



关注女性健康 防治卵巢早衰

对女性来说,卵巢是女性的生命之源和青春动力,卵巢早衰会出现一系列提前衰老的现象,不仅使爱美的女性容颜、肌肤、身体全面受到不良影响,还会导致不孕不育、性功能下降,一些与更年期相同的并发症,使人们惧怕衰老过早的来临。市六院妇产科主任陈楠,针对卵巢早衰问题提出以下防治意见。

卵巢早衰的定义

正常妇女卵巢功能在45~50岁左右才开始衰退。若在40岁以前出现衰退迹象,医学上称之为卵巢早衰,也称之为早发性围绝经期。

卵巢早衰的症状

此病多发生在20~40岁妇女。可有正常生育史,然后无诱因而突然出现闭经,也可先有月经过少而后长期闭经。少数人在月经来潮后有1~2次月经即出现闭经。这种年轻女性常因阴道干涩、性交困难和不孕而就诊。患者常诉面部潮红、出汗、烦躁、情绪不稳、性欲下降、皮肤弹性差、乳腺萎

缩等围绝经性症状。

卵巢早衰的病因

卵巢早衰的原因比较复杂,目前还不十分清楚。可能与下列因素有关:1.精神压力过大。2.遗传因素。3.性腺病毒感染。4.自身免疫性疾病。5.卵巢手术。6.过度减肥或营养不良。7.药物毒性作用。8.卵巢常受到放射线照射。

卵巢早衰的防治

1.在精神方面。振奋精神、尽量保持心情舒畅,不要给太大压力给自己,女性们既要以积极的心态对待更年期及老年期的到来,消除无谓的忧虑与恐惧感,又要在一旦出现某些不适应时,采取积极有效的处理方法应对,还要善于从家人那里得到同情、安慰与鼓励。

2.体育锻炼方面。坚持锻炼、增强体质,是中年女性保持旺盛活力的最重要途径。强健的体魄能保持全身各器官系统的功能健康与协调,由此神经与内分泌系统功能破坏,自然地延缓卵巢功能的衰退。

3.饮食方面。注意饮食

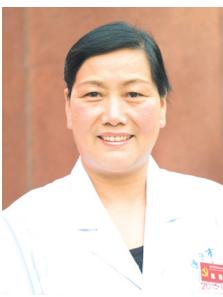
调理,保证摄入足够的营养成分,可以帮助女性获得维持生殖系统健旺功能的必要营养。女性可适当多吃一些优质蛋白质、B族维生素、叶酸、铁、钙等营养物质,如鸡蛋、猪肝、豆类及其制品、新鲜蔬菜、蘑菇、木耳、海带、紫菜、鱼类等。同时还要保持饮食清淡,不要过腻、过咸、过甜。饮食有规律、按时进餐,不暴饮暴食。

4.关注经期。卵巢早衰是有先兆的,在发病前多出现月经减少,月经稀发,闭经的变化过程,因此要重视月经改变。

5.不要乱补激素类药物或保健品。不当的激素补充和不良保健,会导致卵巢的过度刺激,产生很大的副作用,结果会事与愿违,适得其反,加重闭经。

6.药物治疗方面。对未生育而绝经的妇女采用雌-孕激素周期治疗。诱发卵泡发育,促进排卵,也可去助孕中心就诊。对于已生育过的卵巢早衰患者应在妇科医师的指导下及监护下使用雌激素替代治疗,以改善健康状况,提高生活质量。免疫抑制剂:有肾上腺皮质功能减退者可用皮质醇治疗。王丹

简介



陈楠,市六院妇产科主任,主任医师,是我市妇产科学科带头人、腹腔镜微创妇科学科带头人;担任漯河市医学会妇产科分会副主任委员、微创外科专业分会常务委员、漯河市微创外科学会腹腔镜专业组专家委员会常务委员、“161”人才工程漯河市科技创新带头人;多次荣获“河南省健康中原好卫士”、“河南省十大科技医疗学科带头人”、漯河市“十佳健康卫士”、漯河市“科技创新带头人”等称号。手机:13721305158

