

# 五百位女性七成有妇科炎症

## 泰医附院妇科专家白显玲讲阴道炎、宫颈炎预防

本报泰安3月6日讯(记者 熊正君)“春季气候反复无常,容易滋生各种病菌,宫颈炎、阴道炎等妇科炎症在春季最常见。”3日,第91期“空中诊室”准时开诊,泰山医学院附属医院妇产科专家白显玲接受了健康热线,为读者详细解答了春季妇科疾病的防治问题。

白显玲主任介绍,春天气候反复无常,气温不高不低,最适合病菌繁殖,宫颈炎、阴道炎、盆腔炎、尿道炎等妇科炎症都很容易在春季发生,子宫肌瘤、卵巢囊肿等妇科疾病也更易在这个季节里找女人的麻烦。“这次‘关爱妇女—春风送健康’活动,我们检查了大约500位女性,其中七成都有妇科炎症。而且都反映春季往往出现外阴瘙痒、白带增多、有异味、尿频、尿道灼热

感或排尿困难、腰酸、腹痛及下腹部重坠感等。”白显玲主任说,妇科炎症感染的途径很多,除了气候因素外,还和都市女性压力大,女性自身的卫生保健有关系。若妇科炎症未得到及时控制和及时治疗,炎症发展就会累及女性内生殖器,如子宫、卵巢等,甚至发生癌变,产生肿瘤。

对于这些情况,白显玲主任建议,妇科炎症可以从生活细节上预防。春季应勤换内衣,注意卫生清洁。多喝水,保持均衡饮食,注意锻炼身体。而且要定期体检,做到三早:早发现,早诊断,早治疗。

“空中诊室”栏目为读者和专家提供了一个交流的平台,使患者足不出户即可咨询医疗问题,获得健康知识。

本栏目健康热线每周四9:30-11:00开通,旨在传播健康知识,提高公众认知,力争做百姓身边的健康专家。栏目力求高端与权威,与泰山医学院附属医院合作,围绕群众关心的常见病的预防与诊治,突发公共卫生事件的解读与应对等热点话题,组织医疗专家定期免费进行电话义诊,所有专家都具有副主任医师以上职称。



**白显玲** 泰山医学院附属医院妇产科副主任医师、副教授。从事妇产科临床诊疗工作二十二年,在妇产科常见病、多发病及疑难病例诊治方面积累了丰富的临床经验。尤其是在妇科肿瘤如子宫肌瘤、卵巢肿瘤、宫颈癌、子宫内膜癌等的早期诊断和治疗方面尤为擅长。熟练掌握无痛人流、异位妊娠早期诊治和腹腔镜、宫腔镜微创手术治疗各种妇科疾病,如子宫内膜息肉、子宫肌瘤剔除术、子宫切除术及盆腔淋巴结清扫术等。发表论文十余篇,参编著作4部,在《妇产科学应试向导》中任副主编。参与多项研究课题,其中《头位分娩软件的临床研究》已通过专家鉴定,处于国内领先水平,并获泰安市科技进步二等奖。

坐  
诊  
专  
家

定期妇检 保持卫生 均衡饮食 积极运动

## 妇科炎症预防有讲究

本报记者 熊正君

### 过度清洁也会引发妇科炎症

3日,在“空中诊室”接听现场,肥城市民刘女士反映,2年前她在体检时发现“宫颈糜烂”(即柱状上皮异位)。从那以后她就经常使用各种洗液,有时还吃些消炎药。而最近一次体检发现她的宫颈炎已经是重度,还有严重的阴道炎。

白显玲主任解释,刘女

士的情况很有代表性,很多女性因为过度讲究阴道卫生,也容易患上妇科炎症。因为女性生殖道是一个弱酸性环境,对细菌有抑制作用,而很多冲洗液是碱性的,天天使用无法杀菌,反而中和了生殖道内的酸性,使其抵抗力大大下降,更容易发生感染。因此,对于健康女性而

