



攻它・防它 向陰道炎下戰帖

文／婦產部 醫師 張慧怡

陰道炎是女性常見的隱疾，容易去而復返，儘管歷經治療，很多女性對這個「不速之客」仍缺乏足夠的了解。

在正常的生理狀況下，女性陰道內即存有各種菌種，維持一個酸性正常的生態平衡，當生態平衡改變，某些菌種增生，便會發生感染。當然，也有可能是感染了外來的細菌或病毒所致，例如性病，但大部分都是由內在平衡改變所造成。

傳統上，只要是陰道有分泌物就通稱為「白帶」，但其正確稱呼應為「陰道分泌物」。許多婦女認為分泌物透明、無味才正常，並且會從量的多寡、顏色、氣味來自我診斷，這是不正確的。隨著月經週期或身體狀況的改變，女性的陰道分泌物本來就會有變化，絕非一成不變，應該說：「只要是年輕健康的女性，都會有陰道分泌物。」

陰道炎喜歡糾纏誰？

陰道炎好發於有以下狀況的女性：

- 經常沖洗陰道者
- 糖尿病患者

- 長期服用抗生素、類固醇或避孕藥者。
- 免疫機能不良或抵抗力差者，如：營養不良、睡眠不足、過度疲勞或感冒時。
- 個人衛生習慣不佳者
- 孕婦

4種常見的陰道炎

常見的陰道炎有4種

1.細菌型陰道炎（Bacterial vaginosis）：

這是最常見的類型，是由於正常的菌種失衡增生而造成，這些增生的菌種通常以Gardnerella或Haemophilus為主，症狀包括分泌物增加、有異味，或癢、紅等。有學者報導一些婦產科術後的感染及懷孕時的破水、絨毛膜炎或產後子宮內膜炎，也可能引發。診斷方式為檢測分泌物的PH值、異味及顯微鏡觀察。當診斷確定，可用抗生素Metronidazole（500mg）1天服用2次，共治療7天（抗厭氧菌又不傷lactobacilli）；或Metronidazole凝膠用於陰道，1天2次，共治療7天；或Clindamycin（300mg）1天服用2次，共治療7天。



2.念珠菌性陰道炎：

這種黴菌引起的陰道炎也很常見，症狀為癢、紅及有分泌物，分泌物中夾雜如乳酪的白色物質，通常好發於懷孕婦女、糖尿病患、服用口服避孕藥或免疫功能不全者。診斷可藉由症狀及顯微鏡見到黴菌菌絲而得知。治療可用Azole藥膏或塞劑，如：clotrimazole 100mg陰道塞劑，1天1次，共治療7天，或1天兩次，共治療3天；Nystatin 100,000-unit陰道塞劑，1天1次，共治療14天；或Fluconazole 150mg口服1次（輕中度感染）

3.原蟲性陰道炎：

通常由於性接觸造成trichomonas的感染，症狀是泡狀灰綠色分泌物、陰道癢紅腫等，有時可見如草莓外表的紅點出現在陰道內膜及子宮頸處。診斷可經由臨床症狀及分泌物顯微鏡檢查得知。治療可用抗生素Metronidazole (Flagyl) 2 g口服1次，或500mg1天服用2次，共治療7天。

因為是性病，應合併檢測淋病（N. gonorrhea）、披衣菌（Chlamydia）、梅毒（Syphilis）、愛滋（HIV）。性伴侶也要一

併治療。有時可以用1%乳酸或0.5%醋酸沖洗，改善陰道內環境。

4.萎縮性陰道炎（atrophic Vaginitis）：

通常發生於老人家，剛生完產或哺乳的婦女，這是因為荷爾蒙的改變或缺乏而造成的，症狀以乾澀有分泌物，可能帶血為主，通常伴有性交不適、小便不適等現象。治療可用口服荷爾蒙補充劑（HRT）或外用軟膏，如普力馬林乳膏premarin 0.5g塗抹陰道，約使用4-6週，使症狀改善，通常持續用9個月便能強化陰道內組織並恢復正常。

如何對它下達驅逐令？

預防陰道炎須知：

- 保持外陰部透氣乾爽
- 改掉沖洗陰道的習慣
- 正常作息及飲食，多吃蔬果纖維食物。
- 少吃甜食，多飲用含乳酸菌的飲料，如：養樂多、優格、優酪乳等。
- 盡量減少使用衛生護墊的天數
- 內褲與襪子要分開清洗
- 每天睡足6-8小時以增強抵抗力
- 養成解便後由前往後擦的習慣