



患者及照护者教育

# 宫颈锥体活检后的自我护理

本信息介绍了宫颈锥体活检后如何进行自我护理的相关事宜。

## 关于宫颈锥体活检

宫颈是子宫的底部。该器官连接子宫和阴道（见图 1）。分娩时，子宫颈会扩张。来月经时，经血会通过子宫颈流到阴道，然后排出体外。

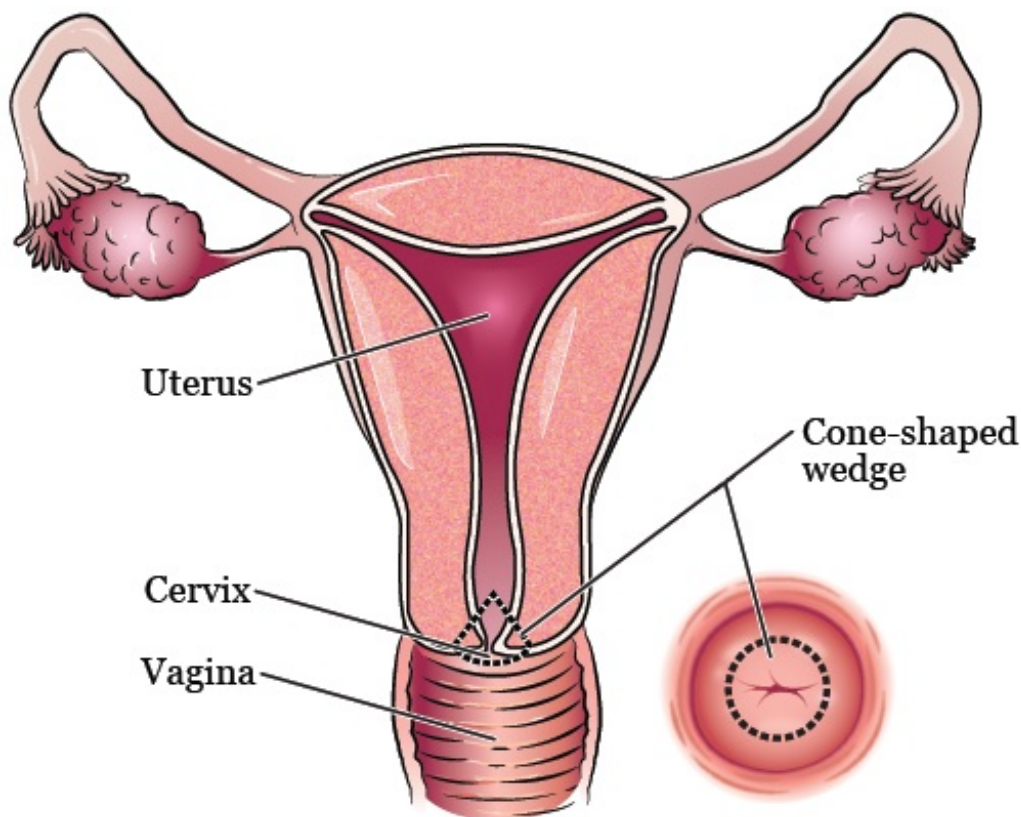


图 1. 子宫、宫颈和阴道

在锥体活检过程中，医疗保健提供者会从宫颈中取出一小块锥体部

分。他们会在显微镜下进行研究，寻找异常细胞。

手术后，宫颈通常需要 4 到 6 周才能愈合。

## 居家自我照护

术后的前 24 小时（1 天）内：

- 摄入 8 到 12 杯（8 盎司）液体。
- 保证均衡健康的饮食。

术后最初 4 天，可能会有类似月经出血的阴道分泌物。分泌量因人而异。

- 如有阴道分泌物，请使用卫生巾。
- 术后 2 到 3 周内，您的阴道分泌物会变为清澈的水状，然后就会停止。

在手术后的 4 到 6 周内，或者在医疗保健提供者告诉您宫颈已经愈合之前：

- 请勿在阴道内放置任何东西（如卫生棉条和阴道冲洗器）或进行阴道性交。
- 用淋浴代替盆浴。请勿泡在水中（如游泳池、热水浴缸或盆浴）。
- 请勿进行任何沉重的体力家务（如吸尘、打扫庭院、搬运杂物或洗衣服）。
- 请勿提举超过 10 磅（4.5 千克）的物品。

- 请勿做任何剧烈活动（如跑步和有氧运动等）。

下次月经可能会推迟，或者经血量可能会比平时多。

请致电您的医疗保健提供者办公室安排随访。应在手术后约 4 周左右。

## 如果出现以下情况，请致电您的医疗保健提供者：

- 发热  $\geq 101^{\circ}\text{F}$  ( $38.3^{\circ}\text{C}$ )
- 发冷
- 大块血块或大量出血，每 1 至 2 小时就会流满卫生巾
- 阴道分泌物有异味或气味很重
- 疼痛，止痛药无法缓解
- 任何其他问题或顾虑

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

有关更多资源，请访问 [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

---

Caring for Yourself After Your Cone Biopsy of the Cervix - Last updated on October 20, 2025

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利