

## 第二章第一节

## 案例分析

1. 骨盆由左右2块髋骨、1块骶骨和1块尾骨组成。骨盆腔分为三个假想平面，即通常所称的骨盆平面。骨盆入口平面即真假骨盆的分界面，呈横椭圆形。中骨盆平面为骨盆最小平面，是骨盆腔最狭窄部分，呈纵椭圆形。骨盆出口平面由两个不同平面、以坐骨结节间径为共同底边的三角形组成。
2. 骨盆底由多层肌肉和筋膜组成，封闭骨盆出口，承载和支持盆腔脏器，使之保持正常的位置。

## 第二章第二节

## 案例分析

1. 月经初潮年龄多为 13~14 岁，可早至 11 岁或迟至 16 岁。月经属生理现象，多数女性无特殊不适，但由于盆腔充血及前列腺素的作用，部分女性可出现下腹及腰骶部下坠不适或子宫收缩痛，并可出现恶心、呕吐、腹泻等胃肠功能紊乱症状。
2. 应注意经期卫生，保持外阴清洁，禁止阴道冲洗、盆浴、游泳及性生活等。注意防寒保暖，避免淋雨、冷水浴。劳逸结合，避免剧烈运动和重体力劳动。加强营养，忌食辛辣等刺激性食物。