

女生

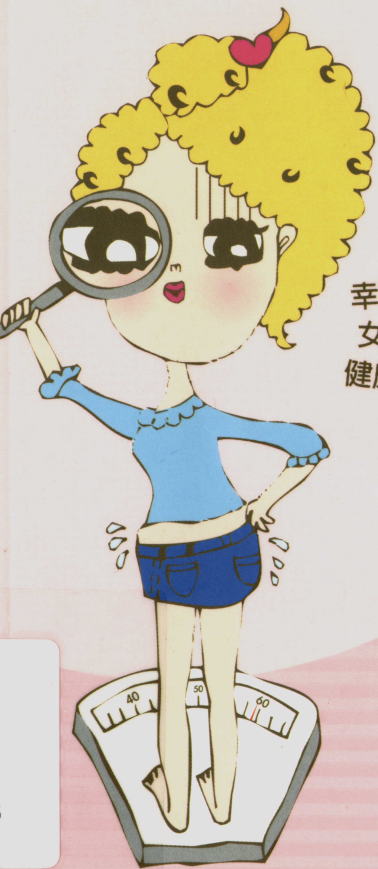
Girl

必備

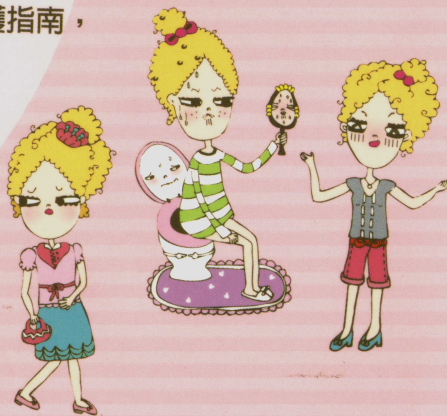
Necessary



健康書



幸福需要健康灌溉，健康仰賴細心呵護，
女性必備生理養護指南，
健康美麗達成！



婦科權威

鄭丞傑 博士





自序·健康是你的權利，保健是你的責任 007

Lesson 1 煩惱一生的婦科疾病 021

- Q1 國中時，曾因月經無法排出體外進行手術，可是不曾聽過別人有同樣的情形，請問這是何種病症？ 022
- Q2 女性胸部通常發育到幾歲？ 024
- Q3 月經來潮前，我常會有深褐色的分泌物，時間經常長達 5 至 10 天，量十分稀少，這種情況正常嗎？ 025
- Q4 我的白帶白中帶點黃綠色，醫師診斷為黴菌感染並開塞劑給我，不會使用怎麼辦？ 026
- Q5 我從未發生性行為，但半年前月經卻突然無故停止，雖然服用醫師開立的催經藥，短暫來過一次後卻又停了。這到底是怎麼回事？ 027
- Q6 月經來臨前，有一段時間胸部會莫名腫脹，距離下次月經時間還很久，現在竟又開始腫脹並併發疼痛。這是何種原因造成的？ 028
- Q7 一般女性的正常生理期是多長？ 029
- Q8 經期結束後總有一些咖啡色的分泌物，彷彿經血沒排乾淨。我曾請教過西醫與中醫，醫師診斷的結果皆為內分泌失調，請問什麼是內分泌失調？ 030
- Q9 有沒有藥物可使月經延遲或提早？ 031
- Q10 手術能否根治生理痛？ 032

- Q11 聽說生理期時吃巧克力之類的甜食可以止痛，但我嘗試幾次之後，發現出現血塊的機率增加，而且經血變得很稠，不知道吃糖止痛是否為正確的方式？ 033
- Q12 何謂巴氏腺囊腫？ 034
- Q13 是不是每個女生的乳頭、乳暈都是小小的呈粉紅色？ 035
- Q14 我還是高中生，最近卻在沐浴時發現胸部有硬塊，難道是罹患乳癌？ 037
- Q15 偶然發現外陰唇長了米粒大的白色點狀物，按下去會感到疼痛，是否陰唇也會長青春痘？ 038
- Q16 查看許多圖片，發現大部分女性的陰唇都呈現粉嫩的顏色，可是我的外陰唇卻黑黑的，這是為什麼？ 039
- Q17 一直都有外陰搔癢的困擾，在家裡還好，若在大庭廣眾之下突然發作，站也站不住，又不方便直接以手搔抓，令我十分困擾，這是什麼原因造成的？ 040
- Q18 陰莖要插入陰道一定要陰道口溼潤，但為何我都須借助潤滑劑？ 041
- Q19 若陰道口較小，陰莖進入時會因此而撐破造成疼痛，此種情況應如何解決？ 042
- Q20 陰道痙攣症是什麼？ 043
- Q21 性行為後，陰部總是會感到隱約搔癢，這是怎麼回事？ 044
- Q22 曾在新聞上看到，有位女孩的陰部罹患蜂窩性組織炎，這不是一種皮膚疾病嗎？ 045

