

不能忽略的子宫内膜息肉

□张倩倩 上海中医药大学附属曙光医院安徽医院

子宫内膜息肉是妇科临床的常见疾病,其发病原因和发病机制至今仍不明确。据统计,育龄期至绝经后女性的发病率达7.8%—34.9%。虽然该病可以通过中医和西医治愈,但治疗后复发率高。所以对于该病不容忽视,现在我们就来了解一下有关该病的相关知识吧。

一、子宫内膜息肉的基本知识

子宫是一个空腔器官,子宫内膜是覆盖在宫腔最里面的一层薄膜。正常情况下,宫腔是比较规整、平坦的,当子宫内膜过度增生时就会导致宫腔里出现单个或多个突出内膜表面的凸起,从而导致子宫内膜息肉的形成。在中医学著作中并没有该病的记载,但按照临床特点可归属于“癥瘕”“崩漏”“经期延长”“月经过多”“经间期出血”“不孕症”等疾病的范围。

大部分的子宫内膜息肉患者是没有任何明显症状的,如果出现症状的话多为异常子宫出血、不孕等,少数病人可能会有腹痛、阴道流血等表现。

二、子宫内膜息肉的诱发原因

中医认为“血瘀”是子宫内膜息肉发生的主要病因,该病病机不外乎气滞、痰湿、湿热、气虚等导致瘀血阻滞胞宫冲任。故现代医家多对其从“瘀”论治,兼调肝脾胃。

西医认为子宫内膜息肉可能的诱发因素包括:一是妇科慢性炎症的长期刺激,如子宫内膜炎、宫颈炎、输卵管积液等慢性炎症。二是分娩、流产、宫内环等妇科手术操作等引起的机械损伤导致子宫内膜增生。三是内分泌因素,雌激素水平的过高表达会引起子宫内膜过度生长,从而引发子宫内膜息肉的发生。四是药物因素,根据有关研究显示,该病多见于长期使用激素类药物或保健品的女性、乳腺瘤术后长期使用他莫昔芬的女性。五是遗传因素,部分细胞因子的表达异常和染色体变异等。六是肥胖,有科学研究指出子宫内膜息肉可能和肥胖有一定的关联。七是年龄因素,青春期之后的女性都有可能患有该病,但主要以35岁以上的女性最为常见。八是疾病因素,若是患有如高血压、糖尿病等慢性疾病,则会增加患有该病的风险。

三、子宫内膜息肉的治疗方法

西医治疗:一是观察(期待疗

法),子宫内膜息肉绝大多数属于良性病变,故无临床症状、无生育需求、无恶变风险、直径<1cm的息肉,可暂不治疗,息肉有自行消失的可能性,定期于医院复查观察即可。二是药物治疗,常用于治疗子宫内膜息肉的药物有孕激素、复方避孕药等,这类药物可起到抑制息肉增长、复发的作用。三是手术疗法。刮宫术为非直视下操作,具有一定的盲目性、不彻底性,不推荐用此种方法治疗该病;宫腔镜治疗,是目前临床的优先治疗措施,具有可视化、直接清除效果好、降低复发率等优点。子宫切除术,可彻底解决息肉复发以及恶变的可能性,40岁以上恶变风险大者可考虑。

中医治疗:中药口服主要根据患者体质及证型采用不同的中药处方进行调理。而中医外治法包括中药保留灌肠、中药封包外敷,穴位贴敷、针灸、艾灸、穴位注射等方式。

中西医结合治疗可达到更好的治疗效果,具有预防复发,减少并发症等优势,值得推崇。

四、子宫内膜息肉的预防与护理

1、预防措施:禁止经期同房;积极治疗妇科炎症;保持健康的心

态;规律作息、不要熬夜;合理膳食、均衡营养;及时清洁、注意卫生;减少保健品或药物性雌激素摄入;避免人流、刮宫等不必要的宫腔操作;积极锻炼、控制饮食,保持健康的体重。

2、日常护理:对于子宫内膜息肉治愈后的患者日常护理也是非常重要的。

注意卫生:勤换、勤洗、勤晒内裤,保证外阴洁净干燥。

定期复诊:宫腔镜切除术后的患者要定期到医院进行复查。

监测病情:平时一旦发现白带增多、月经不调、异常阴道出血、有血性阴道分泌物等情况则应及时就医检查。

改掉不良的生活习惯。要合理饮食,日常饮食应以营养、均衡、清淡饮食为主,多吃新鲜的蔬菜水果以及富含维生素、纤维素、蛋白质的食物,但要注意少吃或不吃高热量、高脂肪的食物。

