫苗可以帮助预防宫颈炎。

盆腔炎

盆腔炎是一种严重的妇科感染，通常涉及子宫、输卵管、卵巢和盆腔内其他器官。盆腔炎的最常见症状是下腹痛或腰部疼痛，疼痛可以是钝痛或剧痛，通常会持续。盆腔炎可能导致发热，体温升高。白带可能会增

多、变得浑浊、黄绿色或有异味。在一些情况下，盆腔炎可能伴随恶心和呕吐。月经周期可能会受到影响，出现不规则的月经。

盆腔炎是一种需要紧急治疗的疾病，通常需要住院治疗。主要的治疗方法是使用广谱抗菌药物来消除感染。通常会静脉注射抗菌药物，然后可能会切换到口服抗菌药物。对于疼痛症状，医生可能会建议服用止痛药或提供其他疼痛缓解方法。在某些情况下，可能需要手术来引导脓液排出或处理严重感染。患者通常需要休息，遵医嘱，直到感染完全清除。康复期间应避免性行为，以免感染复发。如果盆腔炎是由性传播感染引起的，患者的性伴侣可能需要接受治疗，以防止再次传播。

妇科炎症通常需要通过医生的评估和诊断来确认，并接受适当的治疗，可能包括抗菌药物、抗真菌药物、抗病毒药物等，以消除感染或炎症，并预防潜在的并发症。

妇科超声小秘密 了解常识不尴尬

▲ 广东省东莞市长安医院 张苑玉

妇科超声检查是一项常见的医学检查，用于评估女性的生殖系统健康。虽然这个话题可能会让一些人感到不安或尴尬，但了解妇科超声的一些小秘密可以帮助您更好地理解这一过程，并消除不必要的担忧。

妇科超声是无痛无创的

妇科超声检查是一项无痛无创的检查。它不需要任何针头、切口或注射，因此不会引起疼痛或不适。在检查中，超声医生会将一个称为超声探头的小器械轻轻放入阴道（称为阴道超声）或将它放在腹部（称为腹部超声）。这个探头发出无害的超声波，用来创建内部器官的图像。

妇科超声用途广泛

妇科超声检查是一项多功能的医学检查，其用途远不止于妇科问题的诊断。

妊娠期间的胎儿监测 妇科超声在孕妇的产前监测中发挥着至关重要的作用。通过定期的超声检查，医生可以评估胎儿的成长和发育情况，检查胎儿器官的健康，确保妊娠进展正常。这有助于及早发现潜在问题，并采取必要的措施来保护母婴健康。

评估子宫、卵巢和输卵管的健康 妇科超声检查可用于评估女性生殖系统的各个方面。它可以帮助医生检查子宫的形状和大小，评估卵巢的健康，以及检查输卵管是否通畅。这对于诊断多种妇科问题，如多囊卵巢综合症、子宫肌瘤或卵巢囊肿等至关重要。

检测卵巢囊肿、肿瘤或其他异常 妇科超声可以用于检测卵巢和子宫颈区域的囊肿、肿瘤或其他异常。通过超声图像，医生可以确定这些异常的位置、大小和性质，有助于制定进一步的治疗计划。

评估不规则月经周期或异常出血 对于女性来说，月经周期的不规则或异常出血可能是一个严重的健康问题的迹象。妇科超声可以用于帮助医生了解出血的原因，是否与子宫内膜异位症、子宫肌瘤或其他疾病有关。这有助于制定适当的治疗方案。

寻找宫内节育器的位置 对于使用宫内节育器（IUD）的女性，确保它的正确位置

至关重要。妇科超声可以帮助医生检查 IUD 是否仍然位于子宫内，以防止意外妊娠或其他并发症的发生。

检查盆腔疼痛的原因 妇科超声也可用于评估盆腔疼痛的原因。通过查看盆腔器官的图像，医生可以寻找可能导致疼痛的根本问题，如卵巢囊肿、子宫肌瘤、感染或其他异常。

预约和准备事项

在接受妇科超声检查之前，有一些重要的预约和准备事项需要考虑。

预约妇科超声检查 临床医生开好申请单后，非急诊状况时您需要到超声科导诊台预约妇科超声检查。通常可以通过现场或网上预约系统安排检查时间。在预约时，您可以提出任何疑虑或问题，并获取有关检查的详细信息。

喝水以填充膀胱 对于腹部超声检查，通常建议在检查前饮用一些水。这有助于填充膀胱，将其推离盆腔，以便更清晰地观察子宫和卵巢。医生或医院工作人员会告诉您需要喝多少水和在什么时间进行这一步骤。但如果临床医生申请的是经阴道超声检查，则不需要喝水憋尿，反而检查前需要排空小便。

