

<<健康女性醫學全事典>>

图书基本信息

书名：<<健康女性醫學全事典>>

13位ISBN编号：9789861773254

10位ISBN编号：9861773258

出版时间：晨星出版有限公司

作者：楊曉萍 著

页数：448

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<健康女性醫學全事典>>

### 前言

前言 女性健康的內在革命 | 獻給長年伴我的Marcel與Peter 說眼中的女性病患 我知道的女病人，是沒心眼的一群，也是最嬌嫩的一群。

近二十年的醫學生涯，女性悲喜在診間日日上演，病房裏數不清的歡喜恐懼，由於患者感性的謝語歡顏，得以轉化為昏天暗地裏繼續的勇氣。

有幸參與數千個生命的到來，也目睹許多女性堅韌的一面。

觀察前來就診的病患，得病時要我「幫她決定一切」的比例已日漸下降。

新一代的女性，大多決定「深入瞭解自己狀況」，希望資訊充分之下為自己的未來掌舵。

其中的差異，可能在於性觀念的開放，使得女性不再害怕揭示自己內心想法；也在於生育壓力的下降，讓婚姻或感情不再是生產的約定書；又在於漸次平衡的兩性與兩代關係，女性能夠堅持自己的想法，而不怕被社會「妖魔化」。

然則「最後的妖魔」，還可能躲在我們自己體內，有許多人依然背著先生在流產手術時掉淚、在驗孕試紙沒有反應時掉淚。

作為醫師，我多麼不捨這樣的眼淚……。

少了一點點堅持，正是變相的姑息，也可能讓他在妳的包容中學會可以不「保護」、「尊重」妳的身體。

而讓無法生育變成支配生活夢魘。

覺得生命無法完美、婚姻無法完全的悲傷女子，不妨試著體認，沒有孩子的兩人世界，與職場表現更加出色的正面事實，看到人生「不可能盡如人意」的真相。

或許這樣，我們才更能成為自己生命的舵手。

說不盡的謝意 回想起來，多年來數度鼓勵我寫書的，其實是我實習醫師至今心目中一等一的好師長 馬偕醫院醫學現任研究部主任楊育正醫師，一個術德、度量兼容並蓄的好醫師。

如果不是步上醫師生涯之初能得到明師的鼓舞指點，醫療風暴中如何能夠堅持一條俯仰無愧的路？

雖然，育正醫師對我的期望比擬以紀伯倫的《先知》，此番出書，卻壓根兒談不上任何文學藝術，我還是願意繼續努力，步向《先知》裏那仰之彌堅，望之彌高的山城。

志恩是這幾年巧遇的朋友，我幾乎沒看過比她更活躍的心靈與不懈怠的自我要求，她在學術界不變的積極、樂觀與聰慧，正是現代女性學習的好對象。

我已停止手術與接生，純看門診。

至為感謝當年老爹陳福民董事長，與蔡有成醫師 蔡伯伯、蔡媽媽，仍讓我有幸安身於名醫濟濟一堂的中山醫院，學習他們敬業與專業的長者風範。

感謝老師陳福榮醫師與陳太太長年來督促醫術，不容我懈怠。

感謝王媽王桃蓀醫師用溫暖的行誼，引領我朝向Zion的國度。

也感謝現在台北醫學大學附設醫院院長與婦產科劉偉民主任的包容，讓我能夠專心進修博士與教學，走自己的醫學路。

感謝真理，與普魯斯特的存在。

台北醫學大學附設醫院婦產科．睡眠中心．健康管理中心專任主治醫師 楊曉萍推薦序一

大愛和智慧 這是一本所有婦女都值得擁有，可以輕鬆閱讀卻獲益豐富的書，除了具體而實際的婦女健康知識外，作者楊醫師文筆精練，字字珠璣，發人深省，楊醫師說：真正的美麗根植在健康之上，外貌的青春藉由內心的平和展現於外。

如果，妳希望10年、20年、50年後，依然活得生意盎然，除了保養皮膚，別忘記保養皮膚下面的自己。

走入這一內在健康革命的行列，是為了自己，也是為自己所愛的人……。

「無形的精神內在健康」 勤於閱讀吸收重要的基本健康與疾病預防常識，以建立正確的生活飲食概念，並保持謙虛活躍，隨時吸引新知。

每個人的身體，都是獨一無二的。

何苦要和朋友或寫真集比較呢？

## &lt;&lt;健康女性醫學全事典&gt;&gt;

妳的獨特性正是妳珍貴的特質所在！

「新女性」並不需要對異性感到怨懟或不平，而是永遠都不「妄自菲薄」。我們尊重男女永遠不同的現實，也要具備同理心，了解兩性在情緒與智能管理上的差異，以及社會壓力上的差異。

