

骨盆腔炎症照護衛教指導

一、何謂骨盆腔炎症？

骨盆腔炎症是指女性內生殖器官（子宮、卵巢、輸卵管）與周圍的腹膜發炎。造成的原因是因為女性陰道中存在一些潛在的病原體，當性行為或月經逆流會導致這些病原體經由陰道、子宮頸，進入骨盆腔造成感染；反覆的骨盆腔感染會造成輸卵管表皮受損、結痂、沾黏，導致輸卵管阻塞而不孕，故需小心謹慎。

二、骨盆腔炎症會有哪些症狀？

- 1.發燒
- 2.持續性下腹痛
- 3.食慾下降、噁心及嘔吐
- 4.腹脹、腹瀉
- 5.陰道分泌物增多且有異味
- 6.性交疼痛、陰道出血及排尿疼痛

三、照護重點

- 1.建議穿著輕便寬鬆的外褲及透氣性佳的棉質內褲，並勤換洗。
- 2.性行為過程建議使用保險套及避免陰道灌洗。
- 3.注意個人衛生，如廁後衛生紙擦拭方向採由前往後單向擦拭。
- 4.清潔時使用清水清洗即可，不需特別使用肥皂或清潔液過度清洗，以免破壞陰道的正常菌叢，降低正常菌種的防護，進而導致感染。
- 5.月經來潮期間，請使用衛生棉，勿使用衛生棉條，並每 1-2 小時更換衛生棉，以避免感染再次發生。
- 6.洗澡宜採用淋浴方式，治療期間勿泡澡(湯)及游泳，以免再次感染。
- 7.採均衡飲食，每日攝取足夠的水分(至少 2000-3000 毫升)，多攝取維他命 C 及多種維生素、高蛋白質、蔓越莓類食物，不食

用刺激性食物，適當的運動和休息及充足的睡眠，以增進抵抗力。

8.放置避孕器者遵照醫師建議每 3-5 年更換一次，疾病好發者勿採用子宮內避孕器。

9.遵循醫師建議服用抗生素，勿自行停藥，避免產生抗藥性。

10.如有以下症狀如：發燒、下腹痛、分泌物有異味等，應立即返院治療。

參考資料:

何美華、蕭仔伶、陳怡靜、徐莞雲(2020)．婦科疾病的護理．載於余玉眉(主編)，*產科護理學*(十一版，664-666 頁)．新文京。

陳卉臻（2022）．骨盆腔發炎的診斷與治療．*嘉基藥訊*，158，6-8。

諮詢電話 02-26723456 轉 6062

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院