总之,子宫内膜息肉是常见病症,但因该病治愈后有较高的复发率,还有可能会引起相关的并发症,对患者的身心健康影响较大,所以在患有该病后一定要高度重视,积极就医并尽早医疗,以便尽量保证患者的生活质量不受疾病影响。

中医称糖尿病为消渴那中医是如何降血糖的

□张玉梅 阜南县人民医院中医科

中医称糖尿病为消渴,认为该病是由于阴精亏虚而生燥热所致,多见于肥胖者、有糖尿病史者、长期生活方式不良者,不过不用过分担忧,中医对于该病也是有很好地解决方法,下面我们一起来看一下中医是如何降血糖的。

一、针灸

中医根据辨证情况,针刺相应穴位,可起到降血糖的效果,例如胃热炽盛型患者常取穴位为阳经穴,即脾俞、膈俞、足三里,针刺得气后施泻法,可起到泻阳经热的功效。

二、拔罐

拔罐常取穴位有石门、太溪、肾俞、脾俞、肺俞、三阴交、足三里等,治疗方法有针罐法、排罐法、留罐法,可起到通畅气血、温经通络、祛湿逐寒、泄热除毒、消肿止痛、拔除病气、扶正祛邪的功效。

三、药物调理

中医降血糖讲究的是辨证论治,即患者的证型不同,所用的药物有所不同,具体分析如下:

一是胃热炽盛型,属“中消”,此证型者通常伴有便秘、苔黄、多食易饥等症状,建议用白虎汤加减。

二是肺热津伤型,属“上消”,此证型者通常伴有苔薄黄、小便频多、心烦畏热等症状,建议用消渴方加减。

三是肾阴亏虚型,属“下消”,此证型者通常伴有舌少苔、头晕耳鸣、腰膝酸冷等症状,建议用六味地黄丸加减。

四是气阴亏虚型,此证型者通常伴有乏力、形体消瘦、口渴多饮等症状,建议用玉液汤、七味白术散;

五是脾虚湿盛型,此证型者通常伴有脾胃虚弱、不思饮食、面色萎黄、四肢无力等症状,建议用参苓白术散,方中的甘草健脾和中、调和诸药,桔梗宣肺利气、通调水道,砂仁醒脾和胃、行气化滞,茯苓、白术、人参益气健脾渗湿,山药、莲子肉健脾益气、止泻,薏苡、白扁豆健脾渗湿。

四、情志调摄

一是建议患者自己一方面要在日常生活中尽量寻找开心的事,多看喜剧、小品和幽默作品,做到笑口常开;另一方面要放松心情,控制情绪,排除消极情绪,保持心态平和,保持乐观心态,

带状疱疹拔罐放血疗法

□朱光明 天长市中医院康复科

带状疱疹是一种由水痘——带状疱疹病毒引起的疾病,这个病毒也是导致水痘的原因。带状疱疹通常表现为腰部或其他部位的疼痛、瘙痒或刺痛感,随后在该区域出现红色斑点,随着时间的推移,这些斑点会发展成水泡,然后破裂形成溃疡。带状疱疹的名称源自自疱疹带状的特征,通常只发生在身体的一侧,且遵循特定的神经节分布。这种疾病会伴随着疼痛、瘙痒和其他不适症状,并且在一些情况下导致严重的并发症,特别是对于免疫系统功能受损的个体。

1、中医如何治疗带状疱疹

中医治疗带状疱疹通常采用综合的治疗方法,包括草药治疗、针灸、拔罐、推拿等。以下是中医治疗带状疱疹的一些常见方法。

草药治疗:中医常用一些具有清热解毒、活血化瘀、祛风止痛的草药来治疗带状疱疹。通过口服或外用的方式应用,以帮助减轻病情,缓解疼痛和瘙痒,并促进皮肤的康复。

针灸疗法:

针灸穴位的选择通常根据病情的具体情况来确定,可以帮助缓解疼痛、减轻瘙痒,促进皮肤的愈合。

拔罐疗法:拔罐可以通过产生负压效应来促进局部的血液循环,加速疱疹水泡的吸收和消退,缓解疼痛和不适感。

推拿按摩:推拿按摩可以促进局部的血液循环,调节气血运行,缓解疼痛和瘙痒,同时还可以增强免疫力,有助于提高身体抵抗力,促进康复。

2.带状疱疹的拔罐放血具体方法在中医中,拔罐放血是一种常见的治疗方法,可以用于帮助缓解带状疱疹的症状。以下是拔罐放血的具体方法。

准备工作:首先,需要准备好拔罐器具、消毒酒精、棉球或纱布、火源等工具和材料,确保拔罐器具的表面清洁和消毒。

选择穴位:在进行拔罐放血治疗时,需要选择合适的穴位。一般而言,可以选择在带状疱疹病变区域周围或相应的反射区域进行拔罐。

准备皮肤:在拔罐前,需要清洁和消毒拔罐部位的皮肤,以减少感染的风险。可以使用消毒酒精擦拭皮肤,并用棉球或纱布擦干。

进行拔罐:将拔罐器具放置在选择的穴位上,然后利用火源在罐口产生负

白血病的五大护理知识,快来学习一下吧!

□祖娟娟 肥东县人民医院肿瘤血液科

白血病是一种常见的恶性血液病,严重威胁人们的生命健康。随着医学不断进步,对于白血病的治疗和护理也有了更深入认识。本文将为大家介绍白血病的定义、危害以及五大护理知识,希望能够帮助患者和家属更好地了解 and 应对这一疾病。

一、白血病的定义

白血病是一种严重的恶性肿瘤性疾病,其特点是在骨髓或淋巴组织中产生大量幼稚或异常的白血病细胞。这些异常细胞会逐渐积累并取代正常的造血细胞,导致血液中白细胞数量增多,功能异常。

具体而言,白血病会对造血系统和免疫系统产生直接影响。造血系统受损,导致正常的红细胞、白细胞和血小板无法正常产生。这可能引起贫血、易出血和感染等症状。同时,白血病细胞也可能侵犯其他器官,如脾脏、淋巴结、肝脏等,进一步干扰其正常功能。

此外,白血病细胞也会破坏免疫系统。正常的白细胞在抵抗感染和保护机体免受病原体侵害方面起着重要作用,但白血病细胞的存在会妨碍这一过程。免疫功能受损会使患者更容易感染各种细菌、病毒

和真菌,并且对感染的抵抗力较弱。

二、白血病的危害

骨髓受损:白血病引起的骨髓异常增生会使正常造血功能受到抑制,造成贫血、出血和易瘀血等症状。由于白血病细胞的大量增殖,正常的红细胞、白细胞和血小板无法充分生成,导致血液成分的失衡。免疫系统受损:白血病细胞的存在干扰了正常的免疫功能,使患者的免疫系统受到损害。这会导致患者容易感染各种病原体,且对感染的抵抗力较弱。常见的感染包括呼吸道感染、泌尿系感染和皮肤软组织感染等。

器官受累:白血病细胞可能侵犯其他器官,如脾脏、淋巴结、肝脏等,导致这些器官的功能异常。例如,脾脏可能因为过度增大而引起腹部不适和消化问题;淋巴结可能肿大并压迫周围组织;肝脏受累则会导致黄疸、肝功能异常等。

心理影响:白血病的治疗过程漫长而艰苦,患者常常面临身体和心理上的巨大压力。他们可能会经历焦虑、抑郁、恐惧以及对未来的不确定感。此外,治疗期间的副作用和恢复过程中的身体不适也会对患

者的心理健康产生影响。

三、白血病五大护理知识

保持良好的生活习惯:良好的作息时间可以帮助身体恢复并提升免疫功能。白血病患者应保持规律的作息时间,并确保每晚获得足够的睡眠。同时,合理的饮食是维持身体健康的基础。建议选择富含营养的食物,增加蛋白质、维生素和矿物质的摄入。蔬菜、水果、全谷类食物、低脂肪乳制品和瘦肉等都是良好的选择。避免摄入过多的加工食品、高糖食品和高盐食品。此外,适量的运动可以增强体质,提高免疫力。白血病患者可以根据自身情况选择适合的运动方式,如散步、瑜伽、太极等。在开始运动前,最好咨询医生的建议,并逐渐增加运动强度。

定期监测血常规:白血病患者需要定期进行血常规检查,包括白细胞计数、血红蛋白水平和血小板计数等指标。通过监测这些指标的变化,可以及时发现病情的变化,并根据检查结果调整治疗方案。

防止感染:由于白血病患者免疫系统功能低下,他们更容易感染各种病原体。因此,患者应避免

医学影像学科普之MRI、CT 如何正确选择

□钱致 桐城市人民医院放射科

医学影像学是现代医学中不可或缺的重要领域,在疾病诊断、治疗和随访等方面发挥着重要作用。MRI(磁共振成像)和CT(计算机断层扫描)作为常用的医学影像学检查手段,具有各自的优势和适应症。然而,许多人对如何正确选择MRI和CT检查存在困惑。本文将为您介绍MRI和CT的基本原理、适应症以及正确选择的方法,帮助您更好地了解 and 利用这两种影像学技术。

