

细菌性阴道炎的症状与治疗方法探究

□ 董晓玮

在我们的日常生活中,许多看似微小的健康问题常常被忽视,其中之一就是细菌性阴道炎。这种阴道感染常常被视为一种轻微的症状,但实际上,它对女性的健康和日常生活造成了很大的影响。这篇文章将帮助你理解细菌性阴道炎的基本知识,并探讨如何预防和治理这种常见的妇科问题。

细菌性阴道炎,也被称为阴道加德诺菌感染,是一种由多种原因引起的阴道炎症。主要症状包括阴道分泌物增多,且呈现白色或灰色的脓性物质,常常伴有鱼腥味和瘙痒感。

这种疾病通常是由于阴道内的菌群失衡,导致加德诺菌过度生长而引起的。

细菌性阴道炎对女性的影响是多方面的。首先,它可能导致性生活困难,因为过多的分泌物可能会引起不适感。其次,它可能影响妇女的情绪,因为瘙痒和异味可能会引起焦虑和不安。此外,细菌性阴道炎还可能增加其他感染的风险,如淋病和宫颈炎。

那么,如何预防细菌性阴道炎呢?首先,保持阴道区域的清洁是至关重要的。定期更换内衣并使用适当的洗涤剂是非常重要的。

其次,维持健康的性生活,避免使用过度刺激或不必要的润滑剂。再者,维持良好的整体健康,包括均衡的饮食、适度的运动和足够的休息。此外,女性朋友还应该定期进行身体检查和妇科检查,以便及早发现和治理任何潜在的健康问题。

在治疗细菌性阴道炎时,医生通常会开具抗生素药物来杀死加德诺菌。然而,治疗过程中需要注意一些事项。首先,遵循医生的指示是非常重要的,确保按时按量服用药物。其次,治疗通常需要持续一段时间,以确保所有

细菌都被清除。此外,一些女性可能会对抗生素产生抗药性,因此合理使用抗生素非常重要。

总的来说,细菌性阴道炎虽然看似轻微,但它对女性的健康和生活方式造成了很大的影响。通过了解这种疾病的基本知识、预防措施和治理策略,女性朋友可以更好地应对这一常见的妇科问题。记住,健康的生活方式、定期的体检和正确的治疗是预防和治理细菌性阴道炎的关键。让我们一起关注自己的健康,保护我们的身体,远离细菌性阴道炎等潜在的健康问题。

(作者单位:山东省乐陵市人民医院)

高龄产妇的特殊风险与应对策略

□ 冯湘玲

随着社会的发展和女性生育观念的改变,越来越多的女性选择在晚婚晚育的年龄段生育。然而,高龄产妇在孕期和分娩时面临着一系列特殊的生理和心理风险。高龄产妇需要注意避免劳累焦虑,避免过度依赖,注意定期产检。本文详细介绍高龄产妇的特殊风险和应对策略,帮助她们更好地度过孕期和分娩。

一、高龄产妇的特殊风险

高龄产妇是指年龄在35岁及以上的孕妇。随着年龄的增长,孕妇的生殖系统和身体机能逐渐衰退,导致孕期并发症和胎儿畸形的风险增加。因此,高龄产妇需要特别关注孕期保健和应对策略。高龄产妇面临的风险包括胎儿畸形、早产、产褥期并发症、妊娠期糖尿病、妊娠期高血压、产褥期抑郁和焦虑等。

1. 孕期并发症:高龄产妇在孕期更容易出现各种并发症,如妊娠期高血压、妊娠期糖尿病等。这些并发症会影响孕妇和胎儿的健康,甚至导致早产、流产等问题。

2. 胎儿染色体异常:随着女性年龄的增长,胎儿染色体异常的风险逐渐增加。高龄产妇的胎儿更容易出现唐氏综合征等染色体异常问题。

3. 难产和剖宫产风险:高龄产妇的产道和骨盆关节变硬,分娩时可能会出现难产的情况。此外,高龄产妇的剖宫产率也相对较高。

4. 产后抑郁和焦虑:高龄产妇在产后容易出现抑郁和焦虑等心理问题,可能与年龄、生育经验、家庭和社会支持等因素有关。

二、应对策略

高龄产妇面临较高的孕期风险,需要特别关注孕期保健和应对策略。孕妇应了解高龄产妇的风险,采取适当的应对策略,遵循医生建议保障母婴健康。家人和社会应给予高龄孕妇更多的关心和支持,以促进母婴健康。高龄产妇风险应对需要注意孕前咨询,孕产保健营养补充,适当运动与心理支持等。

