Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

放射模拟和治疗期间阴道扩张器的使用说明

本文将介绍阴道扩张器的相关知识，以及在放射模拟和治疗过程中如何使用该器械。 阴道扩张器是用于轻柔拉伸阴道的管状器械。

如果您正在接受骨盆放射治疗，您的医疗团队可能会建议您在模拟和放射治疗期间使用阴道扩张器。 阴道扩张器可以让阴道远离肿瘤， 从而限制到达阴道的辐射量。

放射治疗会使阴道变窄、变短、弹性减弱，或三者兼有。 如果出现这种情况，阴道插入（把东西放进阴道）可能会让人感到不适、疼痛或很难进行。 这可能会影响您的性生活。 还可能在骨盆检查（医疗保健提供者对您的生殖器官进行的检查）中造成问题。

保护阴道免受过多辐射有助于减少这些问题。 还有助于改善放疗后的阴道健康和性功能。

关于阴道扩张器套件

在开始放射治疗之前，医疗团队将向您提供一组阴道扩张器套件（见图 1）。 该套件将包含以下物品：

- 从小（约手指大小）到大的一系列不同尺寸的扩张器。
- 一个手柄，以便在使用时更容易握住扩张器。
- 水基润滑剂，便于将扩张器放入阴道。

图 1. 阴道扩张器套件

图 1. 阴道扩张器套件

如何选择阴道扩张器的尺寸

拿到套件后，您需要选择在放射模拟和治疗过程中使用的扩张器尺寸。 这项工作可以在家中完成。

如需找到适当尺寸的扩张器，应将每种尺寸都尝试一遍，从最小号开始。 请阅读“如何插入阴道扩张器”部分的说明。

慢慢尝试更大的扩张器，直到找到感觉非常贴合但又不会太紧的尺寸。 如果将扩张器放入阴道时或者当扩张器处于阴道内部时，您没有感到疼痛， 您便找到了应在模拟和放射治疗中使用的尺寸。

在放射治疗的过程中，您可能会出现一些副作用，导致阴道扩张器使用起来不舒服。 如果当前使用的阴道扩张器开始让您感觉不舒服或者疼痛，请告诉放射治疗团队的成员。 您可以换用更小、更舒适的阴道扩张器或停止使用阴道扩张器。

如何插入阴道扩张器

尽量一个选择安静的时间和让人感到放松的舒适场所，比如您的卧室。

放松您的盆底肌，在开始之前请进行深呼吸。 如果您不确定哪块肌肉是您的盆底肌，请阅读 *女性盆底肌（凯格尔）运动* (https://sandbox18.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/pelvic-floor-muscle-kegel-exercises-females)。

放松下来以后，请按照以下步骤将扩张器放入阴道。

1. 仰卧，双脚平放在床上或沙发上，膝盖稍弯曲。
2. 保持两腿分开，与肩同宽。 如果这样做有困难，您可以把枕头放在膝盖下进行支撑。
3. 确保您可以用手轻松触摸到阴道开口。 如有需要，您可使用手持镜观察阴道开口。
4. 在阴道口周围及扩张器上涂上水基润滑剂。 这样更容易将扩张器放入阴道。 您可以使用扩张器套件中的润滑剂或任何其他非处方水基润滑剂，如：

    - Good Clean Love®
    - Aloe Cadabra®
    - Luvena®
    - AH! YES®
    - Aquagel®
    - Sliquid®
    - Astroglide®
    - K-Y Jelly®

5. 轻轻按压，将扩张器的圆形末端缓慢置入阴道。
    - 始终将其沿着脊柱或略微向下的角度插入，就像您置入卫生棉条一样。
    - 切勿用力。 如感到疼痛，请立刻停止。

每次将阴道扩张器从阴道取出后，应使用肥皂和热水清洗干净。 用干净毛巾或纸巾擦干。

使用阴道扩张器后可能发生的情况

使用扩张器时或使用结束后，您可能会有少量阴道出血。 这是正常现象。 使用阴道扩张器后，您可能需要使用卫生护垫。 如果您有大量出血，例如浸湿卫生巾（护垫）的出血，或如果出血持续超过 1 天，请致电您的医疗保健提供者。

如果您经常发生尿路感染 (UTI)，您可能会在使用扩张器后想要排尿（小便）。

如果您有任何问题，请在下次预约访视时咨询您的医疗保健提供者。

放射模拟和放射治疗期间可能发生的情况

进行放射模拟时，您必须携带扩张器和手柄。 请携带让您感觉非常舒适但不会太紧或疼痛的扩张器。 其余尺寸的扩张器可以留在家中。 放射模拟结束后，医疗团队会将扩张器

和手柄与您的模具放在一起。

放射模拟和每次放射治疗时，最好携带水基润滑剂。 这将有助于插入扩张器。

躺在模拟或治疗床上，即可插入阴道扩张器。 如果难以自行插入，您可以向放射治疗师寻求帮助。 如果扩张器让您感到不舒服或疼痛，记得告知您的医疗团队成员。

在模拟或治疗过程中，扩张器将留在您体内。 模拟或治疗结束后，先取出扩张器，然后您便可离开模拟或治疗台。 放射治疗师会用热肥皂水清洗扩张器，然后用干净的毛巾或纸巾擦干。

完成放射治疗后的预期情况

放射治疗后使用阴道扩张器有助于改善阴道健康和性功能。 如需了解更多信息，请阅读*如何使用阴道扩张器* (https://sandbox18.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-use-vaginal-dilator)。 **在放射治疗后使用阴道扩张器之前，请先咨询您的医疗团队。**

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，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Instructions for Using a Vaginal Dilator During Radiation Simulation and Treatment - Last updated on May 20, 2024
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利