

子宫内膜息肉癌变率低

重在观察随访

47岁的李女士在进行妇科体检时,看到体检报告上有“子宫内膜息肉”的结果。李女士很是紧张,不知道子宫内膜是一种什么样的疾病,会不会有癌变的可能呢?

子宫内膜,专业全称为子宫内 膜息肉,它是一种突出生长于子宫 内膜表面,由子宫内膜腺体和基质 包裹血管而成的增生性炎性赘生 物。子宫内膜息肉总发病率在 10% ~15%,以围绝经期女性的发病率最 高,30岁以下女性发病较少。

子宫内膜息肉主要的临床症状 为异常子宫出血和不孕,约 70%~ 90%的子宫内膜息肉患者有异常子 宫出血,表现为两次月经间期出 血、月经过多、经期延长、不规则 出血等,大约有 44.4%的育龄期女 性和 36.1%的绝经后女性没有任何 症状。

子宫内膜息肉的相关风险因素

至今不完全明确。中年后、超重或 肥胖、高血压、他莫昔芬(三苯氧 胺)用药史、单雌激素用药史(无 孕激素拮抗)等,被认为是子宫内 膜息肉的高危因素,也可能与遗传 有关。

患上子宫内膜息肉有可能会导 致不孕,这是由于子宫内膜息肉的 存在可能会干扰胚胎着床,也可能 和炎症状态引发的子宫内膜容受性 下降有关。即便做试管婴儿,成功 率也是较低的,但息肉摘除后成功 率会明显得到提高。

和李女士担心的一样,子宫内 膜息肉的确有发展至子宫内膜癌 的可能,但癌变的概率较低。研究 表明,大部分子宫内膜息肉是持续 存在的,约 27%的患者在随访一年 后发现息肉有缩小甚至消失,仅 0.5%~3%的患者有发生癌变的风 险。息肉体积大、高血压,被认为 是子宫

内膜息肉癌变的危险因素。

体检查出子宫内膜息肉是否有 必要切除呢?这个应根据息肉的 大小、有无症状而定。对于直径小 于 1 厘米、无症状的息肉,可随访 观察。对于体积较大、有症状的 息肉,一般建议手术治疗,不推荐 药物治疗。宫腔镜下子宫内膜息肉 摘除是治疗的金标准,对于患有子 宫内膜息肉的不孕女性,手术切除 息肉有助于自然受孕或借助辅助 生殖技术提高受孕率。

有月经紊乱、尤其是处于围绝 经期的女性,或者是前面提到的 子宫内膜息肉体积大、有高血压等 高危因素的女性,应及时去正规 医院就诊,及早发现子宫内膜息 肉并接受规范处理。超重或肥胖 的女性,建议控制体重。

上海中医药大学附属上海市中西 医结合医院妇科主任 来婷

月经过多 易致贫血

李女士今年 35 岁,平时身 体还不错,但总是感觉乏力。近 日,李女士感觉浑身乏力现象加 重,皮肤还发黄,睡眠质量不 好,做事总是提不起精神。

医生详细询问了李女士的病 史,得知从她自 8 年前生完孩子 后,自觉身体一直都还可以,只 是有时候感觉乏力。医生一再追 问下,李女士谈到月经不是特别 规律,每次的量都很大,历时 5~6 天,人总是提不起精神。医生 检查发现李女士脉搏浮细,建议 她进一步检查血红蛋白、血钾 和微量元素。

检查结果显示,李女士的血 红蛋白含量只有正常值的一半, 结合临床表现,李女士被确诊为 缺铁性贫血。李女士感到很奇 怪,自己平时饮食搭配还较好, 怎么会发生贫血呢?医生解释, 贫血一般主要有三种原因:第 一,造血的原料不足;第二,血 细胞破坏过度;第三,血液丢失 过多。而李女士经常月经量大, 导致血液流失过多,而平时正常 的饮食也不能供给身体所需,从 而造成了贫血。

总的来说,纠正贫血,应积 极治疗原发病,加强饮食营养, 必要时及时就诊,在医生指导下 药物治疗。医生建议李女士,先 把月经量过多的问题查明原因, 进一步解决,同时纠正贫血,才 能获得好的效果。

刘芬

孕期增重 宜缓慢、稳定

孕期体重增加并不是匀速 的,对于正常体重的孕妇来 说,在妊娠的前 3 个月,体重 增加 1~2 千克较为合适。孕早 期由于妊娠反应,食欲可受影 响,但此期保证营养对于胎儿 发育非常重要。因此若是妊娠 反应较重影响到进食,宜采取 少吃多餐、吐了再吃的办法, 多吃对胎儿脑部发育有益的食 品。蛋白质、无机盐、维生素 和糖等都是胎儿大脑发育不可 缺少的,孕妇食物应多样化, 不宜忌口过多。

不少孕妇过了妊娠反应阶 段后,食欲好转,于是大量进 食,这其实是不妥的。胎儿生 长发育有自己的规律,过剩的 营养会被母体吸收造成肥胖。 最佳的体重增加方式是缓慢而 又稳定,正常体形者在怀孕中 晚期,每周体重增加控制在 0.5 千克左右为宜。