- Q23 為什麼陰部會一直出現搔癢感，而且白帶呈現乳酪狀的白色固體？.....046
- Q24 性交或自慰時，陰蒂常莫名地疼痛，這是什麼引起的？ 047
- Q25 最近與男友做愛時，我的陰道會出血，為什麼？...049
- Q26 腹腔鏡手術會引發子宮沾粘嗎？.....050
- Q27 何謂子宮內沾粘？.....051
- Q28 子宮內沾粘可以醫治嗎？.....052
- Q29 什麼是骨盆腔沾粘？.....053
- Q30 請問避孕藥可以防癌還是致癌？.....054
- Q31 長期裝置避孕器是否會對子宮造成不良影響？.....055
- Q32 正常女性應該在幾歲開始有月經？.....055
- Q33 最近發現白帶中夾雜血絲，經診斷為子宮頸息肉，何謂子宮頸息肉？.....056
- Q34 我曾接受幾次子宮頸息肉切除手術，醫生說息肉的原因不明，唯一的解決方式是手術切除。請問有方法可使息肉不再生長嗎？.....058
- Q35 我的陰道突然出現不正常出血，檢查後發現長了一顆子宮水瘤，請問子宮水瘤是如何形成的？.....060
- Q36 胸部出現腫塊，且有悶痛、壓痛及脹痛感，月經來潮前症狀會更惡化，摸起來類似裝滿水的氣球、輪廓清楚，這是什麼原因造成的？.....062

- Q37 我今年 25 歲，發現胸部上出現豆子大的平滑顆粒。據說乳房的病變有許多種，想請問我的情況是什麼病變？064
- Q38 何謂卵巢水瘤？.....065
- Q39 經腹部超音波發現約 3 公分卵巢水瘤，醫生說半年檢查一次即可。最近再去檢查，發現水瘤縮小為兩公分，請問水瘤通常會持續消失嗎？.....066
- Q40 為何會有卵巢水瘤？.....067
- Q41 卵巢有水瘤，抽血檢驗結果指數僅 16，請問一般正常指數為何？.....068
- Q42 據說輸卵管與卵巢沾粘須以腹腔鏡手術疏通才能受孕，請問這種手術有沒有危險，成功率高嗎？.....069
- Q43 何謂卵巢沾粘？.....070
- Q44 所謂子宮後傾是什麼意思，會比較難受孕嗎？.....071
- Q45 何謂「子宮肥大」？.....072
- Q46 子宮下垂的情況平時應如何保養，長期服藥可能治癒嗎？ 073
- Q47 吃退奶藥造成乳房下垂，將來會復原嗎？.....075
- Q48 什麼是「泌乳激素過高症」？.....076
- Q49 泌乳激素過高起因為何？.....077
- Q50 請問裝了避孕器後，做愛時是否不可太激烈？...078
- Q51 我曾接受女性結紮手術，但現在想再生小孩，請問是否可以動手術拿掉結紮？.....079

- Q52 我和女友做愛時全程使用保險套，並確定保險套沒有破洞，事後她還服用合格藥師開立的事後避孕藥，這樣還有可能懷孕嗎？.....080
- Q53 何謂子宮肌腺症？.....082
- Q54 最近檢查乳房發現腺瘤及纖維瘤，這是良性還是惡性？ 084
- Q55 何謂月經規則術？.....085
- Q56 何謂「巧克力囊腫」？.....086
- Q57 3年前曾因經痛至婦產科求診，檢查結果是子宮內膜異位症，最近又因月經週期不正常，再度赴醫院進行CA-125血液檢查，檢測結果正常。請問CA-125能否檢查出子宮內膜異位症，此種檢驗主要針對何種方面？.....088
- Q58 服用RU486有危險嗎？.....088
- Q59 何謂子宮內膜異位症？.....090
- Q60 何謂子宮肌瘤？.....091
- Q61 若不幸罹患乳癌，身體會出現哪些狀況？.....092
- Q62 時常做愛會不會導致陰道鬆弛？.....094
- Q63 我今年43歲，近3個月來每次月經都提早4、5天，且3天就結束了；月經過後10天左右，又有咖啡色的分泌物，請問這是什麼現象？.....095
- Q64 我非常愛喝咖啡，一天平均喝兩杯以上。更年期的症狀1、2年前就結束了，最近突然感到時常背痛，至醫院測