遵循饮食和药物停用指示 在进行妇科超声检查之前，可能会被要求遵循特定的饮食或药物停用指示。这些指示可能包括：避免进食大量食物，尤其是高纤维或气泡的食物，以防止肠胃气体干扰检查；停止服用某些药物，尤其是那些可能干扰超声图像质量的药物。您应该在医生的建议下停药，并按照指示进行。

如果您患有糖尿病或其他慢性疾病，医生可能会提供特殊的饮食和药物管理建议，以确保检查的准确性。

带上必要的文件和医疗记录 在前往医院或诊所时，请务必携带医疗保险卡、身份证明和任何与您的妇科健康相关的医疗记录。

总之，妇科超声检查是一项重要的医学工具，用于确保女性的生殖系统健康。了解这些小秘密可以帮助您更好地准备和理解这一过程，同时减少不必要的担忧和尴尬。

生产方式怎么选 产后护理怎么办

▲ 深圳市南山区妇幼保健院 杨娟娟

孕期是一段充满期待的时光，但孕妇们也常常关心分娩方式的选择以及分娩后的护理。产后的护理和孕妈们需要注意的事项有如下几点。

顺产和剖宫产

顺产和剖宫产是两种不同的分娩方式，各自具有独特的特点和适用情况：

顺产也称为自然分娩，顺产是自然分娩的过程，它通过阴道将婴儿从母体推出。这是女性身体天然的生育方式，通常在没有明显并发症的情况下是首选的分娩方式。主要优点是自然、生理和对母婴风险较低。妈妈通常能够更快地恢复正常活动，与新生儿建立更紧密的联系，且不需要面对手术的风险。尽管顺产是自然的，但它也可能伴随着疼痛和不适。分娩过程中的宫缩和压力会导致疼痛，但这些感觉通常会随着分娩的进行而减轻。

剖宫产是指手术分娩，剖宫产是通过腹部手术将婴儿从子宫中取出的方式。这种方法通常在以下情况下采用：母婴存在严重健康风险、胎位异常、胎儿窘迫、先前剖宫产史等。剖宫产的主要优点是可以更短时间结束分娩，减少某些风险，如前置胎盘、胎盘早剥等。它也适用于那些无法通过自然分娩的情况。剖宫产是一种外科手术，因此需要更长的康复时间。切口愈合需要特别关注，妈妈可能会感到更多的疼痛和不适，需要更多的护理和休息，剖宫产比自然分娩后再次分娩并发症多。

顺产和剖宫产是两种不同的分娩方式，选择取决于母婴的具体情况和医生的建议。无论哪种方式，产后的护理和康复都至关重要，以确保母婴的健康和安全。

产后护理

产后护理对于新妈妈和新生儿的健康和幸福至关重要，无论是经历了顺产还是

剖宫产。以下是一些产后护理的关键方面：

休息和康复 新妈妈需要足够的休息时间，以帮助身体恢复。产后，身体经历了巨大的变化，不论是子宫的复原、阴道的愈合，还是腹部肌肉的恢复，都需要时间。剖宫产的妈妈可能需要更长的康复时间，因为手术会对腹部肌肉产生额外的压力。休息不仅有助于身体康复，还可以减轻产后的疲劳感。

疼痛管理 分娩后的疼痛是常见的，但医生会为产妇提供适当的疼痛管理方法，以确保她们能够在舒适的状态下照顾新生儿。这可以包括药物治疗或其他疼痛缓解技巧。母乳喂养的妈妈在选择药物时需要咨询医生，以确保药物对婴儿安全。

产褥期护理 产褥期是指分娩后的恢复期，无论是顺产还是剖宫产，产妇都需要特别关注自己的产褥期护理。这包括保持伤口或会阴切口的清洁，定期更换卫生护垫，并密切注意任何异常的出血或感染症状。定期的产后检查非常重要，以确保伤口正常愈合。

喂养和营养 如果选择母乳喂养，妈妈需要确保自己获得足够的营养，并遵循医生或护士的建议。合理的饮食对母乳的质量至关重要。母乳喂养有助于建立母子之间的亲密联系，同时也提供了新生儿所需的营养和免疫保护。

孕妈们要注意，分娩后，许多女性经历情绪上的波动，这是正常的生理和心理反应。然而，如果持续感到沮丧、焦虑、情绪不稳定或其他情感问题，一定要及时寻求支持和帮助。产后抑郁症是一种常见但可治疗的疾病，不应忽视。与医生、心理医生或支持团体联系，寻求适当的心理健康支持。

总之，顺产和剖宫产都有其适用的情况，产后护理对于母婴的健康和安全非常关键。孕妈们需要根据自己的情况制定适合自己的康复计划，并在产后关注自己的身体和情绪健康。与医疗专业人员合作，确保顺利度过产后康复期。