



宫颈糜烂 ≠ 宫颈癌

■ 胡婷

在日常工作中,经常会有女性朋友拿着体检报告问:“遭了!体检发现了宫颈糜烂,得不得变成癌哦?”对于这个问题,今天就来给大家科普一下。

首先来了解一下正常女性的生殖系统。如果把我们的生殖系统比喻成一位正在打坐的瑜伽老师,我们正常女性的输卵管,就好像瑜伽老师纤细的手臂,而女性的子宫体就好像瑜伽老师挺拔的身躯,正常女性的宫颈就好像瑜伽老师结实的小

肚皮。宫颈因为要和外界相通,不像肝脏、心脏、肾脏这样处于相当保险的“安全地带”,还经常要被“顶撞”,如果“顶撞”的武器不干净,或者宫颈

还很嫩的时候就遭“顶撞”(好比花还没到开放的时候就遭掐骨朵)等等因素的影响,因此成为女性妇科恶性肿瘤高发的部位。正常女性的宫颈有两种:一种是没有生产的女性的宫颈(未产式),宫颈看起来像一个圆圆的眼睛,瞳孔的位置就是我们女性宫颈管所在,通过宫颈管这个狭小狭长的隧道就到了子宫腔。而另外一种

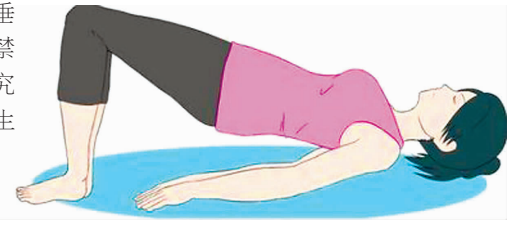
是微笑的嘴。虽然两种宫颈长得不一样,但它们都属于正常的宫颈。生病的宫颈——“宫颈糜烂”,可以看成原本美丽的眼睛里瞳孔周围出现了溃烂破损,就像斑驳的老墙。我们根据它溃烂破损的程度和面积不一样,又分为轻、中、重三种。患有宫颈糜烂的女性朋友们通常会白带增多、阴道瘙痒等症状,这些大多数是因为炎症引起的,不用慌张,宫颈糜烂通过正规的治疗是可以治愈的。宫颈癌的表现跟宫颈糜烂非常相似,但宫颈癌所引起的宫颈破坏,我们观察得到的可能不及肿瘤的1/10,就像一个平静的海面上,看到的冰川只是露出海面的那一小部分,在海面以下有更庞大的冰川。宫颈癌在宫颈表面的破坏非常小,但是通过宫颈管隧道,癌细胞其实已经对宫颈有了更深地破坏。宫颈癌常常表现为同房后阴道出血,如果出现上述现象,一定要引起重视,及时到医院进行检查治疗。(作者单位:四川省肿瘤医院妇科肿瘤中心)



顺产产妇必学——盆底肌康复操

■ 郑敏

随着我国生育政策的变化,以及国民医学常识的认知度普遍提高,越来越多的家庭在产妇自身条件允许的情况下选择顺产,而妊娠与分娩(尤其是顺产这种分娩方式)是导致盆底功能障碍性疾病(PFD)的主要独立高危因素,顺产后盆底肌功能减弱,更易增加PFD的发生。PFD是由于女性盆底支持组织结构先天缺陷或后天损伤发生的疾患,临床表现为女性性功能障碍、盆腔器官脱垂(POP)、压力性尿失禁(SUI)、粪失禁。有研究显示,成年女性发生PFD的概率为24%~52%,尤其再生育妇女盆底肌恢复过程更缓慢。产后盆底肌康复操,不仅能促进产妇产后盆底组织肌力的恢复,改善盆底肌及会阴部血液循环,还能有效恢复产妇产后生活中的敏感性,改善产妇产后生活质量,避免发生子宫脱垂、尿失禁等症状,提高女性生殖健康及生活质量。但由于坐月子、母乳喂养等因素,产妇能在医院进行专业、综合的治疗时间有限,怎样才能保证产后盆底肌的最佳恢复效果呢?下面就教大家产后盆底肌康复操,简单有效,方便操作。具体方法如下:



第一节 呼吸运动:仰卧位,尽力吸气,收紧腹部,然后放松呼气。第二节 缩肛运动:仰卧位,两臂伸直平放于身体两侧,进行收缩肛门和放松动作(注意保持腹部、臀部、大腿的放松)。第三节 伸腿运动:仰卧位,两臂伸直平放于身体两侧,双腿进行轮流上举和并举,角度要与身体成90度。第四节 腹背运动:仰卧位,臀部与双腿放松,两腿分开稍屈,双脚放在床上用力撑起,尽量抬高臀部和背部。第五节 仰卧起坐:两腿伸直,吸气时头和上半身向双腿方向靠拢,呼气时身体平躺。第六节 腰部运动:双腿跪在床上,双膝分开,双手平放床上与肩同宽并且双肘部与双肩呈90度,进行腰部左右摆动。第七节 全身运动:双腿跪在床上,双手放在床上支撑双臂,进行左右腿向背后高举动作,交替完成。需要注意的是,本套盆底肌康复操产妇应每1~2日增加1节,每节做8~16次,出院后坚持做到产后12周。(作者单位:四川省泌尿外科医院)

影响尿常规检验结果的因素及对策

■ 王新梅



近几年,我国医疗事业得到飞速发展,由于尿常规可以准确检测泌尿系统疾病,所以成为医院的常规检查项目之一。尿常规主要通过检测尿液的白细胞、红细胞以及蛋白质等含量进行检验,确诊病人是否有肾脏疾病。在检查中,虽然尿液标本收集的方法较简单,检验设备易操作,但应用到临床诊断中,仍然会存在一定的误差,常出现检查结果与患者实际情况不符的情况,因此需要对影响尿常规检验结果的因素进行分析,进而提升尿常规检验的精确性。

有影响的药物,由于药物的作用,导致尿常规检查结果的不准确,出现假阳性或者假阴性的情况。患者本身的个体差异情况会严重影响检验结果,如患者年龄、性别以及日常饮水情况,还有标本采集的时间等。通常来说尿液标本的采集是患者自主完成的,但是患者的尿道口如果不卫生,也会污染尿检样本。例如,在男性的尿液中会存在精液或者前列腺液等。女性的尿液样本会受到月经周期的影响,会出现少量的阴道分泌物等,这些物质的存在都会对尿液样本造成污染,导致检验结果不准确。

尿液采集的时间也与检验结果有一定的联系。通常会选择早晨的尿液进行检测,因为早晨的晨尿浓度比较高,可以准确显示出患者的真实情况。尿液的保存因素,主要指尿检样本在保存或者运输过程中由于装盛容器不符合规格,进而出现细菌繁殖的情况。另外,样本保存时间过长,尿液里的蛋白质会出现变质的情况,产生大量的细菌,严重影响检验结果。尿检样本通常会在24小时之内完成检验,也就是说如果尿检样本放置24小时之后,会导致样本中细胞溶解进而发生化学反应,尿检样本的性质随之发生改变。影响因素分析环节,主要是对尿检样本展开详细的分析,但是操作人员的专业素质与操作方式不规范等都会影响检验的准确性。如果在检验过程中操作人员使用的仪器出现问题,那么也会影响尿检样本的检验工作,进而会影响检验结果的准确性。

育工作,提前向患者介绍相关的采集知识,让患者了解影响检验结果的因素等。按照患者的实际身体情况提供相对应的容器,同时还要与患者进行沟通,了解患者在此之前是否服用哪些药物,并详细地记录下来。针对服药的患者需要明确知道患者服用药物的种类,如果出现严重影响检验结果的药物时,需要停止检验,以免影响真实的检验结果。医护人员还要提醒患者在检验之前不要服用浓茶、咖啡等。当面对不同时间段的尿液样本,需要及时进行检查,以免放置时间太久影响检验结果。同时还需要对检验人员进行专业知识的培训,保证检验人员可以采用准确的方法完成检验工作。在检验过程中为了避免出现混乱的情况,需要采取科学的记录方式,保证检验结果的准确性。综上所述,尿常规检验过程中会受到很多因素的影响,因此需要对患者进行宣传教育,在检验之间宣导采集的相关知识,让患者了解影响检验结果的各种因素,还要保证尿液样本在运输中的安全性,保证一切操作按照规范进行,最大限度降低影响因素的影响,确保尿液样本检验结果的真实性。(作者单位:四川洲际肛肠病医院)

针对影响检验结果因素的对应策略 对患者需要事先做好宣教



影响尿常规检验结果的因素

影响尿常规检验结果准确性的因素有很多种,其中最主要的原因就是患者自身原因、采集过程操作不当、维持措施存在严重失误等。患者自身原因是指患者在进行尿常规检查之前服用对化验结果