- 量才發現骨質流失十分嚴重，請問該如何改善？...096
- Q65 進入更年期後，一直有一個難以啓齒的困擾，常在大笑或走路走太久的情況下，發生漏尿情況，這是為什麼？098
- Q66 何謂骨盆脫垂？.....099
- Q67 時常覺得下腹部有股垂墜感，不適的情形甚至影響正常行走、坐立，同時也有尿失禁的情況，這是為什麼？ 100
- Q68 我今年53歲，經診斷發現膀胱脫垂症狀，醫師建議切除子宮，為什麼膀胱脫垂需動到子宮？.....102
- Q69 原已停經1、2年，最近突然又有月經現象，陰道出現週期性的出血，這種情況正常嗎？.....103
- Q70 我今年50歲，最近乳頭突然偶有黃色液體流出，並不會疼痛，也摸不到腫塊。請問這是什麼狀況？.....106
- Q71 乳頭異常分泌不明物體，經醫師檢查後確定為乳管膨脹，這是什麼導致的？.....107
- Q72 我已生過兩胎，但最近月經出血量突然變得非常少，不知因何而起？.....107
- Q73 時常覺得胃不太舒服、胃口不好，肚子發脹，原以為是單純的消化不良，沒想到竟檢查出卵巢癌。為什麼會有這種症狀？.....109
- Q74 罹患子宮內膜癌是不是一定要將子宮及卵巢切除，會不會有後遺症？.....111
- Q75 我已經有兩個小孩，但近一年來月經突然不規律，有時還

會莫名出血，由於不會疼痛也不影響日常生活，因此一直不以為意，沒想到卻檢測出子宮內膜癌。據說有些患者在發現後半年內即死亡。是什麼原因導致子宮內膜癌？ I12

- Q76 1、2年前即發現陰部有一處潰瘍，但不以為意；後來情況明顯惡化並疼痛難忍，沒想到竟診斷出外陰癌。這是因為生活習慣不佳的原因嗎？ I14
- Q77 為什麼女性會得子宮頸癌？ I15
- Q78 子宮頸癌有什麼症狀？ I16
- Q79 如何早期發現乳房腫塊？ I17
- Q80 陰部受滴蟲感染，下體不斷有搔癢感，因此仍固定抹藥膏抑制，但我這次的月經突然不規則，與此有關嗎？ I18
- Q81 每次性行為都有使用保險套，但半年前卻發現菜花及慢性陰道發炎。菜花究竟從何而來？ I19
- Q82 菜花除了醫生肉眼辨識外，還有什麼方式可以辨別？ I20
- Q83 菜花通常生長在哪裡？ I21
- Q84 Chlamydia 的中文名為何？ I21
- Q85 我本身患有疱疹，但只長在嘴唇上下，若替老公口交，我的陰部會受到感染嗎？ I22
- Q86 我的胸部發育太快，身高僅有 156 公分，胸部卻足足有 F 罩杯；無論跑步、爬樓梯都十分費力，肩頸亦因負擔過重十分痠痛，有什麼方法可以縮小胸部呢？ I22
- Q87 外陰搔癢竟發現陰毛上有寄生蟲，這是何種病症？ I23

- Q88 請問處女膜破裂時，會流很多血嗎？ I24
- Q89 在發生性行為後，是否就該開始定期子宮頸抹片檢查？ I26
- Q90 子宮頸抹片檢查前，需做什麼準備？ I27
- Q91 如何區別排卵期出血與子宮頸癌的出血？ I27
- Q92 已過更年期且 10 年無性行為的婦女需做子宮頸抹片檢查嗎？ I28
- Q93 做子宮頸圓錐切除已一段時間，為何至今還會流血且有搔癢感，下腹部及陰部會抽痛？ I28
- Q94 最近要做 ET，但醫師說我的子宮頸太窄不易植入，需採用強迫植入法，請問什麼是強迫植入法？ I29

