

这些症状警惕这种肌瘤

医生建议患者定期体检 出现不适及时就医

近日,有一位患者因为下腹部疼痛前往市中医院就诊。该患者今年48岁,一个多月前发现腹部有包块。

市中医院妇产科医生接诊后,为其进行B超检查,发现其腹腔存在巨型肿物。盆腔CT、磁共振均提示盆腔有一个20厘米左右的包块。影像科医生会诊后,考虑包块很可能为子宫肌瘤。

妇产科团队为其制定了开腹手术方案。术中证实,包块为巨大子宫肌瘤,重达2.13公斤,送检结果为良性。

医生介绍,子宫肌瘤是妇科常见的肿瘤,一般为良性,但对育龄期妇女造成的影响较大,严重的也可能发生癌变。像这次手术的患者,因为病程太久、肌瘤过大,子宫和输卵管都已经发炎粘连,只能予以切除。建议子宫肌瘤患者定期体检,出现不适及时就医。

科普知识

在此,市中医院妇产科医生给大家科普一些子宫肌瘤的症状及其造成的危害等相关知识,助力患者早发现早治疗。

1.月经改变:这是最常见的症状,



表现为月经周期缩短等。

2.腹部肿块:腹部胀大,伴有下坠感。

3.白带增多:有时会有大量脓血性排液及腐肉样组织排出,伴臭味。

4.疼痛:一般患者无腹痛,常有下腹坠胀、腰背酸痛等。当浆膜下肌瘤蒂扭转时,可出现急性腹痛。

5.压迫症状:肌瘤向前或向后生长,可压迫膀胱、尿道或直肠,引起尿频等。肌瘤向两侧生长,引起输尿管或肾盂积水,如压迫盆腔血管及淋巴管,引起下肢水肿。

6.不孕:肌瘤压迫输卵管使之扭曲,或使宫腔变形妨碍受精卵着床,导致不孕。

7.继发性贫血:若患者长期月经过多,可导致继发性贫血,出现全身乏力、面色苍白、气短、心慌等症状。

(永康市中医院供稿)



甲流高发 小患者激增

医生提醒市民出门戴好口罩不必盲目囤药

最近一周,甲流来势汹汹,永康瑞侦医院儿科接诊的小患者较平时增加了两三倍,其中大部分是甲流患者。

有一位来复诊的小女孩,几天前高烧39.3℃,上吐下泻,人都瘦了一圈。还有一些痰,尽量咳出来,鼻涕前记得深吸一口气。该院儿科主任、主任医师方静霞检查后提醒她。

据了解,这次甲流以儿童感染为主,主要表现为突然高热,体温可达40℃,怕冷、食欲减退、咳嗽、腹泻等,一

般3~7天便能恢复。

方静霞介绍,这个季节冷热交替、早晚温差大,流感病毒容易流行。尤其是阳康后尚在恢复期的人群,不要放松警惕,出门要戴好口罩,少去人多的地方。如果持续高烧,要注意避免肺炎,可通过咽拭子、抽血、胸部CT明确诊断。

就诊中,有患者反应奥司他韦近期一盒难求。对此,方静霞回应:没有必要盲目抢药囤药,医院备药充足,市民

无需担心。

方静霞提醒,奥司他韦虽然是甲流特效药,但开具和服用都需要遵医嘱,其主要的作用是缩短病程、改善症状,并有服用时间限制。

(永康瑞侦医院供稿)



选择正规口腔机构 避坑低价种植牙

也许你曾见过这样的广告,声称一两千元就能种一颗牙。然而,种过牙的市民都知道,种植牙价格普遍较高。因此,康美诺口腔医院医生提醒广大市民要避坑低价种植牙。

虽然种植牙手术属于微创手术,但这并不代表所有口腔医生都能进行种植牙手术。想要开展专业安全的种植牙手术,口腔医院必须配备急救设施且

所有医疗器械都有专业的消毒中心以及先进的牙齿诊疗设备作为支撑。

种植牙并不是简单的简单学科。它需要精通三门口腔学科才能成为一名合格的种植牙医生。

种植牙对医生的医学理论和临床技术的要求非常高。一位经验丰富的种植牙医生,不仅可以制定适合的治疗方案,还可以尽可能地控制术中创伤、

降低手术风险,减少术后反应等。

广大市民要选择正规口腔机构,寻找靠谱的口腔医生种牙。

(康美诺口腔医院供稿)



为什么越来越多人养宠物

医生提醒:分离焦虑如不能自行缓解,可尝试心理咨询

如今,街边的宠物咖啡厅越来越多,网上的宠物视频浏览量也节节攀升。为什么养宠物会越来越受青睐呢?