孕期体重增加过缓或停 滞,可能提示胎儿生长落后, 胎儿出生后易患多种疾病。孕 期体重增加过多或过快,产后 易出现肥胖和糖尿病等。胎儿 增重过快,则易长成巨大儿 (出生体重大于 4 千克)。巨大 儿分娩时不易通过产道,剖宫 产几率增加,或分娩过程中易 出现难产、产伤,产后也易出 现新生儿低血糖等。可见,在 孕期,孕妇并非吃得越多越 好,必要的时候可以咨询营养 师来调整孕期的饮食。

哈尔滨医科大学附属第四医院 产科主任 蒋雁

太瘦或太胖 对生育都不利

现在女性流行以瘦为美,其实, 过瘦的体型不仅不健康还会影响 生育。体型过瘦,可导致女性雌 激素水平低,这样可影响卵泡发 育及子宫内膜增生,不利于受孕。 BMI<18 的女性,体内雌激素水平 较低,影响卵泡发育及子宫内膜 的增生,而卵泡发育不成熟就很 难受孕。即使卵泡发育成熟了, 受精也成功了,而由于子宫内膜 不能增生,受精卵也很难在子宫 内着床。有的即使受精卵着床成 功,因为母体太瘦,无法为胚胎 提供足够营养,也会影响胎儿 正常发育。

当然,女性过胖也会影响生 育。BMI>27 的女性容易有胰岛 素抵抗、多囊卵巢综合征、月经 不调等问题,此外,现在有研究 表明,肥胖女性的生殖系统可能 会得无菌性炎症,这些都会影响 受孕。

准备怀孕的女性,备孕和怀孕



早期,不用吃得特别多,但 要注意饮食均衡、品种丰富, 尽量多吃纯天然食物,少吃加 工食品,尤其是腌制、熏制的 肉类制品,比如香肠、熏肉、 腌肉、烤肉、午餐肉罐头等, 这类食物中含有大量的亚硝酸 盐类物质,对胎儿的影响比成 人更大。可以适当多吃一些坚 果,坚果里富含卵磷脂、锌、 硒、胆碱等成分,有益于胎儿 大脑发育。

浙江省人民医院营养科主任 钱展红

激素六项是生殖功能的重要评价指标

激素六项是女性生殖功能状 态的重要评价指标,在备孕的每 一环,节中都起着重要作用。激 素六项检查包括:

卵泡刺激素(FSH)由腺垂 体(垂体前叶)产生,低于正常 值时提示垂体或者上游的下丘 脑出问题;高了提示卵巢功能 衰退。

黄体生成素(LH)是由腺 垂体产生的,数值太低的意义 和 FSH 类似。多囊卵巢综合 征患者的 LH 通常会比 FSH 高。

催乳素(PRL)由腺垂 体产生的,主要用于促进乳腺 发育和泌乳。PRL 过高会抑 制排卵,引起不孕和月经失 调。

雌二醇(E2)主要由卵巢 生产的激素。在排卵前会有一个 高峰值,怀孕后也会升高。如 果卵巢功能衰退,E2 会明显降 低。月经期查的 E2 如果高了 反而有问题,可能提示卵巢功 能不好。

孕激素(P)由卵巢生成, 怀孕 3 月之后以胎盘产生为主。 排卵后的黄体中期,P 达到最 高值,如果这时测的值低了, 提示黄体功能不全。

总睾酮(T)由卵巢和肾 上腺皮质分泌。多囊卵巢综合 征通常 T 会升高,一般不超过 正常值的两倍。如果过度升高, 可提示有卵巢男性化肿瘤、 肾上腺皮质增生等问题。

湖南省第二人民医院 刘莉 吴杰

饭后腹部不适 警惕卵巢癌

卵巢癌是对女性朋友最具 威胁性的妇科恶性肿瘤,死亡率 高。由于卵巢深藏在女性的盆 腔中,发生癌变早期很难被患 者觉察,往往在出现了腹胀、 腹水时,才被患者觉察到,到 医院就诊和确诊时往往到了中 晚期。

建议中年以上的女性和有 乳腺癌、卵巢癌家族史的女性, 应每年做一次妇科体检,包括 盆腔检查、阴道 B 超和 CA125 等 肿瘤标记物检查,以便及早发 现卵巢癌等恶性病变。对于既 往存在卵巢包块的女性则应定 期复查,以免延误病情。

一些常被忽略的卵巢癌早 期信号包括:下腹部疼痛或不 适,尤其是在饭后的隐隐不适; 消化不良,腹部胀气或全腹发 胀感;盆腔有不太明显的不适 感等。需要特别注意的是,有 些卵巢癌早期往往没有任何症 状,如果女性朋友发现有上述 症状时应引起高度的警惕,及 时去正规医院妇科就诊排查, 发现问题及时治疗。

北京友谊医院妇产科 主任医师 蒋国庆