

子宫肌瘤的常见症状及治疗方法

□陈晓菲

在女性妇科肿瘤中，子宫肌瘤是最为常见的一种良性肿瘤。它的发生率和患病率较高，给很多女性带来了困扰。本文将简单介绍子宫肌瘤的定义、症状、诊断、治疗和预防等相关知识，帮助女性更好地认识和掌握这方面的知识。

1. 什么是子宫肌瘤

子宫肌瘤，又称子宫平滑肌瘤，是女性生殖器官中最常见的一种良性肿瘤，多发生于中年女性。它通常是由于子宫平滑肌细胞增生而形成的，肉眼看起来像一个球状物。子宫肌瘤的病因尚不明确，可能与女性激素水平、遗传因素、生活方式等多种因素有关。

2. 子宫肌瘤的症状

子宫肌瘤的症状因肌瘤的大小、位置和生长速度而异。常见症状包括以下几个方面：一是异常子宫出血，主要表现为经期延长、经量增多或不规则的阴道出血。二是下腹部异常包块，随着肌瘤生长，患者可能会在腹部触摸到包块。三是疼痛，较少见，主要表现为痛经、剧烈腹痛等。四是白带异常，子宫肌瘤可导致白带异常，表现为白带量增多或白带色、质、味等异常。五是子宫肌瘤严重时可能导致不孕。六是长期阴道出血可能会导致患者出现贫血的表现。

3. 子宫肌瘤的诊断和治疗方法

子宫肌瘤的诊断方法主要包括体格检查、超声检查和宫腔镜检查。体格检查主要通过妇科检查来发现子宫肌瘤，肌瘤增大时可于腹部触及，并可经辅助检查确定。超声检查是诊断子宫肌瘤最常用的方法，能准确测定肌瘤大小及部位，还可鉴别肌瘤是否变性。宫腔镜检查能直接观察宫腔及宫颈管内有无肌瘤存在，以及肌瘤

大小、部位和数目。

子宫肌瘤的治疗方法根据肌瘤的大小、位置、数目和患者的症状、年龄、生育要求等因素综合确定。对于无症状的子宫肌瘤，一般不需要治疗，特别是接近绝经年龄的患者，可以定期观察。对于有症状的患者，如月经过多、贫血、下腹痛等，可以通过药物治疗或手术治疗来缓解症状，如果症状严重或者有恶性病变可疑，则需要手术治疗。

4. 子宫肌瘤的预防

预防子宫肌瘤需要从多个方面入手。首先，要保持健康的生活方式，包括规律作息、充足睡眠、均衡饮食和适当运动。这些措施有助于提高身体免疫力，降低患病风险。其次，定期进行妇科检查，以便及时发现子宫肌瘤，避免病情恶化。此外，避免长期服用激素类药物，如避孕药、减肥药等，这些药物可能会刺激肌瘤的生长。另外，注意个人卫生也十分重要，保持外阴清洁，避免不洁性行为，以防止感染。最后，要避免精神压力过大，保持心情舒畅，减轻压力，有助于预防子宫肌瘤的发生。这些措施的综合应用，可以有效地预防子宫肌瘤的发生和发展。

5. 结语

虽然子宫肌瘤多数情况下是良性的，但是长期不治疗或者治疗不当可能会引起严重的并发症，甚至出现恶变的可能。因此，及时诊断、积极治疗和采取预防措施是非常重要的。同时，我们也应该保持健康的生活方式，注意个人卫生，避免精神压力过大，以降低患病风险。

(作者单位:河北省唐山市妇幼保健院)

跟骨骨折的治疗方法和注意要点

□闫孝峰

跟骨骨折在临床上很常见，很多时候是因为从高处跌下来，足跟直接撞到地面导致的，当然也有少数是因为撕脱造成的。这几年因交通事故而造成的这类骨折也多了不少。跟骨的结构相当复杂，其还是人体足弓的主要组成，能够缓解走路时的冲击。不过，跟骨骨折的临床分型五花八门，治疗方法也是众说纷纭，特别是涉及距下关节的处理。所以，本文就为大家总结这方面的治疗方法和进展。

1. 跟骨骨折的治疗方法

跟骨骨折的治疗方法主要有手术和非手术两种。而在当前学术界，除了其治疗目的已达到一致外，其他方面还存在很多争议。跟骨骨折的治疗目标就是恢复跟骨的高度和宽度，让跟距和跟关节面回到原来的位置，让关节恢复原有的灵活性。当然，治疗时还需要考虑一些其他因素，如患者的年龄、健康状况、骨折的严重程度等。所以，跟骨骨折的治疗并不是一件简单的事。

1.1 非手术治疗

非手术治疗，其实就是通过手法复位加石膏固定、单纯牵引等方法来治疗，一般适合那些骨折没有移位或者只有微小移位，而且没有影响到距下关节的情况，还有就是那些受各种原因影响而不能做手术的患者。治疗方法还要根据患者的具体情况来定。例如，针对载距突骨折，没有移位的就用石膏固定在功能位上，固定4—6周；若存在移位，则应先用手法复位再固定。针对跟骨前突撕脱骨折，则应用小腿管型石膏固定6周；若骨折未愈

合，则可以考虑切除前突。

非手术治疗虽然操作上相对简单一些，但大多数情况下都没法恢复原状。就拿手法挤压牵引复位来说，在挤压力量不够的情况下，会导致关节疼痛、足跟内翻等一系列后遗症。因此，在选择治疗方法时，需要慎重考虑。

1.2 手术治疗

(1)撬拨复位加骨圆针固定
撬拨复位加骨圆针固定的操作方法比较简单，容易掌握，而且对患者的创伤小，治疗费用也远比其他方法少。不过，对于舌状骨折，以前很多医生都会采用单根骨圆针固定，不太牢固，所以手术后还得用石膏托外固定一下，以确保骨头能够在正确的位置上愈合。