當代婦女健康意識的覺醒可追溯到十九世紀初，當時在美國東部所提出呼籲的議題為：「照顧家庭成員之婦女；健康教育與健康促進」。

但長久以來，台灣婦女健康議題主要仍著重在婦女生殖系統方面的改善。

如何跳脫生理病理的角度，進而從社會、心理及身為女性的存在性與生活性來認識與探討，仍然是當代婦女健康講求的思維重點。

臺灣醫療環境在日漸進步之中，但也呈現一些特異的現象；醫生和病患理論上當然是共同對付疾病，但不良的醫病關係，卻常使醫師曲解醫學倫理中病患的自主權，在尚未提供足夠的醫療資訊前，就將疾病治療的許多重大決定諉諸病患。

罹病就醫前後，閱讀基本的相關醫學常識，就變成重要的功課。

楊曉萍醫師著作並精心繪製許多動人插圖的本書，正是這個時候最貼切的參考，也是所有婦女，不分年紀，平時醫療保健的好資料。

本書從前言及導讀開始就令人深刻感受到作者的用心，楊醫師根據近二十年婦產科醫師生涯的知識和臨床心得，加上她特有女性纖細易感的同理心，感受病房裏數不清的歡喜恐懼，發抒在字裡行間，令人在本書安排良好且充實的知識之外，更感動於其異於一般健康書籍的感性。

