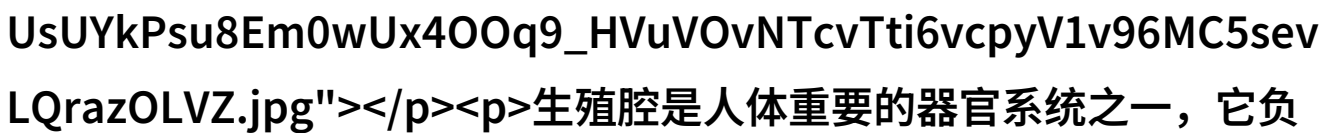
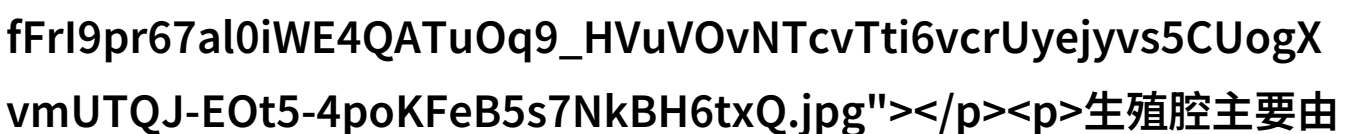


生殖腔的奥秘与健康维护

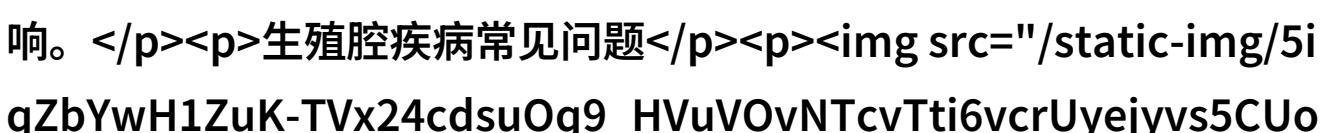
生殖腔的奥秘与健康维护

生殖腔是人体重要的器官系统之一，它负责女性性别特有的生理功能。了解和维护生殖腔的健康对女性来说至关重要。

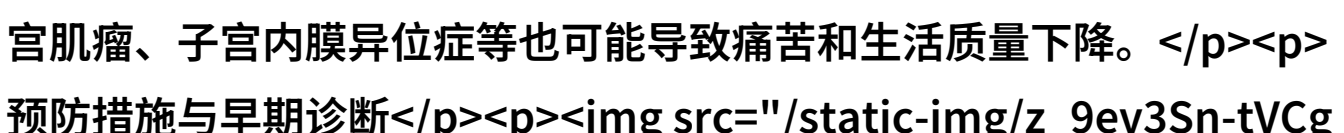
生殖腔结构与功能

生殖腔主要由卵巢、输卵管、子宫以及相关的血管和神经组织构成。它不仅承担着怀孕并分娩孩子的职责，还参与到性激素产生中，对整体身体有着深远影响。

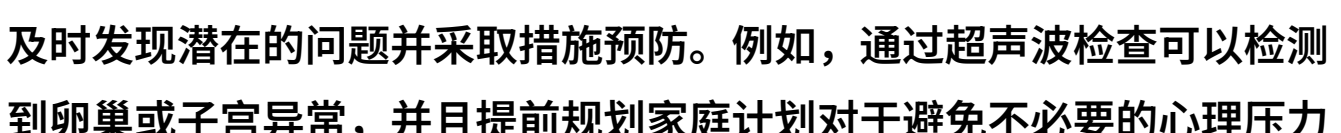
生殖腔疾病常见问题

卵巢囊肿、输卵管堵塞、高风险妊娠等都是影响女性生育能力的问题。此外，子宫肌瘤、子宫内膜异位症等也可能导致痛苦和生活质量下降。

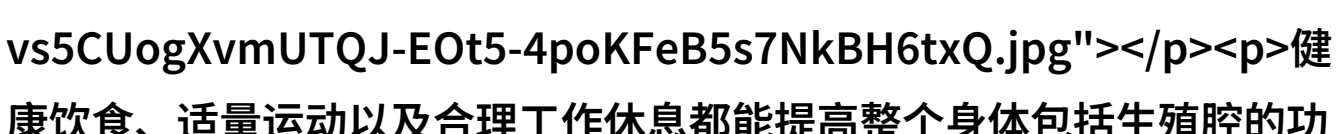
预防措施与早期诊断

定期进行妇科检查，可以及时发现潜在的问题并采取措施预防。例如，通过超声波检查可以检测到卵巢或子宫异常，并且提前规划家庭计划对于避免不必要的心理压力非常有益。

保持良好的生活习惯

健康饮食、适量运动以及合理工作休息都能提高整个身体包括生殖腔的功能状态。而吸烟和过度饮酒则会损害机能，应尽量避免这些不良习惯。

心理健康同样重要

心理压力对于生殖系统也有影响，因此保持积极乐观的情绪态度，也是保护自己生的一个方面。不当情绪管理可能会引起月经失调或者其他更严重的问题。

专业医疗咨

询建议

对于任何疑问或症状，最好寻求医生的帮助。专业医师能够提供个性化建议，并根据实际情况制定治疗方案，从而确保个人的 reproductive health得到有效保障。

[下载本文pdf文件](/pdf/555559-生殖腔的奥秘与健康维护.pdf)