

农村常见妇科疾病的现状及预防保健措施

房 丽¹ 孙梯业^{2▲}

1. 山东省邹平市临池中心卫生院妇科, 山东邹平 256220; 2. 河北医科大学附属燕达医院肿瘤科, 河北廊坊 065210

[摘要] 妇科疾病是我国妇女人群中最常见的一种疾病类型,具有治疗时间长和易复发等特点,给妇女的生命健康和生活质量带来严重威胁,尤其是农村妇女的妇科疾病尤为严重。现结合多年基层工作经验,对我国农村妇女妇科疾病的现状进行阐述,并总结妇科疾病的预防保健措施。

[关键词] 农村妇女;妇科疾病;预防保健

[中图分类号] R173

[文献标识码] A

[文章编号] 2095-2856 (2020)08-80-02

妇科疾病主要指女性的生殖系统疾病,主要分为妇科炎症性疾病、妇科肿瘤等^[1]。实际生活中,人们缺乏对妇科疾病及预防保健知识的认知,导致近几年妇科疾病的发病率呈逐步上升趋势,尤其是我国农村妇女的妇科疾病问题更为严重。本文主要阐述我国农村常见妇科疾病的现状和预防保健措施。

1 农村常见妇科疾病的现状

1.1 医疗条件差

随着我国科技与经济的飞速发展和农村医疗费用的投入,农村经济条件和医疗水平有了明显提高,但与城市相比,还存在很大的差距,这可能是导致农村广大妇女妇科疾病发病率较高的重要原因之一。由于受农村客观条件的限制,很多妇女在患有妇科疾病的初期,没有重视,也没有进行很好的预防和诊治,导致疾病进展很快,严重危害了广大农村妇女的身心健康。

1.2 宣传力度弱

受农村各方面条件的限制,农村广大妇女妇科疾病的预防和就医的宣传力度相对较弱,可能是基层机构忽略了对广大妇女生殖健康知识的宣传、妇科疾病的预防和体检,忽视了妇科疾病对广大妇女的危害,没有做到有效的预防和及时诊治。这可能也是目前我国农村医疗保健方面工作不到位,具体执行中遇到很多困难和障碍的原因^[1]。

1.3 观念落后

农村广大妇女的文化水平和素质普遍偏低,加之受传统封建理念影响较为严重,即使出现一些妇科疾病的相关症状,也不会主动去医院检查,从而延误了疾病的诊治,甚至一些患者在得病后,不去正规医院就诊,而是采取所谓的“土方法”进行治疗,导致病情加重,严重者无法彻底治愈或发生病变,对妇女的身体健康造成严重的伤害。另外,各

▲通讯作者

个年龄段患者均存在羞于就医的现象,这也是导致病情严重的主要原因之一,只有使患者正确认识、了解疾病产生的原因,克服患者的羞怯心理,才能从根本上扭转广大妇女不敢就医的问题。相关研究表明,女性处于更年期时,会存在一定的恐惧、忧伤及哀愁等消极心理,这些心理因素也是导致妇科疾病的发病原因^[2]。

1.4 生活压力大

随着我国城市建设的快速发展,城市需要大量的劳动力,致使大量的农村男性涌入城市寻求工作,而农活、赡养双方父母、教育子女等全部落在广大妇女的身上,繁重的农田劳作、沉重的生活压力、辅导孩子学习等不仅侵蚀着广大妇女的身体健康,还给他们带来心理、生理上的煎熬,根本无暇顾及自己的身体健康问题,更谈不上预防和体检。这些情况在偏远贫困地区尤为严重,使当地妇科疾病的发病率居高不下。同时,由于农村整体经济发展受限,农村家庭的总体经济收入偏低,生活条件比较艰苦,很多妇女得病后因为经济原因,错过了疾病的最佳诊治时机,这也是农村广大妇女妇科疾病发病率偏高的原因之一。甚至有的妇女在病情进展到严重影响日常劳作时,才意识到疾病的严重性,即使到医院就诊也处于严重阶段或疾病晚期,已经失去了药物治疗或手术治疗的最佳时机。

1.5 女性特殊的生理解剖结构

随着新农村建设步伐的加快,农村的卫生条件有了相当可观的改变,但是由于女性特殊的生理解剖结构,决定了女性妇科疾病的高发性。由于女性尿道具有宽、短、直的特点,阴道口缺乏有效的遮蔽结构,且距尿道口、肛门较近,一些致病因子较易侵入阴道内,引发感染。在女性经期内,由于内膜脱落产生大量的经血,容易使大量细菌滋生,如果妇女没有一些正确的护理常识和经验,更容易受细菌感染。有研究表明,处于经期内的女性,由于激素

水平的变化,女性的机体免疫力相对较低,更易受到外界的感染^[3]。

2 预防保健措施

2.1 健康教育

2.1.1 农村基层领导干部应高度重视妇女健康教育,基层部门要采用多种途径和形式,如广播、海报、墙画等,对常见妇科疾病的相关知识、女性预防保健、健康体检、孕前保健、孕后康复等进行宣传,使广大妇女真正认识到妇科疾病的危害,积极配合临床治疗,增强其治疗的依从性。