1. 定期产检:高龄产妇应定期进行产前检查,密切关注自身健康状况和胎儿生长发育情况。医生会根据具体情况给予相应的建议和治疗措施,以降低孕期并发症和胎儿染色体异常的风险。

2. 调整生活方式:高龄产妇应保持良好的生活习惯,包括合理饮食、适量运动、充足休息等。避免吸烟、饮酒、滥用药物等不良行

为,以降低孕期并发症的风险。

3. 心理调适:高龄产妇应保持良好的心态,积极面对孕期和分娩的各种挑战。可以通过心理咨询、冥想、瑜伽等方式缓解压力和焦虑情绪,增强心理承受能力。

4. 寻求社会支持:高龄产妇应积极寻求家庭、朋友、社区等社会支持,分享自己的感受和经历,获得更多的情感支持和帮助。

5. 提前计划分娩方式:高龄产妇应根据自身情况和医生建议,提前计划分娩方式。对于有难产史或剖宫产史的高龄产妇,可以选择剖宫产或阴道分娩等方式分娩。

6. 产后护理:高龄产妇在产后应加强护理,注意个人卫生、饮食营养、休息恢复等方面的问题。同时,保持积极的心态,预防产后抑郁和焦虑等心理问题。

三、结语

高龄产妇在孕期和分娩时面临着一系列特殊的生理和心理风险,需要特别关注和护理。通过定期产检、调整生活方式、心理调适、寻求社会支持、提前计划分娩方式以及产后护理等应对策略,高龄产妇可以降低孕期并发症和胎儿染色体异常的风险,改善母婴健康状况和生活质量。

儿童造血和血液特点探析

□ 于丽丽

儿童是祖国的未来和希望,他们的身体健康成长对于个人和社会具有重要的意义。血液是人体的重要组成部分,包含红细胞、白细胞、血小板和血浆等多种成分。红细胞是血液中最重要成分,负责将氧气输送到身体各个部位,维持人体正常的代谢活动。造血和血液特点是儿童的生长发育过程中重要的生理指标。了解儿童的血液特点和健康保障方法,有助于父母更好地照顾儿童的健康,对于促进儿童身体健康成长具有重要意义。要通过合理的饮食、避免感染、定期检查、避免滥用药物、适当运动、避免吸烟和二手烟以及关注心理健康等措施全面保障儿童的身体健康成长。

一、儿童造血特点

血液是维持人体正常活动的重要物质,对参与功能调节平衡起到重要的作用。儿童造血是儿童时期产生细胞代替衰老与破坏红细胞,血细胞及血小板产生来自造血器官,儿童造血特点是血液中含有更多幼稚细胞在儿童期逐渐成熟取代衰老细胞,儿童骨髓中可分化成多种血细胞,儿童血液中含有更少的

凝血因子导致儿童易于出血。儿童造血系统在不同发育阶段有着不同的特点。儿童的血液检查指标与成人存在一定差异,判断儿童的血液检查结果需要参照儿童的正常参考值。

造血是造血细胞与免疫细胞的起源,可以跨系统分化为各种组织器官的细胞,具有多项分化与归巢潜能。儿童的造血系统在发育过程中呈现出阶段性的特点,胎儿期造血细胞来源于卵黄囊,肝脏、脾脏和淋巴结开始造血,之后逐渐转移到骨髓进行造血。出生后随着年龄的增长,骨髓造血逐渐占据主导地位。儿童造血分为胚胎期和生后,胚胎期包括中胚叶与骨髓造血期,中胚叶造血期从胚胎第三周开始,12-15周消失。骨髓造血期自4个月开始造血,生后包括骨髓与髓外造血。儿童造血总体特点是造血量高,造血活及易受外界影响。

二、儿童血液特点

近年来血液病发病率呈上升趋势,为人们的身心健康带来很大影响。目前人类血液病因尚未明确,已知可能病因包括电离

辐射、免疫功能异常等,很多由于近年来现代工业发展导致内外因素综合引发血液病。血液病是与生物心理及社会因素密切相关的疾病,患者由于疾病特点在生理上承受巨大痛苦,影响生理功能的发挥,严重损害社会功能导致生活质量下降。儿童是处于身体生长发育的关键时期,儿童发生血液疾病严重影响健康成长,预防血液疾病需要了解儿童造血与血液特点,根据实际病情采取有效的防治方法。

(1)血液是流动于血管与心脏中红色不透明粘稠液体,体内血液总量是血浆量与血细胞总和。血液的红色来自红细胞内血红蛋白,儿童血液不同于成人,特点是血小板数量较少导致容易出现出血症状,血液中含有更多的红细胞,儿童血浆中含有更少的蛋白质与凝血因子,有助于儿童伤口愈合。

