

水样分泌物湿透内裤 原是患上输卵管癌

45岁的贺女士身体一直不错,极少生病,最近却出现了阴道流液,常常把内裤湿透。开始时贺女士以为是白带,就没有重视,然而,一次外出时非常尴尬,她发现自己屁股后面湿透了一大块。贺女士来到医院做了全套妇科检查,结果让她大吃一惊,医生告诉她患了不常见的原发性输卵管癌。

原发性输卵管癌是一种少见的女性生殖道恶性肿瘤,相当一部分学者认为其发生与输卵管细菌、病毒感染、输卵管积水、积液、沙眼衣原体、解脲支原体、人形支原体等感染有关,发病率占妇科恶性肿瘤的0.5%,以40~65岁女性居多,多发生于绝经后女性。这种肿瘤症状不典型,非常“隐蔽”,不易早期诊断,很易“漏网”。

原发性输卵管癌一旦形成包块,表明已发展到中晚期,而且还易被误认为卵巢癌,甚至有不少患者做开腹探查手术时才能得出定

论,真正做到及时诊断是比较困难的。但疾病的发生一般是会出现“蛛丝马迹”的,如果女性出现阴道流液时就应及时就医,医生会建议做细胞学检查,也可做腹腔镜检查、B超检查或CT检查,如再配合CA125(一种糖蛋白)等检查,以尽早确诊。

此外,当中老年女性患者阴道不规则出血时,也应提高警惕。肿瘤发展到一定程度时可发生出血,并经阴道流出。疾病初期出血量不多,如病情得不到及时控制,输卵管癌组织便会逐渐生长或广泛转移,还可出现排尿不畅、部分肠梗阻。

阴道排液是输卵管癌最常见的表现,排液为浆液性黄水,量可多可少,常呈间歇性,有时为血性,通常无臭味。当癌灶坏死或侵袭血管时,可出现阴道流血;输卵管癌患者多有腹痛,多发生于患侧,为钝痛,以后逐渐加剧呈痉挛性绞

痛。疼痛与肿瘤体积、分泌物积聚使输卵管承受压力加大有关,当阴道排出水样或血性液体后,疼痛常随之缓解;部分患者自己可扪及下腹部包块,大小不一,表面光滑。妇科检查通常可扪及包块,位于子宫一侧或后方,活动受限或固定不动。肿块因液体自阴道排出缩小,液体积聚后可再增大;也可能出现腹水,但较少见,呈淡黄色,有时呈血性。

预防输卵管癌的发生,首先要重视个人卫生,加强经期防护,杜绝多个性伙伴,避免性病传播;积极治疗炎症,输卵管积液是由于长期的炎症刺激所致,如果女性身体出现炎症应在早期通过药物积极进行治疗;很多疾病开始的时候没有什么症状,很容易被女性忽略,因此定期到医院做生殖道的健康检查也是很有必要的,能及时发现疾病。

天津市中心妇产科医院
妇瘤科主任医师 曲芃芃

宫颈糜烂不是病 但也不可置之不理

宫颈糜烂近几年在医学上重新命名为宫颈柱状上皮异位,它是过去对宫颈的一种正常生理表现的不规范认识。

既然只是生理现象,那是不是可以完全置之不理呢?答案是否定的。如果出现宫颈柱状上皮异位,应该做好筛查,因为这种表现在外观上与早期宫颈癌非常相似,医生无法单从外观上判断这种“糜烂”究竟是单纯的生理性表现还是宫颈癌。

许多女性都存在这样的误解,以为“宫颈糜烂”会引起宫颈癌,因而对宫颈糜烂感到非常恐惧。但其实,这两者并没有因果关系,宫颈糜烂不会导致宫颈癌,这两者只是在外观上相近罢了。

真正预防和早期发现宫颈癌,主要依靠定期进行TCT(新柏氏液基细胞学检测)和HPV(人乳头瘤病毒)检测。如果TCT及HPV均为阴性,说明此时的“宫颈糜烂”现象只是生理性的或是轻度炎症造成的,大可不必惊慌;如果TCT及HPV有异常,则应尽早做阴道镜检查以明确诊断,之后再根据病理诊断选择是否需要激光、LEEP甚至手术治疗以免病情进一步发展。

