

陰道炎護理指導

壹、爲什麼會得陰道炎？

正常的陰道及外陰部為『弱酸性』，會抑制陰道內部的病菌生長。當陰道酸鹼值改變成中性或微鹼時，對病菌的抵抗力就會降低，一旦有細菌侵入就容易造成感染。

貳、常見的陰道炎有

- 一、念珠菌陰道炎（黴菌感染）：外陰部及陰道內壁可見乳白色呈濃稠糊狀或成塊狀的分泌物。常見於糖尿病人、孕婦或長期服用抗生素的人。通常會很癢，嚴重時整個陰道壁及外陰會呈現紅色或暗紅色。
- 二、細菌性陰道炎：通常會有帶黃灰色及異味的分泌物，需以抗生素或陰道塞劑治療感染。
- 三、滴蟲性陰道炎：會有黃綠色帶有泡沫及腥味的陰道分泌物，內診時可在陰道內壁及子宮頸處看到多數的小紅點，也會很癢。建議性伴侶一起治療，以免互相傳染。
- 四、淋病性陰道炎：外陰部會發紅、腫、痛，且通常會有膿性陰道分泌物、排尿困難、頻尿等症狀。需以抗生素治療感染，建議性伴侶一起治療效果更好。
- 五、萎縮性陰道炎：多發生在更年期後女性陰道黏膜萎縮，主要是因為缺乏雌性素，易受細菌感染而產生多量白帶及灼熱感。

參、日常照護

- 一、依醫囑指示按時用藥。
- 二、保持外陰部的清潔乾燥，房事前後雙方都要洗澡，保持局部衛生。
- 三、盡量少用衛生護墊，以免造成局部溫熱不透氣，成為細菌滋生的溫床。
- 四、選擇棉質透氣的內褲，最好手洗，並在陽光下及通風處曬乾接受日光殺菌。
- 五、上廁所後『由前往後』擦拭，以免陰道口受肛門口的細菌感染。

- 六、因陰部的黏膜十分敏感，平時應使用清水或選用標有『弱酸性』之局部專用清潔用品。
- 七、經期前後及行房後，較容易有搔癢或感染情形出現，更需注意陰部的清潔護理，但『不可灌洗陰道』。
- 八、如果陰道過於乾燥，有搔癢、刺痛症狀時，可依醫囑使用局部保濕潤滑劑或藥膏，減輕不適症狀並立即就醫。
- 九、避免常穿褲襪或緊身衣褲，儘可能穿裙子幫助肌膚透氣。
- 十、糖尿病病人容易罹患黴菌性陰道炎，除了局部治療外，平時必須積極控制血糖。
- 十一、壓力過大、長期睡眠不足，會造成人體免疫力下降。需舒緩緊張、避免熬夜。

肆、陰道塞劑用法如下：

於晚上睡覺前洗手後，將塞劑以溫開水沾濕(可減輕塞入時的不適)，置於食指輕輕放入陰道裡面，約一個手指頭深(或請伴侶幫忙放入陰道內)。塞入後請躺床上，不要下床活動，塞劑會自行溶化，不須取出。

(注意：請避開生理期，以防藥物隨經血流出而失去作用)

伍、諮詢服務電話

(02)89667000 轉 1374 (婦產科門診)

(02)89669000 (預約掛號專線)

陸、參考資料

蔡秀鸞(2017)·生殖系統疾病病人的護理·載於李玉秀(主編)，最新實用內外科護理學(38-39頁)·台北市：永大。

柒、複習一下

問題1：()如有搔癢或感染情形出現，應該要多多灌洗陰道。

問題2：()上廁所後宜由前往後擦拭，減少感染。

問題3：()生理期間應避免陰道內塞藥。

正確答案 問題1：X 問題2：○ 問題3：○

編印單位：護理部 OPD(OPD GYN-012)
編印日期：2005年11月25日第1版
修訂日期：2019年12月31日第7版
全院編碼：亞東醫院出版品(SH054)
材物編碼：MS4902K017
宗旨：持續提升醫療品質 善盡社會醫療責任
願景：成為民眾首選醫學中心

亞東紀念醫院 祝您健康