(2)外固定支架

采用外固定支架治疗严重粉碎性跟骨骨折有很多优势，如手术后患者的负重行走，可以有效避免对距下关节面的压力，达到对离断后关节面的保护。而且，早期负重能够加快周围软组织的恢复速度，能减少后遗症的出现，在临床应用容易得到患者的青睐。

(3)跟距关节融合术

这一方法针对波及距下关节的严重粉碎性骨折有较好的治理效果。此类骨折的后关节面、软骨受到了严重损坏，想要达到完全解剖复位是非常困难的。有些专家认为，如果在切开复位内固定(ORIF)手术后进行跟距关节融合术，既可以解决各种后遗症，也能使跟距融合术实施起来更加简便，还有助于患者的恢复。不过，也有一些专家认

为保守治疗后早期跟距关节融合术更合适。如果跟距关节能早期形成骨性强直，那么足部的功能就能更迅速地得到恢复，而且患者不用承受两次手术的折磨，有利于他们的身心健康发展。

2. 手术治疗注意要点

2.1 手术时机

一般来说，除非是开放性骨折或者骨折后6个小时内有紧急情况，我们通常会选择在伤后7—10天进行手术。如果患者的足部肿胀得很厉害，还存在张力性水泡，则要先让患者把伤肢抬高，然后使用脱水剂。等到肿胀和水泡消退之后，才会进行手术，以此避免手术过程中皮肤坏死和感染的发生，从而确保手术的成功率。当然，具体还要根据患者的具体情况来决定。

2.2 手术过程

在手术中，要想取得好的复位效果，关键在于恢复跟骨结节关节角(Bohler角)，让关节面变得平整，如果缺损严重的话，还需要进行植骨填充。同时，在手术修整的时候，要特别小心，不能让骨折块游离，也不能随便摘除骨折块，这也是确保手术成功的关键所在。

2.3 术后处理

在手术后的24个小时内，促进血液回流是首要任务，但同时要患者开一些活血化瘀的中药内服。等到切口拆线之后，需要用中药熏洗进行辅助治疗。在早期康复阶段，要鼓励患者锻炼踝关节和足趾，以加快恢复进度。等12周后，进行一次摄片检查，确认骨折愈合情况，然后让患者开始负重行走，锻炼下肢力量。

(作者单位:河北省隆化县中医院)

输卵管的“自述”

□陈相凤

大家好，我是输卵管，对于生命的孕育，我发挥着重要作用，可以对精子、卵子以及受精卵进行有效传输。但在日常生活中，我十分低调和安静，因此人们对我的关心较少，通常在出现不孕问题后才会想到我。在这里，我要提醒大家，我也是有脾气的，谁要是对我不好，那我也是会发脾气的。

先给大家做一个简单的自我介绍，我的形态十分优美，是一对长度约为8—15cm的管道，形态细长而又弯曲，直径大约为5mm，位于女性的子宫底两侧。子宫角的那一小段，叫间质部，也是最短的一段；从子宫出来慢慢变窄的那一段，叫峡部，结扎通常选在这里；再往下慢慢变宽的一段，叫壶腹部，是精子和卵子相遇结合的地方，如果受精卵“定居”在这儿，就形成了宫外孕。

我的主要作用是对精子和卵子进行运输，也是精子和卵子结合的必要途径，如果你们在日常生活中没有照顾好我，那怀孕的概率就会大大降低，

因为我的身体被堵塞是女性不孕症的最主要原因之一，在不孕患者中占比达到三分之一。我影响怀孕的情况具体包括身体通而不畅、身体内出现积液、近远端阻塞、伞端粘连等，这些都被称为输卵管性不孕，而且还有宫外孕的风险存在。

在我的身体发生堵塞后，女性会有什么症状和感觉呢？首先，一些女性可能并无相关的临床症状与体征，一般仅在我发炎后会有下腹疼痛的感觉。其次，在我被感染的早期，女性通常无明显症状，等到到医院进行诊治时，往往已经发展成为慢性感染状态，因此建议女性定期检查身体。导致我发生堵塞的多数是下面这些妇科炎症。

盆腔炎。对于慢性盆腔炎而言，其具体表现为双侧输卵管炎，一段时间后会致输卵管开口，尤其是卵子的接受端(一般称为伞端)，会出现全部或部分闭锁，同时还可能导致输卵管的内层黏膜出现粘连现象，最终导致输卵管管腔闭锁或变

窄，导致女性不孕。

输卵管炎。一旦发生输卵管炎，伞端和最狭窄部分就会出现粘连现象，进而导致管腔完全闭锁或狭窄，精子与卵子无法在管腔内相遇，最终导致不孕。

除此之外，还包括宫颈炎、附件炎以及尿道炎等。在细菌侵入后，由于免疫力下降，会引发相关的感染问题。细菌在依次经过阴道以及宫腔之后，会来到我的身体中，进而导致输卵管出现增粗、积水、发炎以及变硬等情况，最终引起堵塞问题。

综上所述，我在生病时基本没有相关的临床症状与体征，具体表现为不孕。一些输卵管伞端积水患者可能会出现慢性腹痛的情况；而一些输卵管阻塞患者，其小腹一侧或者两侧可能会有下坠与疼痛等情况发生，还会出现腰痛以及分泌物增多等症状。对此，需要相关女性患者及时到医院进行专项检查，具体包括腹腔镜探查术、子宫输卵管通液、影像造影以及子宫输卵管超声等。

(作者单位:山东省潍坊市妇幼保健院)