書中處處瀰漫著對當代女性的存在性與生活性的諄諄交代，從解剖、生理、懷孕、疾病、避孕、婦女保健、約會叮嚀、性侵害處理……楊醫師詳細解說，反覆叮嚀，令人感動！

我認識曉萍醫師是在她在馬偕醫院實習時，常讚賞她的文筆、音樂和藝術小品畫作，多年來深知曉萍的許多人生轉折、得、失、歡樂、和哀愁，最後都化作大愛和智慧。

我相信本書只是一個開始，讓我們拭目以待！

馬偕紀念醫院醫務副院長 楊育正 推薦序二 另一種服務 楊曉萍醫師是我服務於國泰綜合醫院時期的住院醫師，回想起來已是十幾年前的事了。

那時候我的醫療業務正忙碌，楊醫師跟我上過無數的刀。

在她住院醫師訓練期間，我的印象中，她的醫學知識及手術技巧皆屬上等。

幾年前，楊醫師在中山醫院告訴我她將不再接生，不再為人手術，我內心感到訝異及惋惜。

直到楊醫師告訴我她將寫一本書，我才感到心安，因為她決定用另一種方式來擴大服務女性同胞。

這本書內容豐富，絕對是用心之作，雖然是給一般女性朋友閱讀的普通書籍，但仍不失專業精髓。讀者能夠在本書中吸收各種婦產科的知識，甚至可以當做查詢的百科全書。

楊醫師為了她的小孩，減少了服務患者的時間，這是女醫師的無奈和母性的偉大。

但她仍在百忙之中寫了這本書來造福女性，我只能用「感動」二字來表達作為長輩及學長的衷心祝福。

我和我的牽手祝她成為一位傑出的醫學作家，能有更多好的作品出現，同時她的小孩也能快樂無慮地長大。

台北市中山醫院主任醫師 陳福榮 推薦序三 診療室的春天 佛洛伊德閱讀夢，發現了一條直達潛意識的秘密通道；我閱讀楊曉萍醫師的書，發現了對女性身體的感動！

認識曉萍醫師是在婦科的診療台上。

初次把身體私密部位暴露在名為「一醫師」的陌生人前，需要的是勇氣，幸好她給的是專業。

對於普通的症狀陳述，她也能鉅細靡遺地讓妳有如上了一堂護理課。

也就是在漸次的對話中，我們跳脫醫生與病人的規格，女人要當朋友，何止限於廁所裡的八卦文化，診療室也可聊出一片天。

這不只是一本談身體的書，也是一本探求心理的書，以「身體與心靈共舞」，這句話便刻劃出這本書的內涵。

如果說，人因情緒而有靈感，因靈感而有生命，曉萍的生命歷程必定在嚴苛的醫學訓練與靈性的文學涵養中取得共舞的平衡點，才能激盪出這麼豐富的大作。

<<健康女性醫學全事典>>

讀者或許沒有我的幸運，可以親身與她為友，但擁有一本她的書，也可體驗婦產科醫師就在你身旁的幸福！

淡江大學教育心理與諮商研究所所長 柯志恩

## <<健康女性醫學全事典>>

### 內容概要

首部女性專用的全方位醫學百科 絕對完整的醫學知識與健康資訊，身為女性都應珍藏的健康書 身為女性，雖然擁有很多美好的感覺，但身心各方面不免比男性多了許多需要注意的地方，不論是月經、懷孕、生產等等，在女性的一生中，需要面對的問題雖不少，但卻不見得每個人都會向醫生求助，反而常常藉由女性朋友的經驗或是親人間的交流獲得資訊，但如此一來，未必選擇了對身心最好的處置。

而且，在兩性身心教育不夠完善的今天，每一個女性都需要更完整的醫學資訊，才能讓自己的身心都獲得最妥善的照顧。

而現今的出版市場，女性相關書籍雖然琳瑯滿目，但卻沒有完全適用本地女性讀者的全方位醫學百科，常常只獲得翻譯的二手資料。

有鑑於此，我們特別企劃了一本針對本地情況而撰寫的女性醫學全書，內容完整，包羅萬象，不但有絕對完整的醫學知識與健康資訊，更有最適合本地醫療情形的誠懇建議。

0歲到99歲女性都適用的健康書，每個媽媽跟女兒最貼心的朋友 在本書中，由經驗豐富專業的女性醫師為您剖析女性一生特有功能與變化，詳實說明月經、懷孕、更年期、兩性關係、減肥、保養等女性常見問題，並教妳最詳細的醫學知識與維護身心健康的方法。

書中內容豐富，並附有數百幅圖片，力求解說明確，而簡潔的文字與將心比心的建言，是一本女性們最應珍藏的健康大事典！

尤其這本書的範圍廣從幼兒期至老年期，任何年齡層女性都可從中尋求到正確的醫療資訊，是一本媽媽應該介紹給女兒，女兒應該為母親準備的貼心書籍。

<<健康女性醫學全事典>>

作者簡介

楊曉萍醫師 畢業於中國醫藥大學醫學系，曾任職於台北市國泰綜合醫院婦產科、馬偕紀念醫院、聯安診所等各大醫院，並曾獲國泰綜合醫院優良醫師獎、馬偕紀念醫院最佳實習醫師獎。曾赴英國愛丁堡皇家醫學院睡眠中心進修。

目前是 台北醫學大學附設醫院婦產科睡眠中心健康管理中心專任主治醫師 台北醫學大學保健營養研究所博士 臺北市中山醫院婦產科專任主治醫師 楊醫師的發問區【女性健康內在革命】<http://www.wonder4life.com> 資歷 中華民國婦產科專科醫師 台灣婦產科醫學會永久會員 中華民國醫用超音波醫學會會員 中華民國婦產科內視鏡醫學會會員 台灣睡眠醫學會會員 楊醫師的著作 健康女性醫學全事典,2004,晨星出版(獲衛生署國民健康局好書推薦) 成熟女性健康百科,2007,晨星出版 我愛我自己,(公益童書,2007,晨星出版;永齡基金會贊助,2008臺北市牙醫師公會贊助,可至楊醫師網站下載) 楊醫師醫學網頁 <http://home.kimo.com.tw/albertiney2003/>