百姓看得起病的城市二级医院
漯河市第六人民医院
相约六院
健康常伴
地址:漯河市八一路东段83号
急诊科:5962087 病人服务中心:5966002

健康知识

卵巢的日常保健

现代社会节奏越来越快,工作和生活压力越来越大。这就需要女性学会把握良好的心态,学会排解不良情绪。女性应重视卵巢的日常保健。

女性要坚持喝牛奶,多吃鱼虾及新鲜的水果和蔬菜。少吃油炸食品,避免过多饮用咖啡,浓茶及酒类制品。

另外,卵巢早衰的症状表现有哪些也一定要了解,及早发现治疗疾病,也是有效的预防保健法。

专家提醒中年女性腰围增大需警惕卵巢囊肿卵巢囊

肿简单地说,就是指卵巢内部或表面生成的肿块。肿块内的物质通常是液体,有时也可能是固体,或是固液混合体。卵巢囊肿的体积初期比较小,类似豌豆或腰果那么大,随着囊肿逐渐增大,肿块会长得像垒球一样,甚至更大。

由于卵巢深居在盆腔,初期腹部外摸无法摸到肿块,随着肿瘤渐渐增大能见到腰围增大,或感觉似有轻度的腹胀。恶性囊肿生长迅速,一旦出现明显的病情症状时,往往其病变多属晚期。因此,要警惕此种妇科

常见病,应加强自我监督。

妇科专家表示,一些中年女性往往在开始时无任何不适,再仔细追问,患者大都会讲:近期发现腰围增大,往日的裤子穿不了,中老年女性自认为是在“发福”。其实,这正是卵巢恶变的早期症状。

以上就是卵巢囊肿的症状专题专家介绍关于中年女性腰围增大需警惕卵巢囊肿的相关内容,另外小编在此提醒患者极其家属有病一定要及早治疗,以免耽误治疗的最佳时机。据健康网

树民营医院形象 展民营医院风采

名医苑

漯河市民营医院协会
协办

梁振华 市人大代表,漯河中西医结合眼科医院院长,出身中医眼科世家,从事中医医治眼疾近30年

★擅长:采用独创的中西医结合方法,治疗当今国内外医学界公认的难治性三大致盲眼病(眼底黄斑变性、视网膜静脉栓塞和糖尿病眼底病变)。对其他各种眼病如眼底出血、青光眼、白内障、角膜炎、泪道疾病等治疗方法独特。

咨询电话:2663898



黎二虎 漯河柳江医院内二科(高血压科、心内科)主任,本科学历,主治医师,多次进修于河南省人民医院、郑大二附院、南阳南石医院

★擅长:原发性高血压的规范性诊治、继发性高血压的筛查和诊治以及冠心病、脑梗塞、脑出血等心脑血管疾病的规范化诊疗均有丰富的临床经验。

咨询电话:15290700803



王建刚 漯河市精神病医院副院长,本科学历,副主任医师,河南省精神科医师协会委员、河南省心理协会会员、河南省中西医结合精神科医师协会委员

★擅长:精神科常见疾病的诊断及治疗,对抑郁、焦虑及心理咨询等治疗有丰富的临床经验,尤其对脑器质精神障碍有较深造。

咨询电话:13839556412



孙会琴 漯河康利医院副院长,妇产科主任,副主任医师,大学本科毕业,从事妇产科专业25年

★擅长:新式剖宫产、阴式子宫肌瘤切除、卵巢肿瘤切除、输卵管结扎、阴道前后壁修补整形、子宫脱垂、处女膜修补、腹腔镜、宫腔镜等手术;对妇科疑难杂症、难产接生、产后大出血抢救等具有丰富的临床经验。

咨询电话:13683950505