彭州市科协积极开展反邪教科普宣传活动



本报讯 8月27日,成都彭州市科协组织科普志愿者在市致和镇顺和苑小区开展主题为

“抵制邪教、崇尚科学、从自身做起”的反邪教科普宣传活动。活动现场,科普志愿者们采用发放宣传资料、接受群众咨询等形式面向群众进行宣传,引导群众反对邪教、远离邪教,破除迷信、崇尚科学,使广大居民认识到邪教与邪教的危害及非法性、反动性,倡导群众对邪教言论做到不听、不看、不传,积极举报揭发邪教违法犯罪活动。此次活动累计发放科普宣传资料800余份、礼品300余份。(邹艳)

遗失声明

秦陌言(身份证号:512022201811060113)出生医学证明(编号:S510068691,父亲:秦志华,母亲:汤平)遗失,特此声明。 2019年9月4日

遗失声明

邓洪所经营的个体工商户(注册号:510303600068286,经营场所:贡井区成佳镇交通路76-78号)营业执照正本遗失,特此声明。 2019年9月4日

遗失公告

筠连县金河脱贫攻坚造林专业合作社营业执照正、副本(统一社会信用代码:93511527MA66RR0C2X)遗失,声明作废。 筠连县金河脱贫攻坚造林专业合作社 2019年9月4日

公告

仁寿县农旺乡耐心幼儿园2001年11月6日在仁寿市民政局注册登记为社会团体法人,已完成章程规定的任务,现申请注销,请幼儿园债权人、债务人自本公告见报之日起45日内,向幼儿园清算组申报债权、债务。联系人:秦慧芳,电话:13688241465。 仁寿县农旺乡耐心幼儿园 2019年9月4日

更正

本报2019年6月12日04版刊登的“关注脖子上的‘小蝴蝶’”一文,作者应为赵倩。特此更正。在此向作者及读者深表歉意。 四川科技报社编辑部

遗失声明

庄成伟警官证(警号:5106202)遗失,声明作废。 2019年9月4日

公告

仁寿县农旺乡汪家幼儿园2014年11月25日在仁寿市民政局注册登记为社会团体法人,已完成章程规定的任务,现申请注销,请幼儿园债权人、债务人自本公告见报之日起45日内,向幼儿园清算组申报债权、债务。联系人:汪小丽,电话:18228521277。 仁寿县农旺乡汪家幼儿园 2019年9月4日

地球可能并非最宜居星球 系外行星或拥有更丰富生命

据物理学家组织网近日报道,一项新研究表明,在一些拥有良好海洋循环模式的系外行星上,可能存在比地球上更丰富或更活跃的生命。最新研究首席研究员、美国芝加哥大学的斯蒂芬妮·奥尔森博士说:“美国国家航空航天局(NASA)在宇宙中寻找生命的工作主要集中在所谓的‘宜居带’行星上,这些行星有可能形成液态水海洋。但并非所有海洋都是友好的,由于其全

球环流模式,一些海洋将比其他海洋更适合居住。”奥尔森团队使用由NASA开发的“火箭-3-D”软件,模拟了不同类型系外行星的可能环境以及气候和海洋栖息地。他说:“我们的研究旨在确定能在全球范围内拥有丰富和活跃生命的系外行星海洋。地球海洋中的生命依赖于上涌(向上流动),上涌将营养物质从黑暗的海洋深处返回到光合生物生活的阳光之处。

更多的上涌意味着更多的营养供给,也意味着更多的生物活动。这些都是我们需要在系外行星上寻找的环境。”他们模拟了各种可能的系外行星,并确定了哪些系外行星最有可能发展和维持繁荣的生物圈。他说:“我们发现,大气密度更高、自转速度更慢,以及大陆的存在都会产生更高的上涌率。这或许表明,地球可能不是最宜居的地方,或许存在比地球更宜居的其他行星。最

新研究将为未来的望远镜设计提供正确的思路。”1992年,科学家们发现了第一颗系外行星,目前已证实的系外行星超过4000颗。已知最近的系外行星是“比邻星b”,距离地球4.25光年。目前,对系外行星上生命的研究大多集中在宜居带,即行星与恒星之间的距离允许液态水海洋存在。液态水海洋对地球上的生命至关重要。(据《科技日报》)