



(Getty Images)



# 注意個人衛生 增強抵抗力 預防陰道炎發作

陰道炎是十分常見的婦科疾病，不少患者都認為該病是因為接觸了不潔的物品如廁紙、毛巾、廁所水等所致，更有患者誤以為該症是傳染病，甚至是等同性病。其實陰道炎的成因與個人身體狀況轉變有關，增強自身的免疫力有助預防染病。

不少患上了陰道炎的病人都有一個疑問：「我是否因為使用了不潔的廁紙、毛巾，或沾染了廁所水，所以染上陰道炎？」要回答這個問題，首先要了解陰道炎的發病原因。

## 陰道炎非傳染所得

陰道炎只是一個概括的名稱，多種不同的微生物都可引起陰道感染，其中以念珠菌(一種真菌)引起的陰道炎最為常見，偶然亦有感染是由細菌引起的。這些可導致陰道感染的微生物普遍存在於環境中，在人體的皮膚上、口腔內和陰道內也能輕易找到。

在正常情況底下，陰道內的酸鹼值介乎3.8至4.2度之間，這種微酸性的環境可抑制微生物大量滋生，各種真菌和細菌處於平衡的狀態，並不會引起健康問題。不過，當身體的荷爾蒙水平出現變化，陰道的酸鹼值改變，或抵抗力下降時，上述的真菌和細菌便會伺機大量滋生，造成陰道感染。

任何年紀的女性都有機會患上陰道炎，但患者多數是生育年齡內的婦女，女童出現陰道炎的機較低。服用避孕藥、抗生素、類固醇、懷孕、患有糖尿病或免疫系統疾病的婦女是患上陰道炎的高危一族，她們由於荷爾蒙水平的轉變，或抵抗力較低，因而較容易出現陰道感染。

陰道有生理性分泌是正常現象，分泌物為透明或淡白色，既無異味，亦不會有痕癢或灼熱的感覺。在排卵期、經期前和懷孕期，分泌會稍為增多。

## 對症下藥 療效理想

由念珠菌引起的陰道炎病徵是陰道分泌增加，分泌物呈白色和較為濃稠，狀似豆腐渣。患者最常見的不適是外陰痕癢，有時還會有灼熱的感覺。這種陰道炎一般可透過臨床診斷和下身檢查已能確診。

念珠菌是一種真菌，治療念珠菌陰道炎自然是使用抗真菌藥。常用的抗真菌藥是陰道塞劑，有時需輔以外用或局部用抗真菌藥膏。通常用藥1至2星期，陰道感染便能痊癒，但部分患者可能會不時復發。如果在一年內出現4次感染或以上，便屬於反覆感染，這類患者需利用藥力較強的藥物作治療，如大劑量陰道塞劑或口服抗真菌藥。

## 抗生素必須服完整個療程

由細菌引起的陰道感染，病徵與念珠菌陰道炎相似，同樣是陰道分泌增多和外陰痕癢，或者患者的下身會有異味，而分泌物並非如豆腐渣狀。有時單靠下身檢查未必能即時確診，故或需要取少量分泌物作細菌培植，以便找出致病源。

抗生素能有效治療細菌性陰道炎，醫生會因應不同的致病細菌處方相應的抗生素，患者通常服完一個療程約一周的藥已能痊癒。唯患者必須遵照醫生的服藥指示，完成整個療程，中途停藥有可能令細菌出現抗藥性，日後陰道炎若再次復發，要成功治癒就會比較困難。

## 陰道炎不一定等同性病

婦女懷孕期間由於荷爾蒙水平改變，故特別容易出現陰道感染。治療懷孕期的陰道炎，必須謹慎用藥，孕婦使

用一般的陰道塞劑是安全的，但有少部分口服藥物不適合孕婦使用，醫生在處方時會特別注意，而如果患者沒有任何病徵，甚至可以毋須用藥。

由於患處是性器官，不少人誤以為陰道炎就等同性病，其實一般的念珠菌陰道炎和細菌性陰道炎並不經由性接觸傳播，所以患者的伴侶毋須進行檢查和接受治療。不過，部分性病如滴蟲、衣原體或淋病也可引起子宮頸或陰道感染，故若發現陰道分泌異常，醫生會決定是否需要化驗分泌物，以確定病人有否感染性病。

## 提防盆腔炎

陰道炎一般不會造成嚴重的健康問題，但部分情況(如衣原體或淋病感染)可影響子宮和輸卵管，引發盆腔炎。

盆腔炎可導致輸卵管阻塞，造成不育，亦會增加患上慢性盆腔炎及宫外孕的風險。因此，一旦發現陰道炎病徵宜盡快就醫，查明病因。若同時有腹痛、發燒的現象，就更需進行檢查，排除盆腔炎的可能性。嚴重的盆腔炎需入院接受抗生素注射，或需較長時間才能治癒。

## 穿通爽褲子防感染

要預防陰道炎，最重要是增強抵抗力，注意個人衛生。由於微生物喜歡在溫暖和潮濕的環境中生長，保持下身清潔乾爽有助防止微生物大量滋生，平時應穿着透氣度高的棉質內褲和褲子，避免經常穿緊身、厚和侷促的牛仔褲或尼龍褲。

至於陰道炎的高危一族如糖尿病人，則必須控制好病情，陰道炎復發的機會將明顯減少。

許佩華醫生  
香港大學李嘉誠醫學院  
婦產科學系榮譽臨床助理教授

