



栏目协办: 四川省抗癌协会  
四川省肿瘤医院

纤维腺瘤,是最常见的乳腺良性肿瘤,青春后期任何年龄的女性都有可能患上,但是在18~25岁的年轻女性中最常见。本栏目将分两期为大家讲讲纤维腺瘤相关知识。

## 乳腺纤维腺瘤知多少

(上) 张蒲蓉

纤维腺瘤在18~25岁的年轻女性中高发,是因为纤维腺瘤形成的原因是由于乳腺小叶内纤维细胞对雌激素的敏感性异常增高所致,换句话说,也就是乳腺纤维腺瘤的发生与我们体内的雌激素有密切关系,而年轻女性体内雌激素水平高,所以纤维腺瘤常发生于青年女性群体。

### 纤维腺瘤的临床表现?

得了乳腺纤维腺瘤,一般没有任何不适感觉,只是会在乳房摸到肿块。肿块一般呈圆形、表面光滑、易推动、质地像硬皮球、有弹性,很少伴有疼痛感。有时候很难区分这个“肿块”到底是小叶增生还是纤维腺瘤。这里介绍一个非常实用的方法:如果经期前后肿块大小明显变化,那么大多数情况下,这个“肿块”只是小叶增生;但如果这个“肿块”无论什么时候都没有明显变化,那它就可能是一个成熟的纤维腺瘤了。

### 乳腺纤维腺瘤会不会癌变?

从目前的研究结果看,乳腺纤维腺瘤和乳腺癌并没有直接

的关联,癌变的可能性非常低,几乎可以忽略。大多数纤维腺瘤完整切除后不易复发,但年轻患者可能会在其他部位或邻近原手术区发生新的病灶,长出新的乳腺纤维腺瘤。有研究表明,相对于普通人群,“不伴复杂性特征的纤维腺瘤”患者发生乳腺癌的风险并没有增加,至于复杂特征,则需要到专科就诊,由乳腺专科医生来判断。

虽然乳腺纤维腺瘤本身不会发生癌变,但是对于单发过大的肿块,要当心低度恶性的分叶状肿瘤。特别是在孕早期,纤维腺瘤生长速度快,且发展成分叶状肿瘤的可能性大大提高。因此,及时明确诊断非常重要。

(作者单位:四川省肿瘤医院乳腺二病区)



## 绵阳市积极开展“防范邪教宣传月”活动

### 游仙区

自“防范邪教宣传月”活动开展以来,游仙区以“七进”方式(进农村、社区、学校、机关、企业、宗教场所及人员密集区域)对辖区干部群众开展“崇尚科学,反对邪教”宣传活动。活动中,辖区村、社区干部和群众通过网络在线视频学习方式,在电脑、手机上观看了防范邪教知识讲座、视频;依托微信群、QQ群等渠道传播了反邪教知识。

### 江油市

近日,江油高新区组织开展了“防范邪教警示教育进企业”(江油高新区专场)活动。活动中,江油市防范邪教警示教育宣讲团成员对高新区辖区内的企业职工进行了防范邪教知识宣讲。参加活动的企业职工纷纷表示,通过这次宣传知道了什么是邪教、邪教的危害、如何识别邪教,了解了常见邪教组织的特点,学会了发现邪教违法活动的处置办法。同时,将积极向身边人员进行宣传,共同构建反邪拒邪防线。

(省反邪教协会供稿)

### 涪城区

近日,涪城区城厢街道紧紧围绕“百年华诞心向党 远离邪教享安康”宣传主题,分别在市人民公园休闲广场和主城区凯德大型商贸广场,集中开展了“防范邪教警示教育宣讲进社区”专场活动。活动中,工作人员通过悬挂反邪教警示标语、发放防范邪教宣传资料、设置防范邪教宣传展板、面对面答疑解惑等形式为群众普及了防范邪教知识,加深了群众对邪教定义、本质、特征、活动规律、骗人伎俩的认识,并且以典型案例为社区居民分析了邪教破坏家庭、骗取钱财、残害生命、扰乱社会的危害性,告诫群众要反对邪教、远离邪教。活动共发放反邪教宣传资料3500余份,现场接受群众咨询160余人次,取得了良好的宣传效果,受到社区居民一致好评。



本报讯 为进一步筑牢防邪反邪防线,提高群众识别和抵御邪教的能力,切实维护社会和谐稳定,近期,绵阳市各地集中开展了“防范邪教宣传月”活动。

### 减资公告

广元宇州建筑工程有限公司(统一社会信用代码:91510802MA687XEL4L)2021年9月13日经股东会决定,拟将公司注册资本由原来壹仟万元整减少至贰佰万元整。自本公告见报之日起45日内,请本公告债权人前来办理有关手续,逾期责任自负。特此公告。  
广元宇州建筑工程有限公司  
2021年9月15日

