

探讨子宫内膜异位症对生育能力的影响

□ 吴天思

子宫内膜异位症是一种常见的妇科疾病,它是指子宫内膜组织在子宫腔被覆内膜以外的部位生长。这种疾病常常对女性的生育能力造成影响,并且需要适当的治疗。本文将详细介绍子宫内膜异位症对生育能力的影响,以及现有的治疗方法。

一、子宫内膜异位症对生育能力的影响

子宫内膜异位症会导致盆腔粘连、卵巢功能受损、排卵障碍等问题,从而影响女性的生育能力。具体来说,子宫内膜异位症可能会造成以下几种影响:

1. 盆腔粘连:子宫内膜异位病灶会导致盆腔粘连,使得输卵管、子宫和卵巢等器官之间的正常生理活动受到影

响,从而影响卵子的排放和运输。

2. 卵巢功能受损:子宫内膜异位病灶可能会破坏卵巢的正常结构,影响卵巢的正常功能,导致排卵障碍和黄体功能不全等问题,从而影响受孕几率。

3. 排卵障碍:子宫内膜异位病灶可能会影响卵巢的正常生理功能,导致排卵障碍,使得女性无法正常受孕。

4. 心理压力:子宫内膜异位症往往伴随着疼痛、炎症和月经异常等症状,这些症状可能会给患者带来很大的心理压力,进一步影响患者的生育能力。

二、治疗方法

对于子宫内膜异位症的治疗,主要有药物治疗和手术治疗两种方法。根据

病情的严重程度和患者的生育需求,医生会为患者选择最适合的治疗方案。

1. 药物治疗:对于轻微的子宫内膜异位症患者,医生可能会推荐药物治疗。常用的药物包括口服避孕药、孕激素等,这些药物可以缓解疼痛和炎症症状,改善盆腔环境,有助于恢复患者的生育能力。

2. 手术治疗:对于病情较重的患者,医生可能会建议手术治疗。手术的主要目的是切除子宫内膜异位病灶,恢复盆腔的正常解剖结构和生理功能。手术方法包括开腹手术和腹腔镜手术两种。腹腔镜手术是一种微创手术,具有恢复快、创伤小等优点,是目前治疗子

宫内膜异位症的首选方法。

3. 辅助生殖技术:对于有生育需求的子宫内膜异位症患者,医生可能会推荐辅助生殖技术。这种方法可以帮助患者监测排卵情况、指导同房时间、提高受孕率等。在手术或药物治疗后,患者可以选择这种方法来帮助实现生育目标。

总之,子宫内膜异位症对女性的生育能力有较大的影响,需要及早发现和治疗。治疗方法包括药物治疗、手术治疗和辅助生殖技术等,根据患者的具体情况选择最适合的治疗方案。患者在治疗过程中需要保持积极的心态,配合医生的治疗建议,争取早日康复,实现生育梦想。

(作者单位:河北省中医院)

异常子宫出血的原因及治疗方法

□ 吴琪

一、什么是异常子宫出血

异常子宫出血是指任何发生于正常月经周期之外的出血,或者是月经出血有异常的延长或月经总量的增加。

二、异常子宫出血的原因有哪些

子宫内膜息肉、子宫肌瘤、子宫腺肌病、子宫内膜癌前病变以及子宫内膜癌、凝血功能异常、排卵障碍、黄体功能不足等。

三、什么样的月经属于异常

1. 正常的月经周期 21-35 天都属于正常,当月经该来的时候没来,比如四十多天没来月经;或者月经不该来的时候来了,比如两周出一次血、一个月出两次血,您就要及时就诊;

2. 月经该走的时候没走:月经周期一般为 3-7 天,如果超过 10 天仍有不规则流血,您也要及时就诊;