## &lt;&lt;健康女性醫學全事典&gt;&gt;

## 書籍目錄

女性的身體構造 2推薦序一 大愛和智慧 楊育正 4推薦序二 另一種服務 陳福榮 6推薦序三 診療室的春天 柯志恩 7作者序 健康的內在革命 楊曉萍 8本書的使用方法 12目次 14導讀 28第一章 女性的身體女性的基本生理構造 30 與眾不同的下半身 30女性構造側面圖 30 骨盆腔-屁股大的媳婦卡好生？ 31 卵巢-生命之源 32月經33 / 卵子33 / 年齡的影響33 / 做個快樂的停經女性 33 輸卵管-比天上的鵲橋忙碌12倍 34精卵的通道34 / 發炎與不孕34 / 輸卵管的檢查 35 子宮-孕育生命的溫暖處所 35/子宮的構造與子宮前後屈35 / 月經週期35 / 子宮的功能 36 陰道-女性身體對外交通要道 36陰道的構造37 / 後穹窿的用途37 / 獨一無二的女性外生殖器官 37 乳房-功能超強的器官 41乳房的構造41 / 庫氏韌帶42 / 乳量42 / 副乳42 / 懷孕與授乳43/女性一生的生理變化 44 青春期前-約0 ~ 8歲 44 青春期-約8 ~ 18歲 45何時進入青春期 45 / 哪些人初經較早45 / 哪些人初經較晚45 / 青春期發育的順序快速成長期 45 青春期的荷爾蒙 47青春期前期47 / 青春期中期初經報到47 / 青春期晚期已有受孕力 47 成熟期-約18 ~ 45歲前後 48行為能力尚未完善的尷尬期48 / 婚前性行為49 / 易發生約會強暴的異性49 / 婚姻49 / 懷孕 51 / 體內環境的逐漸變化 51 / 不孕 52 更年期-約45 ~ 55歲 52停經52 / 更年期的月經53 / 嚴重亂經 53 老年期-5歲之後 53月經-女性命中註定的朋友 55 標準的月經週期 55月經通則55 / 排卵56 / 經痛需服用止痛藥嗎？ 56 初經如何形成 57如何判斷排卵期？ 59 / 如何計算月經週期？ 59 / 如何計算安全期？ 59 / 黃體期60 / 人是如何受孕的？ 60/女性的重要衛生習慣 61 幼童與青少年時期的衛生原則 61基本概念 61 生殖道的平日保養 62外陰陰道的特性62 / 外陰陰道的保養63 / 外陰陰道炎反覆發作的的原因 66 肛門的保養 66純棉內褲最佳 66 / 洗淨肛門與痔瘡 67 泌尿道的保養 67瞭解尿道 67 / 尿道膀胱炎 68 保護女性器官的飲食 68優酪乳 68 / 蔓越莓 68 懷孕時，保護外陰與陰道的方法 69勤換乾淨純棉內褲69 / 托腹帶69 / 預防勝過治療 69 經期保護外陰與陰道的方法 69經期可以行房嗎？ 69 / 使用衛生棉墊的注意事項 70 / 產後或因病臥床 71 停經女性保護外陰陰道方法 71萎縮性陰道炎71 / 改善或治療外陰不適 71女性乳房保養與自我檢查 72 維持乳房年輕的方式 72幫助乳房發育結實的方法72 / 乳房的平日保養 73女性身體的自我保養 75 青少年時期 75異位性皮膚炎75 / 過敏性皮膚的保養方法75 / 細菌性毛囊炎 75 / 刺青或紋眉 75 婦女時期 75臉部皮膚的保養75 / 使用化妝品的注意事項76 / 身體皮膚的保養76 / 清除毛髮77 / 懷孕時肌膚的保養77 / 頭髮的保養方法正確的飲食習慣77 / 碳水化合物新標準GI值的出現77 / GI值的意義78 / 常見食物GI值表79 / GI值在飲食選擇上的意義81 / 成年人體重的控制82 / 肥胖的原因83 / 如何控制肥胖83/其他過胖之處理84 / 平日的保養運動84 / 凱格爾氏運動 89第二章 女性各時期的照護與保健 92 外在特徵尚未明顯 92奇怪的月經92 / 外陰皮膚紅腫92 / 喜歡撫弄下體 93青春期-約8 ~ 18歲 94 各種生、心理的保健 94青春期的皮膚保養95 / 青春期女孩的飲食問題96 / 青春期對成長有益的重要營養素97 / 青春期飲食生活須知97 / 厭食與貪食99 / 青少年常見問題與疾病99 / 青春期與性100 / 性幻想與自慰100 / 何謂性行為100 / 青春期的交友101 / 惟真愛結合才能幸福102 / 青少年的性關係問題102 / 性關係開放，知識不足102 / 青少年性行為後遺症多102 / 青少年懷孕104 / 小心性侵害 105成熟期-約18 ~ 45歲前後 106 成熟女性生、心理的保健 106是否選擇性生活106 / 性行為不隨便，也不做處女情結奴隸106 / 可預防性病與愛滋傳染的安全性行為 106 女性與避孕 109各種避孕效果109 / 影響身體程度(小至大)109 / 如何選擇避孕方式 109 各種避孕方法 110自然避孕法110 / 週期推算法(安全期法)110 / 基礎體溫法112 / 黏液判斷法112 / 性交中斷法112 / 荷爾蒙抑制排卵法112 / 口服避孕藥法112 / 避孕藥的服用要點114 / 避孕藥貼布116 / 避孕藥副作用與處理116 / 忘記服用口服避孕藥時116 / 長效型黃體素避孕藥117 / 長效型使用方式 118 隔膜法 118男性保險套118 / 正確的使用方法119 / 保險套加口服避孕藥是年輕女性最佳避孕法120 / 女性隔膜法 122 / 子宮帽 122 / 子宮避孕隔膜 122 / 使用注意事項 123 / 女用保險套 124 阻斷法 124外用避孕藥物124 / 子宮內避孕器125 / 含銅子宮內避孕器128 / 含黃體素子宮內避孕器128 / 裝置後可能會發生的問題128 / 裝置後應注意事項 128 / 結紮手術 129 / 男性結紮 130 / 術後注意事項 130 /

