

中西医结合妇科专家刘玮： 护好“下半身” 健康“下半生”



扫码看视频

名医讲堂



刘玮

浙江省立同德医院妇科副主任、主任中医师、中医学硕士、浙江中医药大学兼职教授、浙江省中西医结合学会内分泌专委会副主任委员、浙江省中西医结合协会妇产科专委会常委、浙江省中医药学会理事、浙江省中医药学会中医妇科专委会委员、浙江省围绝经期保健质控组成员。

本报记者 戴虹红
通讯员 应晓燕 章玥

高温湿热季节，女性易患尿路感染、阴道炎等妇科疾病，尤其老年女性是易感人群。

然而，面对妇科疾病，不少女性往往羞于启齿，未能及时就医，造成生活质量下降。对此，记者采访刘玮，请她介绍如何科学应对这类疾病。

雌激素水平降低 老年女性更易感

60岁的张大姐已绝经10年。一年前，因下身反复瘙痒难忍，她来到省立同德医院妇科就诊。面对刘玮，张大姐轻声说：“要不是实在受不了，我是绝对不会到医院来看这病的。”

面色潮红的她除了下身不适，还心烦易怒、腰酸乏力，张大姐对刘玮说，得了这种“见不得人”的病，她是又羞愧又焦灼。

刘玮细心安慰后为她进行检查，发现张大姐除了阴道黏膜菲薄、充血明显，分泌物色黄、量不多，其他没发现异常。

“没什么大问题，您得的是老年性阴道炎，我们专业上叫萎缩性阴道炎。”刘玮向张大姐解释。

刘玮在问诊中发现，张大姐为阴虚伴湿热之象，属虚实夹杂为病，便用臭椿皮、土茯苓、黄柏、苦参、地肤子、白鲜皮、米仁等药为她清化湿热，加以萸肉、白芍、生地调补肝肾，再配以中药坐浴。

一周后，张大姐满是笑脸地找到刘玮复诊，说自己症状明显好转。接下来一个月，她口服养阴益气扶正的中药。3个月后，在电话回访时，张大姐说自己的病状已经基本消失。

刘玮介绍，绝经后女性因雌激素水平降低，泌尿生殖系统的各个器官因没有雌激素的保护均表现为萎缩，会出现干涩、瘙痒、尿频尿急尿痛等症状，而且比育龄期女性更易被各类病原体感染。

“还有一种情况要引起注意。”刘玮表示，有些绝经后的女性，忽然出现流血的情况，被误认为是“第二春”，事实上有可能是子宫内膜癌等病变。

此外，刘玮提醒，有的人非常注重养生保健，日常服用不少保健品。然而，一些保健品的成分表里会有“等”字出现，这其中可能含有不确定剂量的雌激素等，会对女性健康造成损害。因此，随意滋补不可取，应遵医嘱，辨明情况，对症使用。



刘玮(左)看诊中。

羞于表达不愿就医 对身心皆有影响

刘玮表示，老年性阴道炎看似小病，但影响可大可小，且常常合并出现尿道炎，除了会出现不适瘙痒外，也会有尿频尿急尿痛症状。

在看诊中，刘玮遇到过不少像张大姐这样的情况，认为自己得了“脏病”，羞于见人，迟迟不愿就医。一些人因此产生心理压力，影响情绪，甚至无法正常生活。

“坦然接受，积极治疗，才能健康生活。”刘玮说。

刘玮介绍，面对老年性阴道炎，现代医学一般在排除禁忌症后，通过适当补充雌激素进行治疗，用药简便、见效快。

中医治疗也有其独特之处，较为适用于对雌激素补充治疗有禁忌症和顾虑的患者。比如62岁的姚大姐，曾因乳腺癌进行手

术治疗，一年多前下身不适前来就诊，她的情况不适合口服雌激素补充治疗，姚大姐对于外用雌激素也有顾虑。随后，姚大姐选择中医方式治疗。刘玮通过回访了解到，姚大姐已有近一年时间没有复发。

刘玮介绍，中医学中，张大姐、姚大姐的病属于“带下病”范畴。

《素问·上古天真论》中提到：“女子七岁，肾气盛，齿更发长。二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下，故有子……七七任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭，地道不通，故形坏而无子也。”和育龄期女性不同，绝经后女性肾气渐衰，真阴不足，绝经后女性的阴道炎一般多为肾阴虚夹湿热，为虚实夹杂之症，治疗时多在滋肾益阴的基础上清热除湿。

养成好习惯很重要 专家给出四点建议

中老年女性如何养护好下半身，让下半生更健康？刘玮给出几点建议。

参加任何运动都比久坐要好。推荐绝经后女性做八段锦，简单易学，可以避免剧烈运动造成的肌肉、关节、骨骼系统损伤，而且能锻炼盆底肌，减少盆腔脏器的脱垂。

健康饮食，注重合理营养。很多老年女性害怕得“三高”，以吃素为主，其实这样会造成营养不良，加重生殖器官的萎缩，使干

涩疼痛加剧，同时使人正气虚弱，更易被外邪侵袭。

保持乐观的生活态度。积极参加社交活动，但不要过度劳累。

养成科学的清洁习惯。平时不要随便用网红护理液、清洗液冲洗，使用不当反而会引起刺激，破坏酸碱平衡，使体内自我防御功能减弱，从而更易被外邪侵犯。勤换内衣裤，一定要在太阳下晒干，不要图省事在卫生间阴干，这样容易滋生细菌。