一方面,小猫小狗大多是毛茸茸的,圆圆的眼睛,小巧的鼻子和嘴巴,十分可爱。这些相貌特征被称为幼儿图式。在经典的洛伦兹理论中,这种特征被看作是一种可以触发人类对于婴儿的照顾行为以及产生情感倾向的先天释放机制。作为哺乳动物,我们会对幼崽产生喜爱并自觉照顾它们。这种回应,并不局限于婴儿身上,而是泛化到我们觉得可爱的事物之上,对于宠物亦是如此。

另一方面,人们与宠物的关系是陪伴与情感依恋。关于依恋,在心理学界有个实验非常有名。在20世纪50年

代,哈罗把一只幼猴放进一个铁笼子。这个笼子里有两个“猴妈妈”,一个是钢丝做成、有奶水的妈妈,另一个是绒布做成、没有任何食物但是很柔软的妈妈。一开始,小猴子喜欢铁丝妈妈,因为那里可以获取食物。没过几天,小猴子除了饿时会去铁丝妈妈那获取奶水外,其余时间都与绒布妈妈在一起。由此,哈洛认为,爱存在三个变量:触摸、运动与玩耍。就像我们与宠物之间一样,我们将它们的时候,会增加我们催产素、多巴胺和血清素的分泌,会使我们产生幸福感和满足感。宠物们也总是眯着眼睛享受,还帮我们驱走孤独。

养宠物对我们的身心健康有好处。但是,小狗的寿命一般是10~15

岁,小猫的寿命一般是18~20岁,而人的寿命不止于此。人和宠物分离时会产生分离焦虑。尤其是对于朋友较少、缺乏倾诉对象、比较孤独的人而言,宠物就是他们重要的精神支持的来源,承载着他们的依恋需求。这些人群与宠物分离时,会有更深的分离焦虑。如不能自行缓解,可以尝试进行心理咨询。心理咨询是一个专业且有效的放松身心、释放压力的渠道。

通讯员 施丽娟



干眼症是绝症吗

在近期热播的电视剧《狂飙》中,高启强为了与妻子和好,谎称自己患了绝症——干眼症。

干眼症是大众对干眼这个疾病的通俗叫法。它虽然不是绝症,也很少导致人失明,但确实会严重影响人们的生活质量。干眼症如果不及时干预或治疗,可能会让患者感到焦虑和抑郁。中国中医科学院眼科医院副院长、主任医师谢立科提醒,长期盯着手机和电脑屏幕,会让很多人出现眼部异物感、干涩烧灼感、眼胀眼痛眼痒和眼疲劳,有的还伴有眼部分泌物增多,以及视物模糊等。如果出现这些症状,大家就要当心患上干眼症。

长期使用电子设备容易引发干眼症

谢立科介绍,眼球表面有一层泪膜,泪膜黏附在眼球的外表,有补水、保湿、润泽的作用。泪膜由眼皮睑板腺分泌的脂质层、泪腺形成的水液层,以及结膜上杯状细胞生成的黏液层共同组成。当泪膜发生质或量的改变,如脂质层减少时,泪膜的稳定性就会变差,在眼球外表存留和维护的时间就会变短,很容易引发干眼症。

据统计,我国干眼症的患病率达到20%~30%。这与人们长期使用手机、平板和电脑等有直接关系。

谢立科解释,眨眼有利于泪水的排泄和将泪膜涂刷在眼球外表,维护眼球的湿润。正常情况下,人们在自然环境中,每分钟眨眼次数约为15~20次。但长期专心盯着手机、平板、电脑等电子产品的人,眨眼频率会明显下降,造成泪膜挥发的可能性增大,维护作用下降。

此外,过度用眼等也可能引发干眼症。

按摩、眼部熏蒸能缓解症状

谢立科说,干眼症高风险人群需要采取积极的预防措施,其中最重要的就是减少电子产品使用时间。饮食上还要少食辛辣,多吃滋阴食物。如尽量少吃葱、姜、韭菜等,适当食用苹果、石榴、葡萄等酸味食品,以及梨、香蕉、枇杷等润燥食品,适量补充富含维生素A的食物,如胡萝卜等。在日常生活中还应该注意补充足够的水分,在干燥的北方或身处空调房间时,可以使用加湿器,增加室内含水量。

如果患了干眼症,可以使用不含防腐剂的人工泪液滴眼。泪液排泄较少的患者,也可以用菊花6克、桑叶10克、薄荷8克、防风10克煎水,加蜂蜜一勺熏眼。每次熏蒸5~10分钟,每天3次。熏蒸时可以使用超声雾化仪,也可以用水杯代替,但需注意熏蒸的温度与距离,保证安全。

泪膜破裂时间短、泪液功能不好的患者,可用按摩棒配合眼膏,对眼部周围的攒竹穴、太阳穴、四白穴进行刺激,调节眼周气血,疏通眼部周围的经络,缓解眼部疲劳和干眼症状。

(市科协供稿)