## &lt;&lt;健康女性醫學全事典&gt;&gt;

女性結紮131 / 術後注意事項 131 / 墮胎手術傷身又傷心，寧可事後緊急避孕133 / 用安全方式滿足性衝動 136 荷爾蒙事後避孕法 138單用女性荷爾蒙(動情激素)139 / 美國食品藥物管理局核准的事後避孕法139 / 機械性阻斷法事後避孕法140 / 從閨房步向洞房花燭141 / 從一知半解中開始141 / 男女性行為認知差異大143 / 初次性行為不順利144 / 男性的性高潮過程144 / 女性的生理高潮過程145 / 參與性行為的器官145 / 外生殖器(包含陰蒂、大陰唇、小陰唇和陰道等)146 / 內生殖器147 / 如何順利進行性行為 148 年輕女性的健康檢查 150婚前健康檢查151 / 預防現代的-年輕痛痛病 152 / 拒絕完美，保持美好身心 153更年期-約45~55歲 155 妳進入更年期了嗎？  
 155更年期症候群的出現157 / 更年期不適症狀與處理157 / 更年期影響的身體機能157 / 更年期的定期健康檢查159 / 更年期服用荷爾蒙159 / 荷爾蒙補充療法 160 更年期飲食生活習慣 163天然的荷爾蒙代替品163 / 保養身體 163 / 植物性女性荷爾蒙補充164 / 非植物性女性荷爾蒙補充165 / 改善不適166 / 預防骨質疏鬆正的飲食166 / 改善情緒的飲食166 / 改善情緒的整體方式 167 / 心血管疾病預防 169老年期-約55歲之後 170 老年期常見不適症狀 170骨質疏鬆症170 / 骨質疏鬆的定義171 / 骨質疏鬆的治療 171 / 退化性膝關節炎 171 老年期的生活與保養 173定期檢查173 / 女性防癌173 / 致癌因素174 / 癌症的警訊175 / 飲食生活習慣175 / 防癌飲食生活175 / 增加免疫力177 / 生病時的保養177 / 抗老化生活178 / 生活不緊張、不強求179 / 早點開始有益健康的事 181 / 懶人保健食品首選 182第三章 女性重要又惱人的人生夥伴 | 月經、懷孕、生產月經相關問題 184 無月經 184原發性無月經184 / 次發性無月經184 / 無經症的治療 186 亂經-子宮異常出血與經血異常 187分辨出血來源187 / 亂經的可能原因187 / 亂經的診斷流程190 / 亂經時的就醫注意事項191 / 亂經的處理決定 192 停經後出血 192主要的檢查192 / 主要的原因多半為良性192 / 點狀出血可能原因 193 經血量過少 194月經週期過短 195 不明原因經血過多 195不明原因經血過多處理195 / 日常生活的注意事項 197 經痛 197經痛的原因197 / 經痛的檢查198 / 經痛的治療198 / 生活自然療法 199 經前不適-經前緊張症候群 201經前症候群原因201 / 經前症候群診斷203 / 生活治療 203 / 藥物治療 204 / 手術治療 204 慢性下腹痛 205慢性下腹痛定義205 / 慢性下腹痛原因205 / 慢性下腹痛診斷 205 / 慢性下腹痛治療 205 性交疼痛 206性交疼痛定義 206 / 性交疼痛種類 207 / 性交疼痛原因 207 / 性交疼痛診斷 207 / 性交疼痛治療 207 經期的身體調養 208經期的衛生習慣 208 想延後或提前月經 209提前月經 209 / 避孕藥 209 / 黃體素延經 209 中藥與月經 210四物湯210 / 中將湯211 / 白鳳丸211 / 其他簡方211懷孕相關問題 212 懷孕前的準備功課 212孕前諮詢212 / 產前遺傳諮詢212 / 準備受孕的時機評估 212 / 生活飲食注意事項 214 受孕、胎兒發育與致畸原因 215受精215 / 著床217 / 胚胎的發育217 / 胎兒畸形與致畸因子 218 / 器官分化期最易致畸 219 懷孕時的生理變化 219如何知道是否已懷孕？  
