当夏季体内细菌活跃的时候 你该怎么办？

夏季温度升高，各种细菌都活跃起来，在各大医院的妇科诊室里，女性患者也多了起来。许多女性因此瘙痒难耐坐卧不安，有的小便时伴有疼痛感或性生活疼痛等不适感，严重影响着女性的生活、工作质量。由于社会生活方式的复杂多样，有的年轻女性甚至误以为自己得了性病，但又羞于启齿，不敢到正规医院妇科就诊，结果延误病情。到底夏季哪些妇科病容易困扰女性？该如何预防呢？记者就此专门走访了杭州天目山医院妇产科几位资深医生。

盆腔炎防治要及早

盆腔炎的范围包括子宫、输卵管、卵巢、盆腔腹膜与子宫直肠陷凹的结缔组织及其他邻近组织。

根据病程长短，盆腔炎可分为两大类，一类称为"急性盆腔炎"，主要由淋病、性传播疾病及生育或流产后感染；另一类称为"慢性盆腔炎"，指急性盆腔炎治疗不彻底或未治疗的后遗症。

【治疗手段】

大部分盆腔炎患者通过抗生素治疗，就能得到控制，目前盆腔炎治疗多以一般广谱抗生素治疗。治疗原则应选用杀菌力强、组织内浓度高、毒性低的药物，对厌氧菌有较强活力与穿透力，而且价格适宜。另外，对盆腔炎的预防应注意生育时卫生防护，正确掌握人工流产、宫腔手术、产后、流产后的卫生防护，注意个人卫生，及时治疗阴道炎、宫颈炎、盆腔炎等妇科疾病，尽早治疗，防止盆腔炎的发生。

【健康支招】

对于盆腔炎的防治，要注意以下几个方面入手：1、注意休息，适当锻炼，增强体质。2、注意调整心态，保持心情舒畅，避免因不良情绪，导致内分泌紊乱。3、加强营养，多吃蔬菜、水果，多喝水，多食用高蛋白、高维生素、高纤维、高热量、低脂肪、低胆固醇的食物。4、不要自行服用抗生素，应在医生指导下，选用合适的抗生素。5、对性生活要注意卫生，注意防止性传播疾病。6、对盆腔炎患者应及时治疗，不要拖延。7、注意营养，保持精神状态。8、平时应加强锻炼，增强抵抗力。9、要注意个人卫生，如出现下腹部疼痛、发热、恶心、呕吐、腹胀、腹泻、尿频、尿急、尿痛等症状，应及时就医治疗。

健康管家为您支招"避"炎症

预防尿路感染从穿棉质内裤开始

据杭州天目山医院妇产科主任介绍，调查发现，女性尿路感染的发病率随着年龄增长，呈逐渐增加的趋势。有异味、尿频尿急尿痛、发热等症状。在更年期，由于女性卵巢功能减退，雌激素分泌减少，阴道上皮萎缩变薄，糖原减少，阴道内pH值升高，抗菌力减弱，机体抵抗力下降，细菌容易侵入，且尿道黏膜变薄，尿道口变宽而短，尿道黏膜萎缩变薄，尿道口黏膜萎缩变薄，尿道口黏膜萎缩变薄，尿道口