

留住女人味,正视妇科病

关于“妇科疾病”，你知道多少？

本报记者 刘 臻 通讯员 雷林宸



专家链接:王燕,衡阳市妇幼保健院妇女保健主任医师、湖南省妇女保健专业委员会委员、湖南省宫颈疾病防治专业委员会委员、湖南省妇女盆底功能障碍性疾病防治专业委员会委员、衡阳市围产专业委员会委员兼秘书、衡阳市优生优育与计划生育专业委员会秘书。

专业特点:孕前及孕期优生优育保健、优生遗传咨询、妇科宫颈疾病防治、妇科内分泌疾病、更年期保健、青春期保健。

不少女性可能遇到过这种情况,平时感觉身体挺好的,一检查却查出一堆妇科病,如宫颈糜烂、子宫肌瘤、乳腺增生……一个个听起来特别吓人。其实,女性大可不必自己吓自己,有些情况根本没有想象的那么严重,甚至有些病很多时候根本就不需要治疗,有些疾病却需引起足够的重视。

三八妇女节之际,记者采访了衡阳市妇幼保健院妇女保健主任王燕。对于以上这些情况,听听专家如何说。

青春期,那些让人“痛”不欲生的月经病

青春期如同“花季”般纯真美好,然而烦恼也随之而来。从青春期开始,月经走进了女孩的生活,一般来说,女性的行经年龄在 13 岁左右,即月经开始来潮,到 50 岁左右自行闭止。但不少处在青春期的女孩都存在这位“好朋友”时常不守时,来多或来少,有时还伴有剧烈疼痛等问题。王燕表示,这就是俗称的“月经病”。

较为常见的情况就是,孩子初潮后要么一个月来两次,要么两三个月来一次。这种情况需要就医吗?

王燕表示,这主要是由于孩子的下丘脑—垂体—卵巢轴发育不完善导致的。随

着年龄的增长,大多数女孩在初潮后 1—3 年就能形成规律月经,一般不需要进行特殊治疗。但如果存在长时间阴道流血淋漓不尽或经量过多导致贫血的情况,就需要来院治疗。

另一种常见情况就是痛经。王燕表示,这与多种因素有关,如前列腺素等合成与释放异常、子宫发育不良、内分泌、经期卫生等。只要对生活学习没有造成严重的影响,可不做治疗,通过采取加强下腹部保暖、调整生活作息、经期少食用辛辣、生冷食物,保持心情愉悦等措施进行缓解,必要时可服用止痛药以舒缓疼痛。

然而,还有一些痛经是由于生殖器官

发生了某种疾患,导致“继发性痛经”,这就并不是用一些简单的止痛药物就可以缓解。

在临床上医生经常会问,你的痛经是初潮后就一直有的,还是后来才发生的?有没有越来越加重,也称“进行性加重”,这就是继发性痛经。继发性痛经最常见的原因包括子宫内膜异位症、子宫腺肌病和慢性盆腔痛等,往往在初潮后数年才出现,偶然可伴有月经过多,经期延长和逐渐加重的进行性痛经等症状。这些病变的识别和治疗需要专业妇科医生的指导和帮助。羞于妇检,盲目吃药往往会耽误病情,使疾病不断加重,造成不孕不育、性交疼痛等不适。

“妇科病”并非只是已婚女性的“特权”

妇科病,是育龄期妇女的常见病,其中 40% 的女性存在不同程度的生殖道感染。而在大多数人的观念里,妇科病是已婚女性或有性生活女性的“专利”。一个未婚女孩子如果患有妇科病,会被人用有色眼镜看待。然而,并非所有的妇科病都跟性有关,即使是没有性生活史的少女、幼女,也可能患上妇科病。

对此,王燕向记者讲述了不久前发生在妇科门诊的一个特殊病例。

前不久,王女士在自己 9 岁的女儿妮妮的内裤上发现较多分泌物,且孩子存在外阴瘙痒的症状。于是赶紧带孩子来到了妇科门诊。检查发现,孩子患上的竟是外阴阴道假丝酵母菌病,俗称霉菌性阴道炎。

这么小的孩子为何会患上妇科病?正当大家百思不得其解时,医生问到孩子的内裤是否是单独分开清洗的。这时,王女士恍然大悟。原来,妮妮平日都在学校住宿,孩子的袜子、内裤、外套等经常混在洗衣机一起清洗,这才让妇科病有了可趁

之机。

王燕表示,妇科病,是女性的“特权”,就如同前列腺增生之于男性一般,如影随形,想甩开它,它却缠着你不放。既是“特权”,就不会分年龄,哪怕是幼女,有时候也会被缠上身。