言,只要经常换洗内裤,用温的清水洗外阴,注意经期及性生活卫生和杜绝婚外性生活就可远离妇科炎症。

还有些女性在非经期还天天使用卫生护垫,因为护垫的透气性差,长期不更换会使局部温度大大增加,给细菌和真菌的生长创造了适宜的条件,并破坏了阴道的

酸碱度,进而引发阴道炎等炎症。

另外,还有一些女性陷入这样的误区,以为没结婚,就不会患妇科疾病。“其实现在在妇科疾病的发病群体越来越年轻化,很多未婚的都市女性由于生活压力大,饮食不均衡,忽视定期健康检查等,都极易患上妇科疾病。

### 相关连接

#### 泰山医学院 附属医院妇产科

开设病床60张。现有教授(主任医师)3人,副教授(副主任医师)5人,医学博士1人,医学硕士2人。擅长治疗各种妇科常见病和多发病,对妇科肿瘤、女性不孕、妇科杂症以及疑难病症有自己的独到见解和治疗方法,诊断准确,治愈率高,恢复快。对难治性滋养细胞疾病、子宫内膜异位症治愈率达100%,中晚期恶性肿瘤患者5年存活率达50%以上。尤其是盆腔淤血症手术治疗方法改良,疗效尤佳,还开展了乙状结肠代阴道术、恶性肿瘤患者的卵巢移位术等高难度手术。

产科建立的围产监护中心实行多床位、全产程监护,以提供胎儿分娩的最佳时机,减少围产期母儿并发症,是泰安市唯一开展全程监护的医院。率先采用国内先进的剖宫产术,手术时间短,出血少,术后恢复快,刀口愈合好。适合阴道分娩的产妇,可在无疼痛情况下娩出健康宝宝。

该科围产期胎儿监护一直处于领先地位,该科主编的《胎心率及其监护》一书,填补了国内空白。《胎心率及其监护》、《妇科手术学》受到学术界的重视。近年来在专业学术杂志发表论文30多篇,完成了省教委、省卫生厅的科研课题2项。

### 预防妇科病要定期妇检

“定期妇检,保持卫生,均衡饮食,积极运动”才能成功预防妇科疾病,定期妇检是女性必不可少的健康“护身符”。白显玲主任说。

白显玲主任表示,很多女性自己感觉没症状,就觉得没必要进行妇检。一般情况下,40岁以下已婚妇女每两年检查一次,40岁以上妇女每年检查一次。现在随着

人们生活方式的改变,女性肿瘤出现明显的年轻化趋势。在已婚女性的妇检中,一半以上的女性有不同程度的妇科炎症,若不及时诊断治疗,很容易发生癌变。通过妇检,能及时发现和治疗,成为女性的一道必不可少的“护身符”。

养成良好的卫生习惯也是春季预防妇科疾病必不可少的方法。女性应不使

用公共场所衣盆、浴池、浴巾等卫生洁具,上厕所前也应该洗手;不滥用不洁卫生纸;换洗内裤并放于通风处晾干;自己的盆具、毛巾自己专用;内裤与袜子不同盆清洗,洗澡宜用淋浴。而且夫妻双方都要养成良好的卫生习惯,特别要注意性器官的清洁。

另外,调整饮食结构,多进食富含维生素的食品。

患病期间尽量少吃牛羊肉及辛辣食品,多吃些蔬菜水果。可以多吃些木瓜、酸奶,酸奶有助于消化,还能有效防止肠道感染,提高人体的免疫功能。木瓜有助于消化人体难吸收的肉类,因而能更有效地预防肠道疾病。而且加强锻炼,加速身体新陈代谢,也能预防妇科疾病的发生。

## 下期预告

3月9日是世界肾脏日,下期“空中诊室”栏目将邀请泰山医学院附属医院肾内科专家坐诊,就肾病的预防提供解答。

下期开诊时间:3月10日上午9:30-11:00

咨询热线:0538-6982100,读者还可提前将咨询发送至专栏邮箱:qlwbxyg@163.com