

浅谈 HPV 与宫颈癌

在这个谈“癌”色变的时代，作为医生，有时会遇到一些让人哭笑不得又心生怜悯的故事，比如前几天，就接诊了一位“十万块钱换不来一颗安心”的大姐。她因为宫颈里来了一位“不速之客”——高危 HPV 病毒，把两年的血汗钱全搭了进去，还把自己吓得半死，仿佛宫颈癌的判决书已经提前下达。但朋友们，听我慢慢道来，HPV 这家伙，其实没那么可怕！

HPV:宫颈的“不速之客”

HPV 全称是人乳头状瘤样病毒，是个大家庭，里头有“好”有“坏”。它们分两种：一种是“低调派”，也就是低危型 HPV，喜欢搞点小破坏，比如引起些皮肤疣啥的，但大多时候也就图个热闹；另一种则是“野心家”，高危型 HPV，它们的目标可就大了，直指宫颈的宝座，企图一步步将其改造成“癌宫”。

宫颈癌：从“宫斗”到“癌变”的漫长旅程

虽然 99% 的宫颈癌与“高危小分队”持续作乱有关，但这并不意味着一感染就铁定癌变，毕竟从感染到癌变，中间还隔着千山万水呢！

想象一下，80% 的女性朋友在人生的某个阶段都会和 HPV 来个亲密接触，但大多数时候，咱们的免疫系统就像是身怀绝技的忍者，6 到 8 个月内就能悄无声息地把它们赶出体外，实现自动转阴。

所以，HPV 感染并不等同于宫颈癌，它们之间还隔着

一个重要的关卡——癌前病变。这就像是给你敲了个警钟，告诉你：“嘿，注意啦，再这么放纵下去可就要出大事了！”但别怕，癌前病变并不是洪水猛兽，它是完全可以治愈的，只要咱们及时发现，果断出手，就能把它扼杀在摇篮里。

宫颈癌的“防御塔”

在这场“宫斗大戏”中，咱们女性可不是孤军奋战，有法宝，可以称之为宫颈癌的“防御塔”。

第一级：疫苗接种，防患于未然

疫苗就像是给身体穿上了一层防弹衣，虽然不能完全刀枪不入，但能让大部分敌人望而却步。目前市面上的二价、四价、九价疫苗，都是针对那些最常搞事的 HPV 亚型量身定制的。接种了疫苗，就像是给健康上了道保险，但别忘了，定期检查也不能少。

第二级：定期筛查，早发现早治疗

即便有了疫苗，咱们也不



能掉以轻心，因为疫苗并不能 100% 预防所有 HPV 感染。这时定期的 HPV+TCT 联合筛查就显得尤为重要。这就像是一场定期的体检，能及时发现宫颈的异常情况，把宫颈癌扼杀在摇篮里。

最后，要强调的是，面对 HPV，咱们的心态比啥都重要，转阴了自然皆大欢喜，但若是一时半会儿没转阴，也别自己吓自己。加强锻炼、合理作息、均衡饮食、保持好心情，这些都是提升免疫力的不二法门。记住，免疫力才是身体最好的医生。

总之，HPV 虽是个磨人的小妖精，但只要咱们掌握了正确的预防和应对方法，就能轻松应对，不让它兴风作浪。

湖南省张家界市桑植县
妇幼保健计划生育服务中心
彭秋梅

小儿急性细菌性肺炎的并发症与预防

小儿急性细菌性肺炎是儿科中经常遇到的一种感染性疾病，它的发病速度快、病情严重，如果不及进行治疗，可能会导致一系列严重的并发症，甚至威胁到患儿的生命安全。以下通过对并发症类型、症状及预防策略等方面的科普来帮助家长们更深刻地认识并处理该病。

小儿急性细菌性肺炎并发症

1. 呼吸衰竭 在细菌性肺炎中，呼吸衰竭被认为是最常见的严重并发症之一。因肺部炎症引起肺表面活性物质降低，肺泡萎陷及通气与换气功能紊乱，小儿可发生气急、呼吸困难甚至昏迷抽搐。病情较重的需要立即采取机械通气及其他紧急救治。

2. 心力衰竭 心力衰竭亦为细菌性肺炎的常见并发症。在肺炎中，肺部炎症会诱发肺循环阻力升高和心脏负荷增加而引起心力衰竭。小儿可有心率加快、呼吸困难、下肢水肿、肝脏肿大。此时就需要及时对疾病进行控制，减少心脏的负担，避免疾病进一步加重。

3. 肺不张 肺不张由肺泡内气体被吸收和肺泡萎陷引起。细菌性肺炎容易造成支气管阻塞进而诱发肺不张。患儿可表现为经常咳嗽、胸闷、体温增高等症状，严重者可发生呼吸衰竭。肺不张存在时间过长也可引起支气管扩张，进一步影响肺功能。

