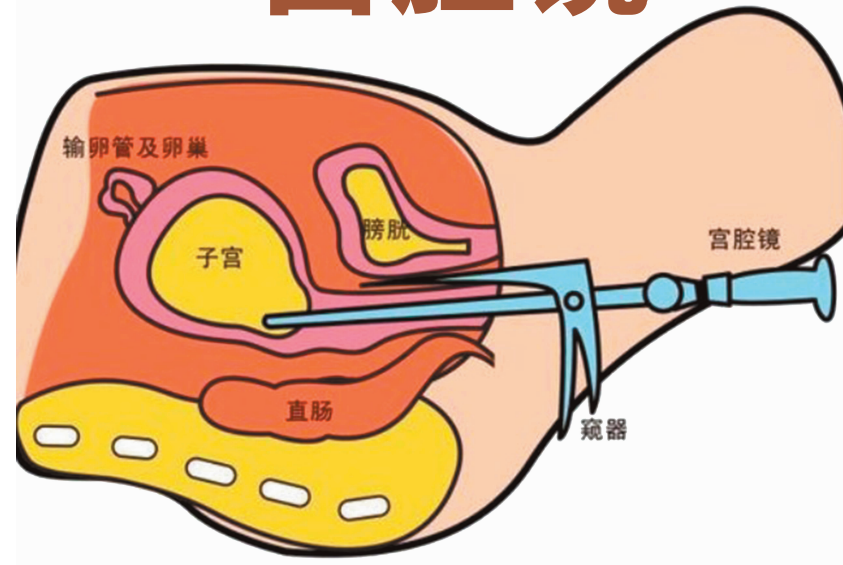




子宫腔内疾病诊断“金标准”——宫腔镜

(下)



肿瘤大讲堂

ZHONG LIU DA JIANG TANG
栏目协办:四川省抗癌协会
四川省肿瘤医院

宫腔镜治疗不用开腹,经阴道和宫颈自然腔道进入子宫腔,属于微创手术,整个过程创伤小,无瘢痕,出血少,痛苦轻,恢复快,被誉为经自然腔道微创手术的“典范”。

哪些女性需要做宫腔镜检查或手术

1. 异常子宫出血,如月经过多或过少、经期长、非经期阴道出血等。
2. 有不明原因的不孕或反复流产。
3. 影像学检查提示子宫腔异常,如

彩超检查提示子宫内膜异常增厚、回声不均匀、宫腔占位等。

4. 子宫内膜癌的早期诊断,子宫内膜不典型增生及早期子宫内膜癌保留生育功能

治疗及随访评估。

5. 各类子宫颈及子宫颈管病变的协助诊断。

6. 顽固性阴道排液的病因检查。

7. 子宫内息肉存在以下情况之一时,建议尽早行息肉切除:

- (1)引起各类临床症状。
 - (2)绝经后妇女。
 - (3)息肉直径>2厘米。
 - (4)应用他莫昔芬等内分泌治疗。
 - (5)合并不孕症。
8. 子宫肌瘤影响子宫腔形态并引

起相应的临床症状。

9. 各类宫颈管赘生性病变切除。

乳腺癌患者建议行宫腔镜检查

除上述人群外,乳腺癌患者也建议进行宫腔镜检查,原因如下:

1. 排除子宫内膜癌。

乳腺癌和子宫内膜癌都属于雌激素依赖性肿瘤,有一些共同的危险因素,如肥胖、多囊卵巢综合征等。

2. 评估子宫内膜情况,排查内分泌治疗期间的子宫内膜病变。

内分泌治疗药物可能会一定程度增加子宫内膜增生或出血的风险,甚至发生子宫内膜相关的一些病变。

在内分泌治疗前,需进行相关检查

和评估,包括子宫内膜的情况。

在接受内分泌治疗期间,需定期复查,观察子宫内膜的变化,及时发现并处理出现的异常情况(包括异常的阴道流血、彩超等检查提示子宫内膜异常增厚、回声不均、占位等)。

宫腔镜检查的最佳时机

1. 月经规律者:建议月经干净后3~7天,此时子宫内膜较薄,宫腔视野相对开阔,便于观察。

2. 月经紊乱者:可安排月经周期的任何时候检查,但需排除急性炎症、妊娠等可能。

3. 异常子宫出血者:可在出血期间进行检查,明确出血原因,为后续治疗提供依据。(四川省肿瘤医院宣传部供稿)