# 产妇、心脑血管疾病患者等特殊人群能接种新冠疫苗吗?

## 科普进行时

KE PU JIN XING SHI

在新冠疫苗接种过程中,常常会遇到“备孕、哺乳、月经期的女性可以接种新冠疫苗吗?”“心脑血管疾病及高血压、糖尿病患者,能否接种新冠疫苗?”等问题。针对这些特殊人群能否接种新冠疫苗的疑问,近日,四川大学华西医院呼吸与危重症医学科主任梁宗安教授为大家作出了解答。

问:女性在备孕、哺乳期、月经期、人工流产后,可以接种新冠疫苗吗?

答:女性在月经期、备孕期间,可以接种;无禁忌症的哺乳期女性,可以接种。如哺乳期女性接种新冠疫苗后出现不适反应,建议由专业医生评估是否需要暂停哺乳。人工流产后,若身体恢复良好,没有其他不适者,可以接种。

问:心血管疾病及高血压、糖尿



病患者,能否接种新冠疫苗?

答:若心血管疾病处于稳定状态,可以接种,疫苗并不会影响其长期服用的药物药效。

心血管疾病大多为慢性疾病,如冠心病、心衰、心律失常等,需要长期治疗控制。若近期做过介入手术,并

且术后恢复快、病情稳定,基本不会影响疫苗接种。即便体内植入支架、起搏器、封堵器、人工瓣膜等,也可以接种疫苗。

高血压患者血压在收缩压160mmHg、舒张压100mmHg以内,可以接种。接种时请保持心情

平稳,以免血压升高而影响接种。

糖尿病患者空腹血糖 $\leq 13.9\text{mmol/L}$ ,无急性并发症(酮症酸中毒、高渗状态、乳酸酸中毒)情况下,可以接种。

问:患有肺结核、慢阻肺、慢支炎,可以接种新冠疫苗吗?

答:患者在既往肺结核规范治疗结束后,进入抗结核治疗巩固期,并且病情稳定,可以接种;慢阻肺非急性发作期,无明显咳嗽,可以接种。

问:恶性肿瘤患者,可以接种新冠疫苗吗?

答:单用内分泌治疗且病情稳定者,可以接种;放疗、化疗、靶向药物、免疫药物等抗肿瘤结束后,3个月及以上病情稳定者,可以接种;口服靶向药物病情稳定者,需专科医生评估是否接种新冠疫苗。恶性肿瘤患者手术前后,进行放疗、化疗、靶向药物、免疫药物治疗期间,暂缓接种。终末期、未抗肿瘤治疗但病情严重者,不可接种。

(本报记者 代俊)



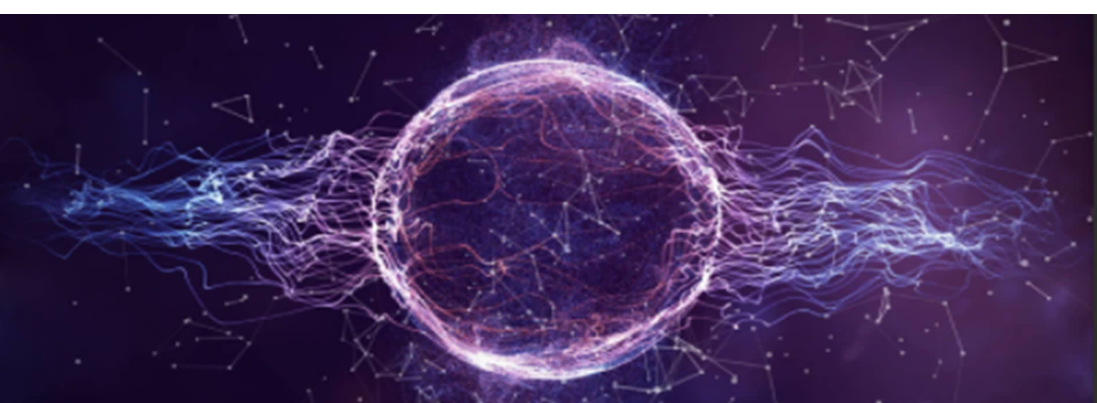
准确地说,元宇宙不是一个新的概念,它更像是一个经典概念的重生。1992年,美国著名科幻大师尼尔·斯蒂芬森在其小说《雪崩》中这样描述元宇宙:“戴上耳机和目镜,找到连接终端,就能够以虚拟分身的方式进入由计算机模拟、与真实世界平行的虚拟空间。”

## 科技圈最火热的概念非“元宇宙”莫属

今年3月,元宇宙概念第一股罗布乐思(Roblox)在美国纽约证券交易所正式上市;5月,Facebook表示将在5年内转型成一家元宇宙公司;8月,字节跳动斥巨资收购VR创业公司Pico……今年,元宇宙无疑成为了科技领域最火爆的概念之一。那么,元宇宙到底是什么?