小儿急性细菌性肺炎的预防

1. 接种疫苗 疫苗接种是防治细菌性肺炎最有效的方法之一。家长要按照国家免疫规划的要求，及时给婴幼儿注射肺炎链球菌疫苗和流感疫苗，减少细菌性肺炎发病几率。

2. 注意个人卫生、环境卫生 家长要经常对小孩的玩具、餐具、衣服等用品进行清洗消毒，并保持房间通风，以免空气过干。同时注意小儿个人卫生、勤洗手，忌用脏手接触口、鼻、眼。

3. 提高免疫力 母乳喂养对增强婴幼儿免疫力有良好作用。母乳富含营养物质及免疫因子，对提高婴幼儿抵抗力有帮助。另外，在孩子成长的过程中，家长要进行合理的饮食搭配，以确保孩子得到足够的营养和体质。

4. 切忌到人群密集的地方 在细菌性肺炎的高发期，家长尽量不要将小儿带到人多密集的地方，降低感染风险。出门时要戴口罩并采取防护措施。

5. 及时处理感冒和其他上呼吸道感染 上呼吸道感染是引起细菌性肺炎最常见的原因。所以，在孩子有感冒症状的时候，家长要及时带孩子去看医生，并按照医嘱处理。

6. 强化健康教育 家长要加强小儿健康教育，使小儿认识细菌性肺炎危害及防治措施，养成良好习惯及卫生习惯。

总之，小儿急性细菌性肺炎属于严重感染性疾病，并发症较多且比较严重。家长要重视本病的防治，采取接种疫苗，注意个人卫生与环境卫生，提高免疫力，避免到人群密集场所，减少感染风险。同时，当发现患儿有肺炎症状时，应及时求医诊治，以防病情加重造成严重并发症。

湖南省邵阳市新宁县水庙镇中心卫生院
小儿内科 欧阳清云

无痛分娩与胎儿健康，听听医生怎么说

在这个充满爱与期待的世界里，每个小生命的到来都是家庭中最闪耀的星辰。而在这场宇宙级的“大事件”中，无痛分娩就像是夜空中最温柔的月光，照亮了妈妈的产程之路，也让胎儿宝宝能在更加舒适的环境中迎接第一缕阳光。下面，咱们就请来麻醉界的“段子手”医生，用她那风趣幽默又不失专业的语言，给大伙儿聊聊无痛分娩与胎儿健康的那些事儿。

无痛分娩，不是“超能力”，但胜似“超能力”

首先，我们得澄清一个误区，无痛分娩可不是让妈妈瞬间拥有“不怕疼”的超能力，而是科学地利用麻醉药物和技术，让妈妈在分娩过程中的疼痛大大减轻，甚至达到几乎无痛的状态。想象一下，这就像是给妈妈的产程加了个“羽绒靠枕”，让原本可能崎岖不平的道路变得平坦舒适。

医生的“神秘药水”，其实是爱的传递

说到无痛分娩，不得不提的就是那瓶让无数妈妈心生向往的“神秘药水”——麻醉药物。但请放心，这可不是什么让人失去知觉的“迷魂汤”，而是经过严格筛选和剂量控制的“温柔守护者”。医生会根据妈妈的身体状况和产程进展，精准地调整麻醉

药物剂量，确保既能有效缓解疼痛，又不会对妈妈和胎儿的健康造成不良影响。这就像是在妈妈和胎儿之间搭建了一座安全的桥梁，让爱的传递更加顺畅无阻。

无痛分娩，胎儿宝宝的“安静守护者”

有些准爸妈可能会担心，无痛分娩会不会影响到胎儿的健康？嘿，这你可就多虑了！医生表示，无痛分娩使用的药物大多是通过妈妈的椎间隙给药，直接作用于神经系统，减少疼痛感，而进入胎儿体内的药物量微乎其微，几乎可以忽略不计。换句话说，胎儿宝宝就像是被一层无形的保护膜包裹着，在妈妈的肚子里继续安心地做着美梦呢！

无痛分娩，让爱更加从容

更重要的是，无痛分娩不仅减轻了妈妈的身体负担，更重要的

是给予了妈妈心理上的巨大支持。当疼痛不再是分娩的主要障碍时，妈妈可以更加专注于与胎儿之间的互动，享受这段珍贵的亲子时光。同时，妈妈的情绪稳定、心态积极，对胎儿的健康发育也是大有裨益的。毕竟，母爱是最伟大的力量，而无痛分娩就是让这份爱更加从容、更加纯粹的催化剂。

总而言之，在这个科技日新月异的时代，无痛分娩无疑是医学进步带给我们的一份珍贵礼物，它让分娩不再是妈妈一个人的战斗，而是全家人共同参与的温馨旅程。所以，亲爱的准爸妈们，别再对无痛分娩抱有疑虑和偏见啦！勇敢地拥抱这份时代的温柔吧！让爱的种子在无痛与舒适的氛围中生根发芽，绽放出最灿烂的生命之花。

临澧县中医医院
麻醉科 叶小艳