 219 / 驗孕的方式 221 懷孕生活與飲食須知 225體重控制226 / 營養與基本元素的攝取226 / 維他命227 / 礦物質230 / 懷孕少胖，產後不減肥231 / 懷孕時不可減肥232 / 夫妻同心，讓生產變成兩個人的事！ 232 / 懷孕的不適與異常狀況 233 孕婦旅遊須知 237 產檢在看些什麼？  
 238台灣產檢項目與方式 238 / 產檢項目 240 常見胎兒遺傳異常 243產前諮詢243 / 產前需做遺傳問題檢查對象與處理方式246 / 羊膜穿刺247 / 絨毛穿刺採樣249 / 產前遺傳檢查結果分析 250 產前超音波與胎兒結構異常 251理想的產前超音波251 / 產前超音波檢查的主要目的 251 懷孕過程及常見不適與疾病 255懷孕過程一覽255 / 早期懷孕出血255 / 子宮外孕259 / 鑑別診斷262 / 中期懷孕12~20週流產262 / 治療方式並不相同263 / 連續性流產263 / 子宮頸閉鎖不全265 / 妊娠中的貧血 266 / 地中海型貧血266 / 重症病患267 / 母親胎兒血型不合 267 / 胎位不正 270 / 原因 270 / 分類 270 / 小心早期破水 272 / 矯正胎位的運動 273 懷孕中的感染與疫苗 274泌尿道感染274 / 淋病274 / 披衣菌感染275 / 各種陰道炎感染276 / B群鏈球菌276 / 單純疱疹病毒感276 / 菜花病毒感染276 / 水痘病毒感染277 / 巨細胞病毒感染277 / 德國麻疹病毒感染278 / 愛滋病毒感染278 / B型肝炎病毒感染278 / 流行性感感冒病毒感染279 / 梅毒感染279 / 其他疫苗與病毒 280 糖尿病與妊娠糖尿病 281糖尿病媽媽懷孕時282 / 罹病媽媽對寶寶的影響282 / 胎兒過大與巨嬰283 / 妊娠高血壓與子癲前症284 / 子癲前症的處理286 / 胎兒過小與子宮內胎兒生長遲緩 286 / 胎動減少 287 產前出血與各種胎盤異常 292前置胎盤292 / 胎盤早期脫離294 / 臍帶脫垂與臍帶意外297 / 子宮內胎兒死亡298 / 懷孕中的腹痛299 / 各種常見原因鑑別診斷300 / 早產303 / 本胎如何預防早產304 / 早產徵兆為何304 / 全方位降低早產傷害304 / 早產性破水與早產性早期破水307 / 懷孕中的蛋白尿307 / 多胞胎309 / 葡萄胎 309生產相關問題 311 自然生產的過程 311

## &lt;&lt;健康女性醫學全事典&gt;&gt;

產兆311 / 住院自然生的待產標準312 / 生產過程準備 312 自然生產時其他輔助方法 317會陰切開術317 / 催生與引產318 / 過期懷孕引產 318 / 手術性陰道生產 319 / 產科麻醉 319 需要剖腹生產的情形 320說給準媽媽聽320 / 站在醫生的立場322 / 想自費剖腹生產？

