

# 妇科检查的作用及注意事项

□韦金连

措施争取宝贵的时间。

## 二、妇科检查对恶性肿瘤的预防作用

恶性肿瘤,如宫颈癌、卵巢癌、乳腺癌等,是威胁女性生命健康的主要疾病之一。这些癌症在早期往往没有明显的症状,但通过妇科检查可以及早发现宫颈异常变化,如宫颈上皮内瘤变(CIN),从而采取进一步的检查和治疗,降低患癌症的风险。

宫颈 TCT 检查和 HPV 检查是筛查宫颈癌的重要手段。通过宫颈刮片取样,检测细胞是否存在异常增生,结合 HPV 病毒的检测,可以早期发现宫颈癌前病变,及时采取措施,避免病情恶化。对于已经确诊的癌症患者,早期发现和治疗能够显著提高治愈率和生存率。

## 三、妇科检查对生育健康的了解与规划

妇科检查不仅有助于发现和治理妇科疾病,还能帮助女性了解自己的生育健康状况。通过检查月经周期、卵巢功能、子宫健康等,医生可以为女性提供生育规划和避孕建议,帮助女性根据自身情况选择适合的避孕方法,规划好生育计划。

对于备孕的女性来说,妇科检查更是至关重要。通过全面的检查,医生可以找到影

响生育的原因,如子宫内膜异位症、多囊卵巢综合征等,并采取相应的治疗措施,帮助身体恢复到最佳的生育状态。这样不仅可以提高受孕成功率,还能降低孕期并发症的风险,确保母婴健康。

## 四、妇科检查对提升保健意识的作

妇科检查不仅是一次简单的医疗检查,更是一次提升女性保健意识的机会。通过检查,女性可以更加了解自己的身体状况,了解常见妇科疾病的知识,提高对自身健康的重视程度。

许多女性由于工作繁忙、生活节奏快,忽视了自己的身体健康。通过定期的妇科检查,女性可以及时发现并纠正不良的生活习惯,如个人卫生不当、不洁性生活等,从而降低妇科疾病的发生风险。同时,妇科检查还能增强女性的健康意识,鼓励她们在日常生活中更加关注自己的身体健康,定期进行体检,做到早发现、早治疗。

## 五、妇科检查的建议与注意事项

为了确保妇科检查的有效性和安全性,女性在进行妇科检查时应注意以下几点:

1. 选择正规医疗机构:妇科检查应选择正规的医疗机构,避免不必要的检查和过度治

疗。正规的医疗机构设备齐全,医生专业,能够提供准确的检查结果和科学的治疗方案。

2. 定期进行检查:建议 20-40 岁的女性每年进行一次妇科检查,40 岁以上的女性每半年进行一次检查。对于有性生活的女性,更应重视定期的妇科检查,以便及时发现潜在的健康问题。

3. 保持个人卫生:在日常生活中,女性应注意个人卫生,保持外阴清洁,避免不洁的性生活,以降低妇科疾病的发生风险。

4. 配合医生的检查和治疗:在进行妇科检查时,女性应积极配合医生的检查和治疗,如实告知自己的身体状况和病史,以便医生做出准确的诊断和治疗方案。

## 结语

妇科检查是女性保障自身健康的重要措施,通过定期的检查,可以及早发现和治理妇科疾病,预防恶性肿瘤的发生,了解生育健康状况,提高保健意识。作为现代女性,我们应该认识到妇科检查的重要性,不要回避和害羞,通过科学的检查手段,了解自己的身体,守护自己的健康。让我们珍惜生命,关爱自己,让妇科检查成为我们生活中的一道亮丽风景线。

(作者单位:广西省柳州二空医院)

# 小肠套叠的护理

□陈新贺

对肠道说:“换个姿势试试?”肠道听信了病毒的话,结果就“叠”了起来。

3. 疾病的信号:可能与存在肠重复畸形、肠息肉、肿瘤等病理因素有关,多见于大龄儿童或反复肠套叠的孩子。

## 三、小肠套叠的表现

当小肠宝宝开始“玩迷宫”时,孩子们的身体会发出一些信号:

1. 肚子疼:大龄儿童会描述肚子疼,肚子不舒服;而小宝宝们不会说话,只会出现阵阵哭闹,且完全不能安抚。

2. 呕吐:肠道的交通堵塞导致孩子们出现呕吐现象,可能呕吐食物或胆汁,严重的可能会出现吐血的情况。

3. 奇怪的大便:孩子们的大便可能会变得异常,严重的情况下会出现果酱样的大便,这是肠道发出的紧急求救信号。

4. 腹部包块:部分患儿会发现腹部有包块。

## 四、小肠套叠的诊断

肠道超声是诊断小肠套叠最快捷方便的方法,并且对宝宝没有伤害。医生会根据超声结果和孩子的症状,判断是否存在小肠套叠。

## 五、小肠套叠的治疗方法

小肠套叠的治疗方法主要有非手术治疗、药物治疗和手术治疗等,一般需根据具体情况进行选择:

1. 生活调理:患者应保持规律的饮食习惯,避免暴饮暴食,减少刺激性食物的摄入,以减少肠道负担。

2. 药物治疗:在医生指导下,可使用抗胆碱药物如硫酸阿托品、山莨菪碱等,以缓解肠道痉挛。此外,根据病情,医生可能会开具抗生素以预防或治疗可能的感染。

3. 手术治疗:对于非手术治疗无效或病情严重的患者,可能需要进行手术治疗。手术方法包括肠套叠复位术和肠切除术等,具体手术方式需由医生根据患者的实际情况决定。

## 六、小肠套叠的护理

当小肠宝宝的“迷宫冒险”结束后,孩子们需要家长的细心照顾:

1. 温柔的饮食:术后的孩子需要一段时间的禁食,让较弱的肠道得到休息,然后从流质饮食开始,慢慢恢复正常饮食。

2. 充足的休息:孩子需要充足的休息,让肠道有时间恢复元气。

3. 心理的慰藉:家长的关爱和支持是孩子心灵的良药,帮助他们从这次肠道“冒险”中恢复过来。

## 结语

小肠套叠听起来像是一场肠道的迷宫冒险,但它实际上是一个严肃的健康问题。家长需要保持警惕,一旦发现类似小肠套叠的症状,应及时就医。通过科学的治疗和细心的护理,我们可以帮助孩子们战胜这场肠道的“迷宫冒险”,让他们拥有健康快乐的童年。

(作者单位:河北省儿童医院)

# 哮喘的治疗方案

□段冬冬

少发作频率,提高生活质量。

## 2. 制定个性化治疗方案

每个哮喘患者的病情和体质都是独特的,因此,制定个性化的治疗方案至关重要。这包括选择合适的药物(如吸入性糖皮质激素、长效 $\beta_2$ 受体激动剂等)、剂量以及使用频率。医生会根据患者的具体情况,调整治疗方案,以达到最佳的治疗效果。

## 3. 坚持规律用药

规律用药是哮喘控制的核心。即使在没有明显症状时,也应按照医嘱继续使用预防药物,以维持病情稳定。突然停药或不规则用药可能导致病情反弹,增加急性发作的风险。使用吸入装置时,正确的技巧同样重要,

以确保药物有效到达肺部。

## 4. 避免触发因素

识别并避免哮喘触发因素也是长期治疗的一部分。这些触发因素可能包括过敏原(如尘螨、花粉)、烟雾、冷空气、剧烈运动等。通过日记记录症状发作的情境,有助于识别个人的触发因素,并采取相应的预防措施。

## 5. 定期监测与调整

哮喘治疗是一个动态过程,需要定期随访和评估。医生会根据患者的症状控制情况、肺功能测试结果以及生活质量调查问卷,适时调整治疗方案。患者应积极参与这一过程,主动报告任何病情变化,以便医生做出准确的判断。

## 6. 教育与自我管理

哮喘患者及其家人应接受相关教育,了解哮喘的基本知识、急救措施及自我管理技巧。这包括正确使用吸入装置、识别急性发作的征兆、制定紧急行动计划等。

良好的自我管理能显著提高哮喘的控制水平,减少住院和急诊次数。

总之,哮喘的长期治疗是一场持久战,需要患者、家属和医疗团队的共同努力。通过坚持规律治疗、避免触发因素、定期监测与调整,以及加强自我管理,患者完全可以实现哮喘的良好控制,享受自由呼吸的生活。记住,持久才能胜利!

(作者单位:河南省驻马店市中心医院)

# 宫颈癌的预防策略

□夏雪

了解宫颈癌的高危因素,有助于我们更好地制定预防措施。除了 HPV 感染外,其他高危因素包括:

1. 免疫因素:吸烟、长期熬夜、不规律饮食、缺乏锻炼等导致免疫力降低,感染 HPV 的风险升高。

2. 行为因素:性行为过早、性行为活跃、多产多孕、不健康性行为、性伴侣过多等会增加 HPV 感染的风险。

3. 生物及遗传因素:主要包括合并细菌、病毒和衣原体等各种微生物的感染,比如 HIV、沙眼衣原体和淋病奈瑟菌等。

## 三、宫颈癌的预防策略

### 1. HPV 疫苗接种

HPV 疫苗是预防宫颈癌的有效手段之一。该疫苗通过预防 HPV 感染,从而降低宫颈癌的发病率。目前,全球已有多款 HPV 疫

苗问世,包括二价、四价和九价疫苗。接种 HPV 疫苗的最佳年龄为 11-14 岁,但即使年龄超过此范围,女性仍可以接种疫苗,以预防 HPV 感染。

### 2. 晚婚晚育

早婚、早产或性生活过早会增加 HPV 感染的风险,因此建议女性晚婚晚育,以减少宫颈癌的发病机会。此外,保持适度的性生活频率和避免不洁性行为也是预防 HPV 感染的重要措施。