科技前沿

KE JI QIAN YAN

小龙虾能将锂离子转入食物链

从手机到手表再到电动汽车,锂离子充电电池为众多设备提供动力。但随着消费者丢弃电子产品的增加,越来越多的锂可能会进入环境。研究人员在美国化学会2024年春季会议上展示的一项研究成果,描述了锂如何在小龙虾体内积累。

作为水生生物,小龙虾吸收了溶解在水中的锂。研究发现锂通过食物链移动可进入人体。

美国密西西比学院研究人员展示了不同小龙虾器官吸收锂离子以及季节性温度影响的实验结果。研究人员在5只小龙虾食物中添加了锂离子,另外5只小龙虾食物中没有添加。一周后,他们检查了小龙虾4个器官中的锂含量。结果发现,胃肠道中的锂含量最多,其次是鳃、肝胰腺,最后是尾部的腹肌。

小龙虾胃肠道中的锂含量高,是因为在消化过程中含锂食物会停留在那里。人们主要食用小龙虾尾巴,尾巴也吸收锂,但不像身体其他部位吸收的那么多。(张梦然)

我的健康我做主

“三个90°”预防腰肌疲劳

腰背疼痛持续超过3个月即为慢性腰痛。专家指出,尽量保持正确的坐姿,做到三个90°,可预防腰肌疲劳,避免慢性腰痛。

三个90°:保持颈部直立,使头部获得有力的支撑,双肩自然下垂,手肘弯曲呈90°;腰背部挺直,上身与大腿呈90°;大腿与小腿呈90°,并保持双脚着地。同时,还应避免长时间久坐,每坐50分钟左右要站起来休息5~10分钟,活动一下腰部,使肌肉得到放松。(据《新京报》)

科普进行时

KE PU JIN XING SHI

春季流感如何防?

徐登波

春季是万物复苏的季节,也是一些传染病的高发阶段。其中,流行于春季的常见传染病有流行性感冒、麻疹、流行性腮腺炎、猩红热、水痘等。一起来认识一下春季容易发生的流行性感冒。

◎流行性感冒是什么?

流行性感冒简称流感,是一种由流感病毒引发的急性呼吸道传染性疾病,主要分为季节性和大流行性流感,四川省流感流行高峰通常在春季和冬季。世界卫生组织数据显示,每年全球约10亿人感染流感,其中重症病例约300万至500万,已成为公共卫生领域面临的严峻挑战。

◎流感病毒变异的原因

首先,同一个人可以多次感染不

同亚型的流感病毒。目前感染人的主要是甲型流感病毒中的A(H1N1)、A(H3N2)亚型和乙型流感病毒B(Victoria)、B(Yamagata)系。再者,流感病毒容易变异,变异来源主要有两个:一是自然宿主的变换会导致病毒改变,例如从禽类直接感染人类导致的变异;二是流感病毒的自然重排,不同亚型的流感病毒感染同一宿主后,该宿主就会成为病毒的自然孵化基地,从而形成新型流感病毒。

◎流感的传播途径

流感患者和隐性感染者都是流感的主要传染源。流感病毒主要通过咳嗽和打喷嚏等飞沫传播,也可经口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触传播,接触被病毒

污染的物品也会引起感染。人们对流感病毒普遍易感,其中孕妇、婴幼儿、老年人和慢性病患者等高危人群,患流感后出现严重疾病和死亡的风险较高,需特别重视。

◎得了流感的症状

流感的典型症状为急起高热、头痛、肌痛和全身不适,体温可达39~40℃,有畏寒、寒战,多伴全身肌肉关节酸痛、乏力、食欲减退等症状,常伴有咽喉痛、干咳,可伴有鼻塞、流涕等。部分感染者可伴有眼结膜充血、胸骨后不适以及呕吐、腹痛、