323 必要之剖腹生產 323產程進展不良(難產)323 / 產程進展不良原因 324 / 肩式難產 325 / 胎心音異常 326 前胎剖腹生產 329前胎剖腹，本胎試自然生329 / VBCA與直接再剖腹之缺點 330 臍帶血 330 其他週數之人工流產方式 330人工流產331 / 懷孕前期流產方式332 / 懷孕中期流產方式 333 / 人工流產的麻醉方式 333 產後的相關事項333哺餵母乳 333 / 哺乳失敗的原因 333 產後保健 334健康瘦身334 / 改善鬆弛336 / 清潔336 / 藥食調理 336 / 活動 336 / 回診 336 / 產後性生活 338第四章 其他常見婦科問題各種常見症狀 340 討厭的外陰搔癢 340造成外陰搔癢的原因 340 / 過敏 340 / 陰道發炎 340 陰道分泌物、白帶、異味 341陰道分泌物341 / 分辨正常與異常白帶341 / 異味342 / 陰道保養342 / 會陰腫塊、腫痛、癢344 / 會陰腫、痛、癢的原因 344 會陰陰道的先天病變 346先天性異常 346 / 會陰失調 346 常見會陰良性囊腫 347會陰傳染性疾病348 / 潰瘍性女陰疾病348 / 女陰單純疱疹感染 349 / 非潰瘍性女陰疾病 350 陰蝨 351其他性病及骨盆腔炎351 / 性病351 / 奈瑟氏淋病351 / 披衣菌感染352 / 子宮內膜炎353 / 骨盆腔炎 353 / 骨盆腔膿瘍 354 愛滋病 355新世紀的黑死病 355 不孕 356定義 356 / 檢查 357 / 處理 358 / 致病機轉 358 多囊性卵巢 358原因 358 / 症狀 358 / 治療 359 子宮內膜異位 360定義 360 / 症狀 360 / 診斷 361 / 分級與預後 361 子宮頸異常與腫瘤 361各種良性變化 361 / 子宮頸炎 363 骨盆腔內的硬塊 364硬塊原因 364 / 妳可能會做的檢查 364 子宮良性異常與腫瘤 364先天子宮畸形364 / 子宮肌肉瘤364 / 分型365 / 子宮腺肌症366 / 子宮積血367 / 子宮內膜增生367 子宮的癌變 368 子宮癌368 / 停經後出血 370 / 定義 370 卵巢腫瘤 370症狀370 / 危險因子372 / 診斷方式372 / 惡性卵巢癌分期 372 / 治療 372 其他常見婦科癌症 374妊娠滋養層細胞病變374 / 診斷374 / 症狀374 / 治療 375 骨盆鬆弛 375骨盆組織的損傷375 / 保養骨盆的動作375 / 不適合骨盆鬆弛者的動作 376 / 治療 376 尿失禁 376各種尿失禁的原因376 / 應提供的資料378 / 確認原因的檢查 378 / 治療 378第五章 婦科就診常識與其他問題就診前的準備 382 身體的事前準備 382盡量穿裙裝 382 想法的事前準備 382要清楚描述主訴症狀383 / 看病時先準備好台詞 383 / 一定會被詢問的問題 383門診過程 384 門診的檢查過程與方法 384問診 384 / 內診 384 / 檢驗 385 / 超音波檢查 386 / 如何在陰道置入物品 387 / 陰道鏡 387抹片檢查與異常抹片報告處理 389 抹片檢查相關資訊 389抹片檢查過程389 / 檢查前的注意事項389 / 到底誰該定期抹片？

389 各種抹片方式的代表意義 390傳統抹片 390 / 子宮頸抹片輔助檢查 391 抹片異常檢查 393良性變化393 / 鱗狀上皮細胞異常393 / 柱狀上皮細胞異常 394 / 人類乳突病毒疫苗 394女性三大癌症-子宮頸癌、乳癌、肝癌 395 子宮頸癌前病變 395陰道鏡檢查切片後處理396 / 子宮頸上皮病變保守療法 396 子宮頸癌 397相關因素397 / 分期、治療與預防398 / 子宮頸癌與孕婦 400 乳癌 400乳癌篩檢方式400 / 二階段乳癌檢查 401 / 乳房自我檢查402 / 肝病與肝癌404 / B型肝炎 405 / 慢性B型肝炎406 / 追蹤與治療406 / 肝病三部曲406 / 判定B型肝炎407 / 預防B型肝炎的傳染 408 / C型肝炎 408 / D型肝炎 408 / 肝硬化 408 / 肝臟檢查 409婦科常見手術 410 手術前應充分諮詢 410應進行的手術 410 / 可能的併發症 410 常見的各種手術 411腹腔鏡411 / 子宮鏡411 / 子宮內膜刮除術411 / 傳統子宮卵巢輸卵管切除412 / 全子宮切除術413索引 414