### 3. 保持良好的生活习惯

保持良好的生活习惯对于预防宫颈癌同样至关重要。这包括均衡饮食、适量运动、戒烟限酒等。均衡饮食有助于维持身体健康,适量运动可以增强免疫力,而戒烟限酒则可以降低宫颈癌的发病风险。

### 四、宫颈癌的筛查方法

宫颈癌筛查是早期发现宫颈癌及其癌前病变的重要手段。常见的宫颈癌筛查方法包括:

1. TCT 检查:利用宫颈毛刷将宫颈管周围的黏液和脱落的细胞刷下,然后进行液基薄层细胞学检查。

2. HPV 检查:利用宫颈毛刷刷取宫颈表面细胞,进行 HPV 病毒检测。

3. 阴道镜检查:适用于宫颈早期病变的进一步检查,可以观察到宫颈病变的程度和范围。

## 五、结语

宫颈癌并不可怕,关键在于预防和早期发现。通过接种疫苗、保持健康的生活习惯、定期进行宫颈癌筛查等多种措施,我们可以有效降低宫颈癌的发病率和死亡率。让我们携手努力,为女性健康筑起一道坚实的防线,共同守护女性的生命之花。

(作者单位:河南省光山县人民医院)

在现代社会,随着生活节奏的加快和环境污染的加剧,女性妇科疾病的发病率逐年上升。许多妇科疾病在早期是没有明显症状的,一旦病情恶化,不仅治疗难度加大,还会对女性的身心健康造成严重影响。因此,定期妇科检查成为女性保障自身健康的重要措施,堪称女性的“护身符”。本文将从多个角度探讨妇科检查的必要性,并详细解释为何定期妇检对女性至关重要。

## 一、妇科检查的早期发现作用

妇科检查能够及时发现女性生殖系统的异常,如阴道炎、宫颈炎、子宫肌瘤、卵巢囊肿等。这些疾病在早期往往没有明显的症状,如果不通过专业检查,很难及时发现。一旦病情恶化,不仅治疗成本增加,治愈难度也会大大提高。例如,卵巢肿瘤在早期是没有症状的,到了晚期才可能出现腹胀、食欲不振等症状,此时往往已经错过了最佳治疗时机。

通过定期的妇科检查,女性可以及早发现这些潜在的健康问题,并在医生的指导下采取适当的治疗措施。白带常规检查、B 超检查、阴道分泌物检查等项目,能够全面了解女性生殖系统的健康状况,为及时采取治疗

在孩子们的世界里,迷宫是一种充满挑战与乐趣的游戏。然而,当这种迷宫冒险发生在小肠宝宝身上时,就不再是一场简单的游戏,而是一种可能危及生命的医学现象——小肠套叠。本文将通过趣味解析的方式,带您了解小肠套叠的奥秘。

## 一、小肠套叠的直观解释

想象一下,小肠就像一条蜿蜒曲折的赛道,食物小车在上面行驶。突然,赛道的一部分路段“滑入”了旁边的路段,造成了交通堵塞。这就是小肠套叠的直观解释。小肠的一段进入了相邻的肠腔,导致肠道阻塞和血液循环受阻,无法正常消化吸收。

## 二、小肠套叠的病因

1. 成长的烦恼:小肠套叠似乎对处于快速成长期的婴幼儿特别“青睐”,尤其是 6 个月到 3 岁的小朋友。这可能是因为他们的肠道正在经历快速的生长变化。

2. 病毒的诡计:一些病毒可能会悄悄地

哮喘,作为一种常见的慢性呼吸道疾病,影响着全球数亿人的生活。它不仅可能引发严重的急性发作,威胁患者的生命安全。面对哮喘,持久而规范的长期治疗是通往胜利的关键。

以下是关于哮喘长期治疗的重要原则,帮助患者更好地管理这一疾病。

## 1. 认识哮喘的慢性特性

首先,哮喘是一种慢性疾病,这意味着它并非一朝一夕可以治愈。患者和家属需要树立长期治疗的观念,理解哮喘管理的持续性和复杂性。哮喘的治疗不仅仅是缓解急性症状,更重要的是通过日常管理和控制,减

宫颈癌,作为女性生殖系统常见的恶性肿瘤之一,严重威胁着女性的健康与生命。然而,宫颈癌并非不可预防与治愈。通过科学的预防策略和有效的筛查手段,我们可以大大降低宫颈癌的发病率和死亡率。下面,让我们从多个方面深入了解宫颈癌的预防,打响宫颈的“守护战”。

## 一、宫颈癌的基本知识

宫颈癌,也称为子宫颈癌,是指发生在子宫宫颈部位的恶性肿瘤。其最常见类型为鳞状细胞癌,主要由人乳头瘤病毒(HPV)感染引起。HPV 病毒是一种通过性接触传播的病毒,感染率极高,但大多数感染者在免疫系统的作用下能够自然清除病毒。然而,少数女性可能因持续感染高危型 HPV 病毒而发展为宫颈癌前病变,并最终演变为宫颈癌。

## 二、宫颈癌的高危因素