核心概念缺乏公认的定义是前沿科技领域的一个普遍现象。元宇宙虽然备受各方关注和期待,但同样没有一个公认的定义。回归概念本质,可以认为元宇宙是在传统网络空间基础上,伴随多种数字技术成熟度的提升,构建形成的既映射于、又独立于现实世界的虚拟世界。同时,元宇宙并非一个简单的虚拟空间,而是把网络、硬件终端和用户囊括进一个永续的、广覆盖的虚拟现实系统之中,系统中既有现实世界的数字化复制物,也有虚拟世界的创造物。

当前,关于元宇宙的一切都还在争论中,从不视角去分析会得到差异性极大的结论,但元宇宙所具有的基本特征则已得到业界的



普遍认可。

其基本特征包括:沉浸式体验,低延迟和拟真感让用户具有身临其境的感官体验;虚拟化分身,现实世界的用户将在数字世界中拥有一个或多个ID身份;开放式创造,用户通过终端进入数字世界,可利用海量资源展开创造活动;强社交属性,现实社交关系链将在数字世界发生转移和重组;稳定化系统,具有安全、稳定、有序的经济运行系统。

元宇宙是一个极致开放、复杂、巨大的系统,它涵盖了整个网

络空间以及众多硬件设备和现实条件,是由多类型建设者共同构建的超大型数字应用生态。从技术方面来看,技术局限性是元宇宙目前发展的最大瓶颈,XR、区块链、人工智能等相应底层技术距离元宇宙落地应用的需求仍有较大差距;从行业标准方面来看,只有像互联网那样通过一系列标准和协议来定义元宇宙,才能实现元宇宙不同生态系统的大连接;从法律方面来看,随着元宇宙的发展,以及逐步走向成熟,平台垄断、税收征管、监

管审查、数据安全等一系列问题也将随之产生,提前思考如何防止和解决元宇宙所产生的法律问题成为必不可少的环节。

可以肯定的是,在技术演进和人类需求的共同推动下,元宇宙场景的实现,元宇宙产业的成熟,只是一个时间问题。作为真实世界的延伸与拓展,元宇宙所带来的巨大机遇和革命性作用是值得期待的,但正因如此,我们更需要理性看待当前的元宇宙热潮,推动元宇宙产业健康发展。

(左鹏飞)

## 老年人的“性”福生活

(三)

刘芸峰

上期我们讲了老年人的性反应和性活动,这期我们讲讲老年人的性安全和性健康。

说到老年人的性健康,很多人都会认为,老年夫妻相依为命,相互取暖,可能早没有性生活了,怎么会有不安全、不健康的事呢?曾经有媒体报道,北京一位52岁的李先生,

通过广场舞的方式,先后结交了50多位性伴侣,后确诊其感染了艾滋病,通过交往名单,又发现了10人感染艾滋病;浙江义乌一丧偶老太独居在家,偶尔会收留流浪汉,并先后与多人发生关系,之后查出被感染了艾滋病……

由此可以看出,老年人的性需求的确实下降,但不是没有,更不能被忽视。很多老年人认为自己已失

去生育能力,就拒绝采取保护措施,其实这种做法是非常危险的。有调查显示,老年人安全套的使用率不足10%,感染性传播疾病的风险比年轻人高了近3倍。

那么,老年群体该如何确保安全与健康呢?

首先,戴安全套是最关键、最重要也是最有效的方法,可以从根源上杜绝性传播疾病的传播。

其次,顺其自然,谨慎用药。有的老年人为了有更好的“表现”,可

能自行购买一些药物来提升性能力。需要注意的是,不正确的使用药物或使用非正规药物,对服用者的健康风险非常大,可能会加重其心脑血管负担,甚至引起猝死。如果确需服用药物,但本身已经在服用治疗其他疾病的一些药物,还是建议到正规医院咨询。

最后总结一下,顺其自然,不强求、不压抑、谨慎用药是老年人过好性生活的原则。

(作者单位:四川泌尿外科医院)

本版图片来自网络,请图片作者与本报联系,以付稿酬。