## &lt;&lt;健康女性醫學全事典&gt;&gt;

## 章節摘錄

前言 女性健康的內在革命 | 獻給長年伴我的Marcel與Peter 說眼中的女性病患 我知道的女病人，是沒心眼的一群，也是最嬌嫩的一群。

近二十年的醫學生涯，女性悲喜在診間日日上演，病房裏數不清的歡喜恐懼，由於患者感性的謝語歡顏，得以轉化為昏天暗地裏繼續的勇氣。

有幸參與數千個生命的到來，也目睹許多女性堅韌的一面。

觀察前來就診的病患，得病時要我「幫她決定一切」的比例已日漸下降。

新一代的女性，大多決定「深入瞭解自己狀況」，希望資訊充分之下為自己的未來掌舵。

其中的差異，可能在於性觀念的開放，使得女性不再害怕揭示自己內心想法；也在於生育壓力的下降，讓婚姻或感情不再是生產的約定書；又在於漸次平衡的兩性與兩代關係，女性能夠堅持自己的想法，而不怕被社會「妖魔化」。

然則「最後的妖魔」，還可能躲在我們自己體內，有許多人依然背著先生在流產手術時掉淚、在驗孕試紙沒有反應時掉淚。

作為醫師，我多麼不捨這樣的眼淚……。

少了一點點堅持，正是變相的姑息，也可能讓他在妳的包容中學會可以不「保護」、「尊重」妳的身體。

而讓無法生育變成支配生活夢魘。

覺得生命無法完美、婚姻無法完全的悲傷女子，不妨試著體認，沒有孩子的兩人世界，與職場表現更加出色的正面事實，看到人生「不可能盡如人意」的真相。

或許這樣，我們才更能成為自己生命的舵手。

說不盡的謝意 回想起來，多年來數度鼓勵我寫書的，其實是我實習醫師至今心目中一等一的好師長 馬偕醫院醫學現任研究部主任楊育正醫師，一個術德、度量兼容並蓄的好醫師。

如果不是步上醫師生涯之初能得到明師的鼓舞指點，醫療風暴中如何能夠堅持一條俯仰無愧的路？

雖然，育正醫師對我的期望比擬以紀伯倫的《先知》，此番 出書，卻壓根兒談不上任何文學藝術，我還是願意繼續努力，步向《先知》裏那仰之彌堅，望之彌高的山城。

志恩是這幾年巧遇的朋友，我幾乎沒看過比她更活躍的心靈與不懈怠的自我要求，她在學術界不變的積極、樂觀與聰慧，正是現代女性學習的好對象。

我已停止手術與接生，純看門診。

至為感謝當年老爹陳福民董事長，與蔡有成醫師 蔡伯伯、蔡媽媽，仍讓我有幸安身於名醫濟濟一堂的中山醫院，學習他們敬業與專業的長者風範。

感謝老師陳福榮醫師與陳太太長年來督促醫術，不容我懈怠。

感謝王媽王桃蓀醫師用溫暖的行誼，引領我朝向Zion的國度。

也感謝現在台北醫學大學附設醫院院長與婦產科劉偉民主任的包容，讓我能夠專心進修博士與教學，走自己的醫學路。

感謝真理，與普魯斯特的存在。

台北醫學大學附設醫院婦產科．睡眠中心．健康管理中心專任主治醫師 楊曉萍

<<健康女性醫學全事典>>

媒体关注与评论

專業醫師一致推薦 ?一本所有婦女都值得擁有，可輕鬆閱讀獲益豐富的書。

---馬偕紀念醫院醫務副院長 (楊育正) ?我鄭重推薦這本深入淺出、全方位、婦產科床頭夥伴書！

---北醫附設醫院婦產部主任 (劉偉民) ?本內容用心豐富，絕對可當作是查詢之用的婦女百科全書。

---中山醫院婦產科主任醫師 (陳福榮) ?楊醫師詳細描述女人從青春、育齡到熟年所經歷的生理和心理旅程，身為女人絕不能錯過的一本書。

---榮新診所副院長?書田主

<<健康女性醫學全事典>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>