2.1.2 健康普查 随着国家对农村医疗经费投入的加大、医疗保障制度的逐步完善,妇科体检是预防妇科疾病极为重要的手段。农村基层相关机构在日常工作中要将妇科疾病普查工作落实到实处,一步一个脚印,使妇女能够逐步了解自己的身体健康状况,及时发现各种妇科疾病的前期征兆,做到早预防、早发现、早诊治,充分做好相关疾病的防护措施,有效降低妇科疾病的发病率。

2.1.3 健康培训 健康培训主要体现在两个方面,一是加大对妇女干部健康保健知识培训,因为主管妇女工作的干部是开展妇女工作的直接负责人,宣传妇女的健康知识是妇女干部日常工作的重要组成部分之一,妇女干部的大健康观念将直接影响广大农村妇女的健康观念。所以,除了选拔较高学历的妇女干部之外,还要注重对妇女干部任职后妇科疾病相关预防和治疗培训,以更好地为广大农村妇女服务。二是加大对妇幼保健员的培训,农村基层机构要组织专门的培训小组,在妇女干部的领导下,定期或不定期对妇幼保健员进行培训,妇幼保健员可深入农户和农村田间、地头,有针对性地缺乏相关知识的妇女进行预防保健知识的普及和讲解,起到有效宣传的目的。

2.2 提高自身文化素质

农村妇女妇科疾病的高发病率与自身的综合素质分不开,广大农村妇女要自觉地参加当地基层机构组织的各种妇女保健知识的相关培训,提高自身文化素质。相关干部要结合当地的具体情况,采取相应的宣传方式和方法,加大培训力度,督促广大妇女进行健康体检。同时,也要加强对广大农村妇女孕前、孕期和产后的个人健康护理知识培训,有效降低妇科疾病的发病率^[4]。

2.3 有效控制医源性感染

医源性感染是指患者在医院接受治疗及接受手术的过程中受到的感染,而对女性患者进行身体检查或手术时,多为侵入性检查或手术,常会被外界因素所干扰,感染概率较高,因而在实际检查及手术

过程中,医护人员要做好各种医疗器械的消毒、严格遵循无菌操作,做好术后感染的预防措施^[5]。

2.4 健康的饮食习惯

坚持清淡、易消化的饮食原则,指导广大妇女日常生活中要以高蛋白、高纤维素食物为主,注意少食多餐,保持饮食均衡,避免食用辛辣、生冷等刺激性食物^[6]。

2.5 良好的个人卫生习惯

加强妇女对个人卫生的重视和妇科疾病的预防是非常关键的。一是要认识到内衣对妇科炎症的影响,尽量选择舒适安全、柔软宽松、棉质的衣物,保证贴身衣物的干净,包括内衣材质与洗涤方法,洗涤内衣时要与其他衣物分开洗涤。二是在选择卫生巾或卫生棉条时,要注重其安全性和卫生性,月经期间要注意勤换卫生巾,养成良好的卫生习惯^[3]。三是每晚睡前用清水或洗液清洁外阴,勤换衣物。四是避免长期服用广谱抗生素,避免出现不洁性交,保持充足的睡眠习惯,每半年进行一次妇科检查。

综上所述,在农村妇女常见妇科疾病的保健预防方面,基层领导干部,特别是妇女干部,要结合本地的实际情况,采取多渠道、多途径的方式和方法,切实可行地对农村妇女常见疾病进行全方位的预防保健宣传,加大对农村妇女健康知识的培训力度,加强其自我保健和保护的意识,重视定期体检。同时,农村基层机构要定期邀请当地的妇科专家,对妇女常见妇科疾病的症状进行全面解析,针对常见妇科疾病产生的原因提出个体化、系统化的预防保健措施,如此,才能全方位多角度地降低农村妇女常见妇科疾病的发病率,全面提高农村妇女的健康水平。

[参考文献]

- [1] 贾中艳,张丽容. 中年女性常见妇科炎症性疾病的临床分析及预防保健研究[J]. 中国继续医学教育,2018,10(17): 69-71.
- [2] 陈英. 常见妇科疾病及预防方法[J]. 大家健康,2017,11(8): 29.
- [3] 王东梅. 中年妇女常见妇科疾病治疗和预防保健措施[J]. 实用妇科内分泌电子杂志,2016,3(6): 135,137.
- [4] 涂海清. 中年妇女常见妇科疾病的治疗方案及预防保健措施研究[J]. 中西医结合心血管病杂志,2019,7(17): 19.
- [5] 韩绍辉. 妇科恶性肿瘤医源性扩散的原因分析及预防探讨[J]. 中外医疗,2016,35(8): 55-56.
- [6] 王妹. 中年女性常见妇科炎症性疾病的临床分析及预防保健研究[J]. 临床医药文献电子杂志,2017,4(74): 14520-14521.