

■女性话题

子宫内膜炎可能引起不孕 千万别大意

子宫内膜炎即子宫内膜的炎症，是女性生殖系统常见的疾病之一，因其症状隐匿常被延误诊断，甚至引发严重的并发症。据世界卫生组织统计，约有10%~15%的育龄女性曾受其困扰，且与不孕症、慢性盆腔痛等问题密切相关。那么，什么是子宫内膜炎？

什么是子宫内膜炎

子宫内膜是覆盖子宫腔的一层黏膜组织，随月经周期增厚、脱落，为胚胎着床提供环境。当病原体侵入子宫内膜并引发感染时，会引发局部炎症反应，导致组织充血、水肿甚至坏死。

根据病程可分为急性子宫内膜炎和慢性子宫内膜炎，前者主要表现为突发的下腹痛、发热，多与近期宫腔操作或产后感染相关；后者常症状轻微但容易反复发生，可能由急性炎症迁延或低毒力病原体持续感染造成。

子宫内膜炎的原因

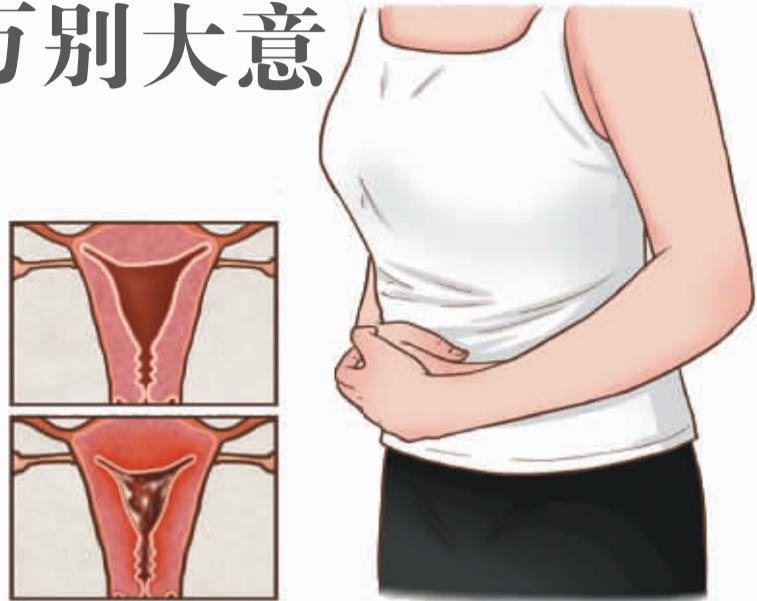
1. 感染性因素 常见的有大肠杆菌、链球菌、淋球菌、沙眼衣原体、结核分枝杆菌等。

2. 非感染性因素

(1) 宫腔操作：人工流产、刮宫术、宫腔镜等检查会导致感染风险增加；

(2) 异物刺激：宫内节育器长期留置可能引起局部炎症；

(3) 免疫力低下：糖尿病、长期使用糖皮质激素或免疫抑制剂的患者更易感。



子宫内膜炎有哪些症状

1. 典型症状 下腹持续性隐痛或坠痛，性交后加重；阴道分泌物增多，呈脓性或血性；异常的子宫出血（月经延长、经间期出血）；发热（急性期体温可达38℃以上）。

2. 隐蔽症状 长期不孕（炎症影响胚胎着床）；反复流产（子宫内膜容受性下降）；慢性盆腔痛（炎症扩散至周围组织）。

如何揪出“沉默的炎症”

1. 妇科检查 宫颈举痛、子宫压痛提示炎症可能。

2. 实验室检查 血常规检查提示白细胞计数和C反应蛋白升高；阴道分泌物培养可明确病原体类型；子宫内膜病理组织切片见浆细胞浸润可确诊；采用免疫组化方法标记内膜间质内浆细胞，通过CD138、CD38等浆细胞标记指标可确诊子宫内膜炎，并通过阳性细胞数量判断子宫内膜炎的严重

程度。

3. 影像学检查 超声可见子宫内膜增厚、管腔积液。

4. 宫腔镜检查 可观察子宫内膜充血、水肿或息肉样改变。

如何预防子宫内膜炎

1. 减少感染风险 正确使用避孕套，避免多个性伴侣；宫腔操作后遵守医嘱预防性使用抗生素。

2. 加强自我监测 出现异常出血、分泌物或腹痛持续3天以上应及时就诊。

3. 调节免疫功能 增加维生素C、锌的摄入（如柑橘、坚果等）；坚持有氧运动，提高免疫力。

子宫内膜炎虽不会致命，但其对生育功能和生活质量的影响不可小觑。女性应定期进行妇科检查，出现疑似症状时应及时寻求专业治疗，早期干预可显著降低不孕、盆腔粘连等风险，维护女性健康。

广东省妇幼保健院病理科
主管技师 谢楠玉

女人的多事之“春” 为什么阴道炎春季高发？

春季代表希望与生机，但同时也让一些女性朋友十分困扰，因为春季也是阴道炎的高发季节。这是为什么呢？

为什么春季阴道炎高发

春季气温变化较大，加上空气较为潮湿，给病菌滋生提供了良好的环境。女性生殖道与外界相通，阴道口与尿道口、肛门位置接近，透气性差，在温热潮湿环境下容易滋生细菌，稍不注意，细菌就会上行入侵引发阴道炎。

