



早期乳腺癌检出率不到 10%

东南大学附属中大医院近日公布了一组数据：前往该院接受乳腺检查的3万名女性中，共查出乳腺癌患者1200余人，其中属于早期乳腺癌的患者所占比例不到10%，绝大部分发现时都到了中晚期。

据权威统计，乳腺癌在中国大城市女性肿瘤中的排名已经位居第一，越来越多的年轻女性患上了乳腺癌，而导致乳腺癌难以早期发现的最重要因素就是绝大多数女性缺乏早期为乳腺普查的意识。数据显示，40岁以上的女性80%以上不做定期检查，80%以上的乳腺癌患者

者被发现时已到中晚期。

乳腺专家张亚男提醒女性朋友，要消除靠手摸能早期发现乳腺癌的误区，目前全球唯一能够做到发现早期乳腺癌的办法就是进行数字化乳腺摄影检查。建议40岁以上的女性应每年检查一次；40岁以下的成年女性最好每二到三年检查一次。如果具有乳癌发生危险因素的女性特别要提高警惕，如临床检查可触及或可疑触及肿块者，触诊时有乳房局限增厚者，有乳头溢液史的患者，乳房较大触诊不满意者；30岁以上有母系乳腺癌家族史者；患乳腺良性病变如乳腺囊性

增生病、乳腺良性肿瘤的妇女；高龄（30岁以上）初产或从未生育过妇女；绝经期较晚（50岁以后）的妇女；一侧乳房曾患乳腺癌的病人，根据情况可能要半年复查一次，力争做到早检查、早发现、早治疗。

专家特别提醒广大女性，遗传、营养失衡、不良生活习惯及心理健康等多种因素都可能诱发乳腺癌，因此在日常生活中，广大女性务必保持良好的生活习惯和健康的生活方式，注意缓解压力、调节不良情绪，特别是不要滥服成分不明或可能含有雌激素的保健品。程守勤

勤洗手能防铅中毒

铅中毒是危害儿童智力和神经系统发育的“第一杀手”。儿童的血铅水平如果高于每升100微克，就有可能导致神经发育方面的问题。儿童铅中毒是完全可预防的。留意孩子有无上课注意力不集中、多动、脾气性格改变、不长个、瘦小等表现，如果有就应带孩子进行血铅检查。另外，无上述表现的孩子也应每半年到一年检查一次血铅。

饮食结构不合理，经常吃一些炸薯条、薯片，吃松花蛋、罐头、爆米花等含铅量较高的食物，而应该进食的红肉、蛋黄、鱼类却吃的很少，饮食单调，没有做到科学搭配，使孩子很容易发生铅中毒。在孩子发育时期，锌、铁、钙、铅在体内有一定的比例，当其他的微量元素降低的时候，特别是锌、铁元素减少的时候，人体对铅的吸收变得加快与增多，就很容易发生铅中毒。

汽车尾气、工厂废气是空气铅污染的“罪魁祸首”，尘土中含铅量也极高。给孩子养成洗手的习惯，因为一次洗手可以消除约90%附着在手上的铅，所以饭前以及看书、看报、写字后一定要洗手。孩子勤洗手能有效预防铅中毒。

陈修源

四招扭转产后性低潮

生活中部分女性生了小孩后，同丈夫过性生活时，感觉与从前大不一样：没有异物感，没有分泌液，没有性高潮；而丈夫也觉得房事大不如从前。由于性生活不满意，夫妻感情发生危机。

按照女性生理规律，产后哺乳期内心性会下降，约一年后性欲逐渐恢复正常甚至比产前高涨。但像产后多年夫妻性生活一直不如从前的也不鲜见。因此，产后务必注意以下的心理或行为调整：1.注意休息，切忌过分劳累（主要是思想、情感上的劳累）；2.产妇在照看孩子的同时，不要冷落丈夫，而丈夫在欣赏、亲近孩子的同时，也不要忘记妻子，双方可选择自己精力充沛及情绪较好时过性生活，双方在过性生活时要注意激发对方的爱（情）欲；3.如产妇有难产、产道有损伤，伤愈后性生活较长时间不舒服、不满意，应尽早到医院进行检查和咨询，以免时间长了产生性欲下降甚至拒绝性生活的心理和行为；4.产后尤其是阴道分娩后，要尽早进行产后保健操的锻炼，多做自主收腹、提肛（往腹部使劲提抽肛门的肌肉）以及其他的产后保健操。

此外，还可以做阴道紧缩的手术进行改善，有些丈夫阴茎过小、难以适应妻子产后阴道变化的，也可做阴茎延长。陈珍

育儿心得

儿子战胜了“开学焦虑”