(2)血液主要功能是输送葡萄糖等营养物质带二氧化碳等废物,血细胞来自多功能干细胞增殖分化变为终末血细胞。儿童骨髓中红白系细胞的比例与成人存在差异。儿童红细胞约为 $7 \times 10^{12}/L$,12岁达到成人水平;血红

蛋白约150-220g/L,出生2-3个月降至100g/L,白细胞约 $150-200 \times 10^9/L$ 。血小板约150-250 $\times 10^9/L$,小儿血容量较多,儿童为8%-10%。

(3)血液是人体中的重要组织,血浆为结缔组织的细胞间质,血浆内含血浆蛋白等各种营养成分及无机盐、细胞代谢产物。血常规指标存在地区年龄性别与体质指数等方面差异,儿童的骨髓组织结构不同于成人。儿童血液总体特点是血液总量较少,红细胞数量较多,白细胞与血红蛋白含量较高。

儿童造血和血液具有不同于成人的特点,家长和医生需要了解这些特点更好地关注儿童的健康状况。儿童造血和血液特点对于儿童的生长发育具有重要意义,造血系统通过不断产生新的血细胞维持身体的正常生理功能,血液特点则反映了儿童的营养状况、免疫力和疾病状况等信息。日常生活中家长应关注孩子的饮食、运动等方面的健康状况,保证孩子摄入足够的营养物质,适当参加户外活动,增强身体素质。家长和医生需要关注儿童的血液检查结果,及时发现和治疗潜在的健康问题。

(作者单位:广西钦州市妇幼保健院)

浅析宫颈病变的筛查与诊断方法

□ 王静

宫颈是女性生殖系统的一部分,它位于阴道的顶端,连接着子宫和外界。宫颈是女性生育和生殖健康的重要部分,但它也是容易受到各种疾病影响的部位。其中,宫颈病变是一种常见的妇科疾病,包括宫颈炎、宫颈糜烂、宫颈癌等。本文将介绍宫颈病变筛查与诊断的重要性,以及如何早发现、早治疗。

一、宫颈病变筛查

宫颈病变筛查是预防和早期发现宫颈病变的重要手段。常用的筛查方法包括妇科检查、细胞学检查和HPV检测等。

1. 妇科检查:医生通过肉眼观察宫颈外观,可以发现一些明显的病变。定期的妇科检查可以及时发现这些病变,并进行相应处理。

2. 细胞学检查:细胞学检查是通过采集子宫颈细胞样品进行检查的方法。通过检查可以帮助判断是否存在宫颈病变。

3. HPV检测:HPV检测是用于检测宫颈是否存在HPV感染。HPV是导致宫颈癌的主要原因之一,因此定期进行HPV检测可以帮助早期发现感染,并采取相应措施。

二、宫颈病变的诊断

一旦发现宫颈病变,就需要进行进一步诊断以确定病变的性质和程度。常用的诊断方法包括阴道镜检查、子宫颈活检和子宫颈管搔刮等。

1. 阴道镜检查:阴道镜检查是一种将宫颈和阴道放大数十倍的仪器,可以帮助医生

观察病变的细节和范围。

2. 子宫颈活检:子宫颈活检是通过取宫颈组织进行病理检查的方法,可以确定病变的组织学类型。

3. 子宫颈管搔刮:子宫颈管搔刮是用于获取更深层次的宫颈组织的方法,可以更全面地了解病变的情况。

三、早发现,早治疗

宫颈病变的筛查和诊断对于预防和早期治疗非常重要。早发现可以避免病情恶化,早治疗可以提高治疗效果和生存率。对于任何可疑的宫颈病变,应及时就医并进行相应的筛查和诊断。

1. 定期筛查:女性应定期进行妇科检查

和宫颈病变筛查,包括细胞学检查和HPV检测。如果有任何可疑症状,应及时就医。

2. 自我观察:女性应了解自己的身体状况,注意观察自己的宫颈是否有异常变化,如分泌物增多、异味、出血等。如有异常,应及时就医。

3. 保持健康的生活方式:保持健康的生活方式,如均衡饮食、适度运动、避免吸烟和饮酒等,可以提高身体免疫力,减少宫颈病变的风险。

总之,宫颈病变的筛查与诊断对于女性的生殖健康至关重要。通过定期筛查、自我观察和保持健康的生活方式,女性可以及早发现并治疗宫颈病变,保护自己的生殖健康。

(作者单位:河北省怀安县医院)