腹泻或便秘等症状。少见症状有咯血、复发性眼眶疼痛等。少数病例可不伴有发热症状。无并发症者病程多呈自限性,体温会逐渐消退,全身症状好转,但咳嗽和疲倦感可能会延长持续时间。

◎预防措施

流感的预防方式有勤洗手、佩戴口罩、开窗通风、常锻炼、接种疫苗、抗病毒药物预防等。

(作者单位:成都市武侯区人民医院)

生活提示

SHENG HUO TI SHI

春天来,百花香,正是出游好时节,但对有些人来说却是“伤春”的难挨时段,时常喷嚏不止、眼泪汪汪、皮肤瘙痒……这都是花粉“过敏星人”的别样“春日记忆”。

花粉过敏季来袭 这份防护指南请收好

花粉过敏究竟怎么回事

花粉过敏又称枯草热、花粉症,是一种因吸入外界花粉抗原而引起的过敏性疾病,主要累及眼睛、鼻子、皮肤、呼吸道等部位。具有家族遗传史、生活在易暴露环境中、免疫力较差和高敏体质人群更容易花粉过敏。

花粉过敏有哪些症状

1. 过敏性鼻炎:鼻痒、打喷嚏、流清鼻涕、鼻塞、呼吸不畅。

哪些植物易致花粉过敏

春季花粉过敏的“元凶”并不

是颜色鲜艳的观赏花,而是那些无色、无味,甚至看起来不像会开花的树木类、杂草类植物。

1. 风媒花粉:靠风传粉,是主要过敏原,如杨树、柳树、桦树、柏树、梧桐的花粉。

2. 虫媒花粉:靠蝴蝶或蜜蜂等昆虫传粉,通常不会引起过敏,如油菜花、桃花、梨花的花粉。

预防花粉过敏的5个妙招

1. 预:有过敏史的人应在过敏季来临前10~14天,遵医嘱使用抗过敏药物。比如鼻用糖皮质激素喷剂、鼻用抗组胺药。

2. 看:看天出门,天气干燥、温度高、风大更有利于花粉传播。此外,每天10时至17时花粉浓度较高,最好避免户外活动。

3. 护:花粉过敏人群外出应佩戴口罩、眼镜进行防护,也可在出门前给鼻腔使用花粉阻隔剂。

4. 清:花粉浓度较高时,及时清洗鼻腔,可减少吸入花粉颗粒对黏膜的刺激。

5. 食:少吃易上火食物,多吃富含维生素C的新鲜蔬果。同时,增加B族维生素的摄入有利于缓解过敏症状。(科普中国)

花粉过敏 这些药物不能吃!



崇尚科学 反对邪教

CHONGSHANGKEXUE FANDUIXIEJIAO
栏目协办:四川省反邪教协会办公室

沐川县结合世界防治结核病日开展反邪教宣传活动

本报讯 为持续推进反邪教警示教育,提高群众崇尚科学、反对邪教的意识,构建平安健康的无邪教环境,3月20日,乐山市沐川县组织县卫生健康局工作人员、各医疗单位反邪教志愿者在城区农贸市场结合2024年世界防治结核病日开展反邪教宣传活动。

活动现场,该县设立了咨询(义诊)台,志愿者为群众发放宣传资料,现场为群众答疑解惑。志愿者还通过生动讲解和互动问答,向群众普及反邪教相关法律法规知识,使他们对邪教的危害有了更加深刻的认识。同时,志愿者还就结核病防治知识,向群众普及了科学健康的生活方式,告诫大家不要轻信邪门偏方,有病应及时到医院就医。

活动现场气氛热烈,群众参与度高。志愿者们深入浅出地揭露了邪教对个人、家庭和社会的危害,引导群众自觉抵制邪教的侵蚀。此外,现场还开展了有奖知识问答活动,进一步激发了群众参与反邪教宣传的热情。

此次活动的开展,进一步警示群众自觉抵制邪教的侵蚀,遇到邪教歪理邪说坚决做到“不听、不看、不信、不传”,为铲除邪教奠定了坚实的群众基础。(罗功臣)

本版图片来自网络,请图片作者与本报联系,以付稿酬。