但是生殖系统感染也有“偏好性”。王燕表示多次分娩、人工流产造成生殖道损伤、长期滥用抗生素等人群易感染上生殖道炎症。

那么洗洗真的可以更健康?答案是否定的。王燕表示,临床上存在不少女性自行使用清洗液之后,原来的妇科炎症还没治愈,新的妇科炎症又“趁势而上”的情况。还有一些有洁癖的女性,把阴道当“管道”,生怕不够干净,用洗液冲洗,本来没有妇科炎症,结果越洗越严重。如上所述,一味地听信广告,洗洗未必更健康……

抽丝剥茧找本质。女性清洗外阴及阴道的动机无非是解决外阴瘙痒、异味、白带异常等常见的,令人“尴尬”的症状。

而引发这些症状的妇科炎症有多种,例如外阴阴道假丝酵母菌病、滴虫性阴道炎、细菌性阴道病、宫颈炎等。这都是由于阴道的菌群平衡被打乱引起的骚乱。就像大自然是由多种生物组成的平衡生态系统一样,女性的阴道也可以看做是一个小小的生态系统,生活在这个系统里的是是一些细菌类的微生物,例如乳酸杆菌、专性厌氧菌、需氧菌、假丝酵母菌(霉菌)、支原体等。

当阴道内各种菌群“和平共处”时,生态系统达到平衡,菌群便成为阴道的“卫士”,令阴道拥有清洁自净的功能,妇科炎症很难来“骚扰”女性。一旦阴道内各菌种的平衡被破坏,妇科炎症就产生了,而打破这种平衡的原因之一就是妇科洗液的不规范使用。

因此,王燕建议,洗洗更健康不是盲目的清洗,而是要科学的清洗。每天可以清洗外阴一次,清洗时用的不是洗液,而是温开水;洗澡的时候宜淋浴,避免盆浴。

宫颈糜烂到底是不是病

在不少人的印象中,宫颈糜烂是严重的妇科病,弄不好还会发展成宫颈癌。王燕表示,其实不然,宫颈糜烂,在医学中称“柱状上皮异位”,不是慢性宫颈炎的病理诊断。大部分的宫颈糜烂可能是由于雌激素

水平上升引起的正常生理性改变。但是也有宫颈炎症、子宫颈鳞状上皮内病变、甚至宫颈癌也会表现出宫颈糜烂样改变。

因此,王燕建议发现了宫颈糜烂,不能笼统地说治或不治,医生会结合病史、妇科

检查及 TCT 或 HPV 检测后,如果存在疾病,对病治疗而不是所谓的治疗宫颈糜烂。

为了更好地预防宫颈癌,她建议有性生活的女性保持良好的生活习惯、接种宫颈癌疫苗与定期进行宫颈癌筛查。

40 岁后的你也可以优雅绽放

更年期是女性由生育旺盛的性成熟期过渡到老年期的一段岁月,时间跨度很长,世界卫生组织(WHO)在 1994 年建议使用“围绝经期”。围绝经期是指女性绝经前后的一段时期,包括临床特征上、内分泌及生物学开始出现绝经趋势的迹象(40 岁左右),一直持续到最后一次月经后一年。当进入围绝经期后,女性卵巢功能开始衰退,体内雌孕激素就开始波动下降,当卵巢功能完全丧失,雌孕激素降低到一定水平,就会出现绝经。

因为雌激素缺乏,近期症状主要有 4 种:月经失调、血管舒缩如潮热、盗汗,精神症状如失眠、易怒,衰老症状如皮肤松弛褶皱等;远期症状有 3 种:骨质疏松、心脑血管病如脑卒中、冠心病,泌尿生殖道萎缩如尿急尿痛、阴道炎等。

对此,王燕表示使用绝经激素治疗(MHT)、植物类药物、中药等方式都对改善更年期综合征有较好疗效。其中,MHT 是缓解绝经相关症状有效的治疗方法。通过服用天然雌激素和天然/接近天

然的孕激素,可调节月经周期,减少每天潮热次数,减轻潮热程度,减少盗汗,减轻阴道干燥和性交疼痛,改善精神状况和躯体健康,提高生活质量,增加皮肤的弹性和含水量等;从远期来看,还可起到增加骨密度,减少骨质疏松或骨折的发生,降低血压、调节血脂和血糖,降低心血管疾病的发生风险等效果。

值得提醒的是,采取 MHT 治疗必须由专业的医生来操作,女性切不可自行服用激素进行治疗。