Lesson 2 攸關一生的產科護理 131

- Q01 服用事後丸後陰道分泌物呈淡黃色，且私處發紅有刺痛感，醫師說是荷爾蒙不正常導致黴菌感染，同時併發子宮頸糜爛與內外陰發炎情況。想請問事後丸是否容易造成子宮外孕？ I32
- Q02 餵母乳時，突然摸到胸部有硬塊，加上最近乳房的皮膚時常紅腫、疼痛，該不會是癌症吧？ I33
- Q03 我今年 27 歲，去年在懷孕 3、4 個月時曾接受墮胎手術。本月至婦產科檢查時，發現手術善後沒做好，導致子宮頸口潰

爛。如果再懷孕，3、4個月時需將子宮頸口縫合，否則可能會流產。想請問除此之外還有其他應注意的細節嗎？ 135

Q4 何謂子宮頸閉鎖不全？ 136

Q5 聽說子宮頸閉鎖不全會造成流產，最近正計畫懷第一胎，想請問子宮頸閉鎖不全的症狀為何？ 138

Q6 生產至今已兩個月，肚臍卻與懷孕時一樣凸出來，按下去還會摸到球狀不明物。產後檢查時，醫師說那是子宮，請問如何才能使子宮恢復正常大小及位置？ 139

Q7 何謂子宮外孕？ 140

Q8 如何分辨先兆性流產與月經出血的症狀？ 142

Q9 生產過後，陰道變得乾澀也較鬆弛，不但性行為覺得較沒感覺，快感亦明顯減少。該如何改善？ 143

Q10 我已生過兩個小孩，均為自然生產，陰道偶爾會出現排氣現象，不知此現象會有何影響？ 143

Q11 何謂子癇前症？ 145

Q12 什麼人容易罹患妊娠慢性高血壓？ 147

Q13 早產是什麼引起的？ 148

Q14 何謂人工流產？ 150

Q15 人工流產後應如何保養身體？ 152

Q16 人工流產多次是否容易導致不孕？ 153

Q17 為什麼人工流產後，月經變成隔月才來，量也沒有以前多？ 154

Q18 原本沒有經痛的情況，人工流產手術至今的兩次月經，不但血量大增同時腹痛難耐，這是手術引起的後遺症嗎？ 155

Q19 為什麼會流產？ 156

Q20 我今年35歲，已連續3次懷孕都流產；即使依照醫師吩咐盡量躺在床上避免走動，仍無法保住胎兒。這是什麼狀況？ 157

Q21 孕婦應特別補充哪些營養？ 158

Q22 準媽媽的體重應該增加多少較合適？ 159

Q23 超過幾歲算高齡產婦？ 160

Q24 高齡產婦是否採取剖腹產比較安全？ 161

Q25 婚前健康檢查是必須的嗎？ 162

Q26 開始準備懷孕有哪些注意事項？ 163

Q27 糖尿病患者適合懷孕嗎？ 164

Q28 懷孕末期是否常會出現胃酸逆流的現象？ 165

Lesson 3 不孕症的原因與治療 167

Q1 健康檢查發現泌乳激素過高，是什麼原因造成的？ 168

Q2 早發性卵巢衰竭應如何治療？ 170

Q3 為什麼會發生子宮內沾粘？ 171

- Q4 什麼是白色念珠菌？..... 172
- Q5 如果長期服用口服避孕藥（超過一年以上），是否會造成日後不易受孕？..... 174
- Q6 何謂多囊性卵巢？..... 175
- Q7 不孕症的情況有哪些？..... 176
- Q8 骨盆腔發炎的情況與致病因素為何？..... 177
- Q9 我已結婚近 3 年，雖未執行避孕措施，卻遲遲未懷孕。我的健康情況尚稱良好，也沒有不正常的腹痛或分泌情況，只是一直接受甲狀腺機能亢進的治療，請問這與不孕有關嗎？..... 178
- Q10 由於結婚多年遲遲未懷孕，醫師建議我嘗試做試管嬰兒，請問試管嬰兒的原理為何？..... 179
- Q11 造成不孕的原因為何？..... 181
- Q12 我一向有以安眠藥助眠的習慣，想請問醫師，安眠藥是否會造成不孕？..... 182
- Q13 高齡女性除了容易產下不正常的胎兒以外，受孕率是否亦較年輕女性為低？..... 183