复旦大学附属妇产科医院妇产科
林琳

孕妈睡不好 或致未来宝宝睡眠问题多

婴幼儿的睡眠问题可以追溯到母亲怀孕时期。孕妈妈睡不好,宝宝出生后睡眠问题也将明显增多。

对这一问题科研人员进行了研究。给研究组孕妇佩戴手表活动记录仪来监测孕妇的睡眠情况,结果发现,婴幼儿的睡眠问题可以追溯到母亲怀孕时期,孕妇夜间睡眠质量差、因提前在家休产假导致睡眠无规律、日夜颠倒、喜欢熬夜等,宝宝出生后的夜间睡眠问题也明显增多,表现为睡眠不足、夜醒、入睡困难。

这项研究还发现,婴儿早期睡眠问题与未来的认知发展水平密切相关。婴幼儿夜醒次数多、睡眠作息差,对动态人脸等画面、声音的注意力集中水平明显低于夜醒次数少的孩子。

有学者提出睡眠“关键的最初1000天”的理论,即婴幼儿最初1000天的睡眠习惯、认知水平等可能决定了他们未来的发展水平。值得注意的是,这1000天不是从出生后第一天算起,而是从妈妈怀孕第一天算起,这也佐证了本次研究的发现,孕妇的睡眠习惯可能对儿童认知发育产生重要影响。

上海交大医学院附属上海
儿童医学中心博士 江帆



妊娠期控糖 饮食是重点

为了孕育一个健康宝宝,很多准妈妈在孕期会有意识地吃各种营养食物,但由于缺乏相关营养知识,很多孕妇吃出了各类问题,血糖高就是最常见的问题之一。

对于孕妇来说,孕期血糖高,自然流产的概率会增加15%~30%,妊娠高血压的发病概率也会增加,且抵抗力下降,易患泌尿系统感染,如肾盂肾炎等;对于胎儿来说,孕期血糖高,会增加巨大儿的发生概率、畸形危险以及新生儿并发症,如新生儿低血糖、低钙、镁血症、心脏病等。妊娠期控糖,孕妇在饮食上要做到以下几点:

每日总量不超标 根据营养师建议,牢记自己一天应摄入食物总量,不随意增减。主食一般控制在每天250克,尽

量搭配玉米面、小米面、燕麦面、荞麦、燕麦、杂豆等粗粮。

饮食均衡多样化 包括谷类、蔬菜水果类、肉类及奶、豆类。多选用血糖指数低、膳食纤维含量高的食物,以减少体内血糖的波动。

定时定量习惯好 规律进餐,定时、定量,不过饥或过饱。

控制糖的摄入 尽量避免单、双糖的摄入,少吃甜食和甜度高的水果,如蜜饯、水果罐头、果汁、果酱、冰淇淋、甜饼干及糖制糕点等,这些食品含糖量高,食用后易出现高血糖。

饮食清淡少油盐 饮食清淡少盐,控制植物油及动物脂肪的摄入。少吃肥肉,少煎、炸,多选蒸、煮、炖等烹调方式。

钱伟

女性吸二手烟 患肺癌几率高

冬季气温降低,空气逐渐干燥,是肺部疾病高发的时期,此时我们应当注重肺部的养护。人的呼吸系统直接与外界相通,所以肺癌的发病率并不由性别决定,而是与周围环境质量的好坏密切相关。因此,绝大多数男性肺癌患者和大多数女性肺癌患者的患病与吸烟有关。

很多女性患者并不吸烟,为何还会得肺癌?其实,无论是被动吸烟还是主动吸烟都会得肺癌,而且国外已有研究发现,被动吸烟所吸入的烟雾对人体的危害比主动吸烟还厉害,一些与吸烟者共同生活的女性,患肺癌的几率就比正常人高出6倍。显然,是二手烟让女性肺癌患者激增。

当然,吸烟者患肺癌的数量和严重程度仍大大高于不吸烟者。因此,女性戒烟仍是最根本、最有效的措施。因为有研究发现,女性抽烟患肺癌的风险是男性抽烟者的1.9倍,更是从不抽烟者的5倍。正因如此,女性戒烟越早越好,因为只有戒烟5年以上的人,其肺癌的发病率才能下降到与不吸烟者相近的水平。与此同时,作为丈夫,戒烟或者不在室内吸烟,是爱护妻子的重要表现,而妻子无论出于自身考虑还是为丈夫的健康着想,都要力劝丈夫戒烟。

湖南省脑科医院 刘莉