一、MRI的诊断原理

MRI利用强磁场和无线电波来生成人体内部的影像。它基于原子核自旋共振的原理,通过检测氢原子核在磁场中的共振信号来获取图像。

当人体被置于强磁场中时,人体内的氢原子核会对磁场产生响应。在外加的无线电波作用下,氢原子核会发出特定的信号。通过改变无线电波的频率和梯度磁场的强度,可以获取不同组织的信号,从而生成具有高对比度的影像。

MRI相比其他成像技术具有许多优势。首先,MRI能够提供非常详细的解剖、病理和功能信息,尤其对于软组织结构的显示更为准确。它可以帮助医生观察脑部、关节、脊柱、盆腔等部位的解剖结构,并评估器官或组织的功能状态。其次,MRI无需使用

有害的放射线,相对安全。这对于孕妇、儿童和长期需要进行重复检查的患者来说尤为重要。

二、CT的诊断原理

CT利用X射线的吸收和散射特性来生成人体组织的图像。当X射线束穿过人体时,不同组织对X射线的吸收程度不同。CT设备通过旋转X射线源和探测器围绕患者进行扫描,收集大量的X射线数据。计算机根据这些数据进行重建,生成人体各个截面的图像。

CT具有许多优势。首先,它的扫描速度非常快,可以在几秒钟内完成整个扫描过程。这对于需要紧急诊断或无法保持静止的患者来说尤为重要。其次,CT具有较高的分辨率,可以清晰显示不同组织的细节。它对于骨骼结构和钙化灶的显示效果较好,因此在检测骨折、肿瘤、感染和血管病变等方面有很高的准确性。

然而,CT也存在一些局限性,其中最明显的便是辐射风险,由于使用了X射线,因此暴露于辐射的风险较大。尽管现代CT设备通过剂量控制和优化技术来减少辐射剂量,但仍需谨慎使用,特别是对于儿童和孕妇。

三、如何正确选择MRI和CT

(1)病情紧急程度:对于急性脑卒中、外伤等需要迅速诊断的情况,首选CT。CT扫描速度快,可快速提供病变信息,有助于紧急处理。而MRI通常需要更长的扫描时间,适用于慢性病变或需要详细解剖和功能评估的情况。

(2)检查目的:MRI对软组织结构的显示更为准确,适用于脑部、关节、脊柱、盆腔等详细解剖和功能评估的情况。MRI可以提供更多的信息,如病变的组织学特征、血液灌注情况等。而CT适用于显示骨骼结构和肺部、腹部等快速成像的需求,对于检测钙化灶和骨折等也更为敏感。

(3)患者特殊情况:对于孕妇、儿童、心脏起搏器等禁止磁场影响的患者,应优先选择CT检查。MRI使用强磁场,可能对这些特殊患者产生不良影响。此外,对于有金属植入物或其他可能受磁场影响的患者,也需谨慎选择。

(4)设备可用性和费用:根据医疗机构的设备和资源情况,以及患者的经济承受能力,合理选择MRI或CT检查。一些医疗机构可能只提供其中一种设备,或者某种设备的使用频率更高。此外,MRI通常费用较高,因此在经济条件有限的情况下,可以考虑优先选择CT。

(5)辐射暴露风险:MRI不使用离子辐射,因此对患者没有辐射暴露

的风险。相比之下,CT使用X射线,会产生辐射暴露。虽然CT的辐射剂量已经得到控制和优化,但仍存在一定的辐射风险。在需要多次检查或儿童等对辐射特别敏感的患者中,应该谨慎考虑辐射暴露风险,并尽量选择MRI进行检查。

通过本文的介绍,我们了解到MRI和CT在医学影像学中的重要性和应用价值。MRI适用于对软组织、关节、脑部等进行详细解剖和功能评估,对于一些需要观察病变形态和组织特征的情况较为合适。CT则适用于骨骼、肺部、腹部等组织结构的快速成像,对于急性脑卒中、外伤以及大量出血等情况具有较高的敏感性。

在选择MRI或CT时,需要综合考虑患者的具体情况、病情紧急程度以及检查目的、设备可用性和费用以及辐射暴露风险等因素,正确选择适当的影像学检查将有助于提高诊断准确性,为患者提供更好的医疗服务。