如何预防阴道炎复发

1. 积极治疗原发病 对于阴道炎以外的致病因素，要积极治疗，如糖尿病等。

2. 避免擅自停药 一部分患者用药过程中只要症状消失了，

就自行停药，这样会让细菌产生耐药性，使病情反复发作。

3. 避免过度清洗 阴道自身拥有一套正常的自我清洁机制，通常来讲，清水洗足以维持阴道的清洁与健康，过度清洗或使用不恰当的洗护产品，反而会破坏阴道内的天然菌群，致使细菌或真菌大量滋生，引发阴道炎、阴道瘙痒等问题。

4. 均衡饮食 饮食与整体健康以及女性的生殖道健康关系密切。高糖、高脂肪的食物不仅会导致体重增加，还可能使阴道内的菌群失调，提高细菌性阴道病和酵母菌感染的风险。相反，均衡的饮食有助于维持身体的免疫系统正常运转，从而守护阴道健康。

5. 定期检查 定期妇科检查

可以及时了解自身的健康状况，及早发现潜在的健康问题，如阴道炎、宫颈病变等，并及时采取治疗措施，避免病情加重。

6. 减少使用卫生护垫 不少女性习惯在月经期间或平时频繁使用卫生护垫，觉得这样能够保持干净。其实，长时间使用卫生护垫，特别是在闷热潮湿的环境下，容易促使阴道内细菌大量繁衍，进而引发阴道炎。

7. 加强锻炼 现代女性由于工作和生活的双重压力，常常忽视了锻炼的重要性。适量的运动，如瑜伽、慢跑等，能够增强盆底肌肉的力量，促进血液循环，提高抵抗力，预防阴道炎及其他疾病。

湖南省直中医医院妇科
廖晓琴

宫腔内的“火眼金睛”

宫腔镜是一种妇科内窥镜，通过插入宫腔的光导玻璃纤维窥镜直视观察子宫颈管、子宫颈内口、子宫腔及输卵管开口，还可取病变组织进行病理分析，既是妇科医生的“放大镜”，也是“手术刀”。那么，女性哪些情况下需要做宫腔镜？做宫腔镜前后需要注意些什么呢？

什么情况需要做宫腔镜

1. 子宫异常出血 子宫内膜息肉、子宫内膜不典型增生等疾病会引起子宫异常出血，表现为月经过多、月经频繁、经期延长、不规则阴道出血等。

2. 宫腔粘连 子宫内膜损伤会引起宫腔粘连，从而出现月经减少、闭经、周期性腹痛等症状。宫腔镜检查是诊断宫腔粘连的金标准，对于有生育愿望或由于粘连导致经血流出受阻的女性可以在宫腔镜下分离粘连。

3. 子宫内膜癌的早期诊断 对于围绝经期及绝经后女性的不明原因出血，宫腔镜检查可以发现子宫内膜癌的癌前病变或早期癌变，并在宫腔镜下定位取活检，提高了子宫内膜癌癌前病变的诊断率。

4. 不孕不育检查 对于不孕不育及反复流产患者，可以通过宫腔镜观察宫腔形态、子宫内膜形态与内膜厚度，辅助判断不孕不育的原因。

5. 特殊计划生育手术 对于宫内节育器移位嵌顿、取环失败、环断裂残留、稽留流产、药流或人工流产术后宫内妊娠物残留（宫内异物），可在宫腔镜定位后取出残留组织物及节育器。

宫腔镜术前需做哪些准备

目前，临床上的宫腔镜检查有普通宫腔镜和无痛宫腔镜两种选择，前者是在被检查者清醒状态下进行，后者则是在全身麻醉下进行。无论是哪一种，术前都要做好以下准备。

1. 手术时间 以月经干净3~7天为宜，此时子宫内膜薄且不易出血，黏液分泌少，宫腔病变易见。

2. 术前准备 术前需完善B超、心电图、血常规、输血前四项、麻醉评估表，以及近一周的白带检查。

3. 饮食注意 无痛宫腔镜要求术前一天晚上12点后禁食禁水，以防麻醉后误吸内容物。

4. 用物准备 宫腔镜手术后会有少量阴道流血，术前需备好卫生纸、卫生巾等。

5. 着装 患者宜穿着宽松的衣物，不佩戴金银首饰，卸掉美甲，以免影响麻醉监测。全麻后会有寒冷感，建议携带外套保暖。

6. 家属陪同 选择无痛宫腔镜者，最好有家属陪同。

宫腔镜术后有哪些注意事项

1. 术后1周内避免重体力劳动，1个月内禁止同房、盆浴及游泳。

2. 如有腹痛、发热、阴道流血（多于月经量）或阴道流脓性分泌物、有异味时，要及时就医。

3. 避免辛辣刺激及油腻的食物，不要吃桂圆、红枣、人参等活血食物，以免引起出血过多。

4. 术后1个月复查B超，做了病检的术后1周内取病检结果。

长沙市妇幼保健院妇女保健中心
彭莘媛