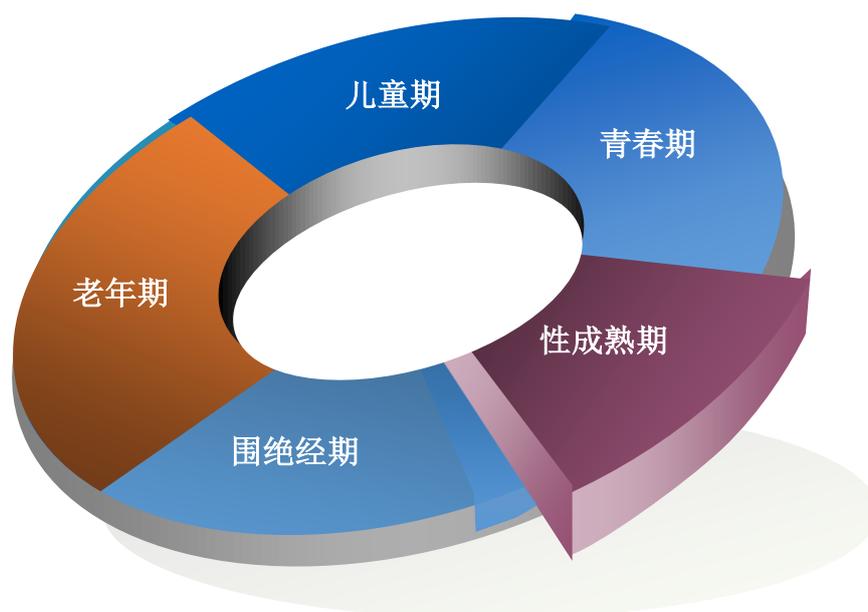


## 第一节 女性一生各时期的生理特点

女性从出生至衰老是一个渐进的生理过程，也是下丘脑-垂体-卵巢轴功能发育、成熟和衰退的过程。根据女性一生的生理特点，可按年龄将女性一生分为6个阶段，即新生儿期、幼女期、青春期、性成熟期、围绝经期、绝经后期。但每一个阶段无截然界限，均有其各自的特点，可因遗传、营养、环境和气候等影响而出现个体差异。



### (一) 新生儿期

胎儿出生后4周内称新生儿期 (neonatal period)。女性胎儿在子宫内受母体卵巢和胎盘所产生的女性激素的影响，出生后子宫和乳房可有一定程度的发育，



乳房稍增大或有少量乳汁分泌，出生后脱离胎盘循环，血中女性激素水平迅速下降，阴道可有少量血性分泌物排出，这些均属生理现象，不需处理，数日内自然消失。

## （二）幼女期

从出生 4 周到 12 岁左右为幼女期（childhood）。8 岁之前，体格持续生长和发育，但性腺和生殖器官呈幼稚状态，子宫、输卵管及卵巢位于腹腔内，下丘脑-垂体-卵巢轴功能处于抑制状态，卵泡无发育，外阴、阴道抵抗力低下。约 8 岁起，卵巢内少量卵泡开始发育并分泌少量性激素，虽无排卵，但乳房和内外生殖器开始发育，仍达不到成熟阶段。胸、肩、髋及耻骨前等处皮下脂肪逐渐增多，



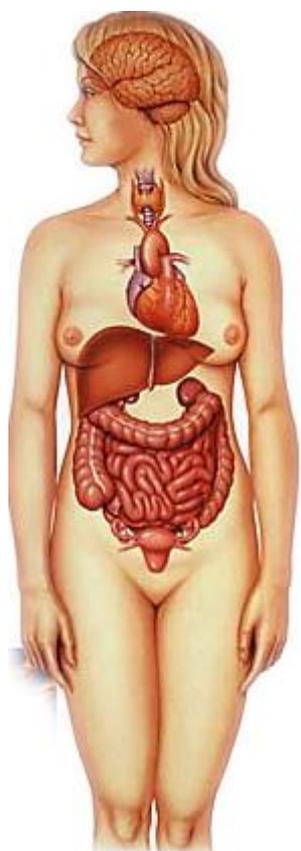
女性特征开始出现，子宫、输卵管及卵巢逐渐向骨盆腔内下降。

## （三）青春期

从月经初潮到生殖器官逐渐发育成熟的时期为青春期（adolescence or puberty）。世界卫生组织（WHO）规定青春期为 10 ~ 19 岁；一般认为此期为 12 ~ 18 岁，这一时期是幼儿向成年阶段转变的重要时期，在体格和心理等方面将发生很大变化。其变化特点如下：

1. 性征发育 除体格生长迅速外，由于促性腺激素作用，卵巢增大，卵泡开

始发育和分泌雌激素，内、外生殖器官进一步发育成熟。生殖器从幼稚型变为成人型，阴阜隆起，大小阴唇变肥厚并有色素沉着；阴道长度及宽度增加，黏膜变厚并出现皱襞；子宫体增大，占子宫全长的 2/3；输卵管变粗。随之出现第二性征，如音调变高、乳房丰满，出现阴毛和腋毛，肩、胸和髋部皮下脂肪增多，骨盆横径大于前后径。



2. 月经初潮 女性第一次月经来潮称月经初潮，始于 11 ~ 18 岁，是青春期开始的重要标志。月经来潮提示卵巢产生的雌激素足以使子宫内膜增殖，由于此期卵巢功能尚未完善，月经周期常不规律。在此阶段，少女的心理状态和思想情绪往往不稳定，应给予心理疏导。

#### (四) 性成熟期

性成熟期 (sexual maturity)，一般自 18 岁开始，历时 30 年左右，是卵巢功能最旺盛的时期，故又称为生育期。此期建立了规律的下丘脑-垂体-卵巢轴调节，在卵巢激素的作用下发生周期性变化，表现为周期性月经来潮和排卵。

#### (五) 围绝经期

女性卵巢功能逐渐减退到完全衰竭的过渡阶段，称为围绝经期 (peri menopause)。此期长短不一，因人而

异，可始于 40 岁，历时短可 1 ~2 年，长至 10 ~20 年。表现为月经紊乱，最后完全停止。绝经指月经完全停止 1 年以上，绝经年龄平均为 50 岁左右，80%发生在 44 ~54 岁。



#### (六) 绝经后期

绝经后期 (postmenopause period)指绝经一年后的整个生命历程。60 岁以后机体逐渐老化进入老年期。此期卵巢功能进一步萎缩并纤维化，体小质硬，内分泌功能停止，生殖器官逐渐萎缩老化，局部抵抗力降低，易患萎缩性阴道炎。骨代谢失常导致骨质疏松，易发生骨折；脂代谢失调易肥胖，血液中胆固醇升高，



易导致动脉硬化性心血管疾病。