新学期在即，可儿子却出现厌食、倦怠和焦虑的症状。

假期的前部分，他只顾着玩乐，作业拉下不少。如今，我看着他快快不乐的神情，再看他堆积如山的作业，心里不由得跟着焦虑起来。

心里烦躁，嘴巴就开始喋喋不休。儿子一看电视，我马上像个巫婆那样，数落他没有做作业；儿子刚想打游戏，我立即像幽灵一样跟上去，强行关掉电源；他请求我带他去公园玩，我一口拒绝了他。我以为全面封锁儿子的玩乐时间，他就会乖乖地，把时间和精力转移到学习上来。可是我错了，我越强调学习，越不给他玩乐的机会，他越抗拒，情绪越焦虑。

我冷静下来，和儿子促膝长谈，最后我们各退一步，并拟订了一张作息表，上面罗列了他每天玩耍和做作业的时间。我帮他吧堆积如山的作业分解成几部分，每天完成一部分，到了开学那天，正好全部完成。这个作息表，儿子很乐意执行，他每天认真地做好作业，然后心安理得地玩耍，一切井然有序，而我，再也不用像个老巫婆那样，喃喃地对他大念咒语。

就这样，儿子既没有荒废学习，也没有一味贪玩，平静地等待着开学的日子。劳逸结合，张弛有道，儿子战胜了“开学焦虑”。

徐丽霞



姓名：黄紫燕
昵称：紫驼
年龄：两岁零八个月
身高：89厘米
体重：15千克
爱好：唱歌、跳舞。
父母寄语：愿宝宝健康快乐成长。

儿保频道

当心“小胖墩”性发育异常

一项研究发现，男性肥胖儿童中性发育异常者高达80%，“小胖墩”的性发育与其体重、年龄不成正比。

儿童肥胖可以诱发难以治疗的性发育异常疾病，如儿童肥胖性性发育不良症，已引起医学界高度重视。“小胖墩”不仅是皮下脂肪堆积，而且他们的内脏器官也在不断的脂肪化，垂体的脂肪化会使促性腺激素的分泌减少，影响雄性激素的分泌和释放，致使血中雄激素与雌激素的比例失调，泌乳素增高，内分泌紊乱而导致睾丸发育不良、阴茎海绵体发育不良，出现阴茎短小，肥胖男孩女性化，如皮肤细腻、臀部丰满、双侧乳房发育等。患儿下腹部及耻骨联合处脂肪堆积覆盖

外生殖器，导致阴茎呈隐匿型，并影响阴茎及阴囊的发育。如不及时治疗，发展下去会造成不可逆的损害，致成年后性腺发育不良、性功能障碍甚至不育。

“小胖墩”性发育不良的治疗，可采取小儿阴茎短小康复仪、内分泌减肥治疗仪等物理治疗，配合中药调理、内分泌治疗、运动减肥和饮食控制等综合治疗，而隐匿型阴茎除了控制体重外可能要通过手术才能治愈。

男性病专家建议，如果家长发现自家的“小胖墩”阴茎短小，“蛋蛋”发育不良，应及时到医院查明病因，并制定相应的治疗方案进行综合治疗、阶段治疗，并坚持长期追踪和随访。陈小燕

妇科门诊

阴部色素异常 警惕三种病

临床中发现，女性随着年龄增加，有人阴部会出现异常的色素变化，应引起警惕。

第一种为白色病变，即阴部皮肤呈白色、增厚、粗糙，有剧烈的瘙痒，有的可发生皲裂、溃疡，此称为皮肤增生性营养不良，有5%的患者可发生恶变。所以，一旦发现外阴部有白斑，就须注意肛门周围是否有白斑点，特别要注意那种皮肤皱缩变厚，始为红色，后为灰白色的白斑，这是癌前期的病变。还有一种白色病变，皮质呈羔羊皮

纸样，缺乏弹性，病变可发生在阴道口及肛门周围，使外阴呈一个白色的8字形。此类患者也有瘙痒，但程度较轻，以后阴部萎缩，大小阴唇缩小，阴道口狭窄。这种病变称为硬化性苔藓。

第二种为红色病变。这是阴部的湿疹样癌，初发时为红色颗粒，以后融合成片，在红色基底上有白色皮岛。故有时呈红白斑点状，有剧烈的瘙痒，这是一种皮肤的恶性病变。近年有人发现，患阴部早期的湿疹样癌，与女性的性紊乱、性

交不洁有关。

第三种为黑色病变，即黑色素瘤，表现为黑痣、结节、斑块或黑色素斑，有的突出于皮肤呈肿瘤，有的则仅是皮肤黑色改变。这种病变大多由色素痣恶变而来，是一种极度恶性的肿瘤，故有人主张，阴部的黑色素痣应作预防性切除。

女性要经常检查阴部有无异常的色素变化，一旦发现自己阴部出现色素异常，不能掉以轻心，应立即就医，明确诊断，必要时及时进行手术。吉生