3. 经量明显多于平常,甚至有乏力、头晕等贫血症状时,您更需要及时就诊。

四、异常子宫出血需要做哪些检查

1. 诊断性刮宫术
出血量多或持久不停的已婚患者,应首先采用诊断性刮宫术止血,并探查宫腔,确定有无器质性疾病。

2. 宫腔镜检查

有助于发现小型宫腔病变,如小型宫腔息肉、黏膜下子宫肌瘤等。

3. B 超检查

有助于发现小型子宫肌瘤(肌壁间)及小型卵巢肿瘤,并可发现宫腔病变及测定子宫内膜的厚度等。

五、明确诊断后的治疗

主要有针灸疗法、饮食疗法、药物治疗、物理疗法及手术治疗。

1. 止血:刮宫术为已婚妇女最好的止

血方法,刮宫后流血减少或停止流血,刮宫力求彻底干净。刮宫后第一次月经可能增加,应予以注意。

2. 药物治疗:调整月经周期,药物治疗是无排卵型异常子宫出血的一线治疗方法。

3. 手术治疗:对年龄偏大、药物治疗疗效不佳或不宜用药、无生育要求的病人,考虑子宫切除术等手术治疗。

六、健康指导

1. 补充营养:可补充铁剂、维生素 C 和蛋白质,含铁较多的食物如猪肝、豆角、蛋黄、胡萝卜、葡萄干等。

2. 配合治疗:

(1) 无排卵型异常子宫出血
① 止血:少量出血者,使用最低有效量激素,减少药物作用;大量出血者,要求性激素治疗 8 小时内有效,24-48 小

时内出血基本停止,若 96 小时以上仍不止血应考虑器质性病变。止血方式有性激素、刮宫术、一般止血药等。

② 调整月经周期:应用性激素止血后,必须调整月经周期。

(2) 黄体功能不足,遵医嘱用药。

(3) 子宫内膜不规则脱落,遵医嘱应用黄体酮等孕激素。对于无生育要求者,可口服避孕药,调整周期。

3. 遵医嘱使用激素类药物。

4. 保留出血期间使用的会阴垫及内裤,以便更好地估计出血量,若出现感染征象,如体温高,子宫体压痛等,及时就诊。

5. 需接受手术的患者,根据手术安排,做好准备工作。

6. 出院后,按出院小结定期复查,若出现其他不适,请及时就诊。

(作者单位:河南省登封市人民医院)

牙周炎的症状、成因、治疗和预防方法

□ 吴楠

牙周炎是一种常见的牙齿疾病,它会影响到牙齿的支持组织,导致牙龈退缩、牙槽骨吸收、牙齿松动和脱落。虽然牙周炎常常被忽视,但它却是口腔健康的重要组成部分。本文将帮助你了解牙周炎的基本知识,包括其症状、成因、治疗和预防方法。

一、什么是牙周炎

牙周炎是一种由细菌引起的慢性感染性疾病,它会破坏牙龈、牙槽骨和牙骨质。牙菌斑是由细菌、食物残渣和唾液混合而成的生物膜,它会在牙齿表面形成,并需要定期清洁。

二、牙周炎的症状

牙周炎的症状包括牙龈红肿、牙龈出

血、口臭、牙齿敏感、牙齿松动和咀嚼困难。如果你发现这些症状,应该及时就医。

三、牙周炎的成因

牙周炎的主要成因是口腔卫生不良。不正确的刷牙方法、口腔清洁不足、饮食中过多的糖分等都会促进牙菌斑的形成。此外,年龄、遗传因素、糖尿病等也可能增加患牙周炎的风险。

四、牙周炎的治疗

牙周炎的治疗包括基础治疗、巩固治疗和修复治疗。基础治疗包括洁治和刮治。洁治是用特殊工具去除牙齿表面的牙石和菌斑,刮治则是更深层次的清洁。巩固治疗包括定期洁治、使用正确

的刷牙方法、使用牙线等工具辅助清洁,以及保持良好的生活习惯和饮食习惯。修复治疗是在牙周组织恢复后,对牙齿缺失的部分进行修复,如镶牙或种植牙。

五、预防牙周炎的方法

预防牙周炎的关键是保持良好的口腔卫生。正确的刷牙方法是使用软毛刷,刷牙时轻柔有力,每天至少两次,每次两分钟。此外,使用牙线清洁牙齿邻面也是非常重要的。饮食习惯对预防牙周炎也有影响,应该避免过多的甜食和粘性食物,这些食物会增加细菌的生长。定期看牙医,及时处理口腔问题,如定期洁治和检查,也是预防牙周炎的重

要步骤。

总的来说,了解牙周炎并采取适当的预防措施是非常重要的。定期的口腔检查和清洁以及早发现并处理问题,从而防止牙周炎的发生或加重。一旦患上牙周炎,正确的治疗和良好的口腔卫生习惯可以帮助恢复口腔健康。每个人都应该对自己的口腔健康负责,定期看牙医,使用正确的口腔卫生方法,以保持口腔健康。

让我们每个人都成为自己口腔健康的守护者,通过了解牙周炎并采取适当的预防措施,我们可以更好地保护我们的牙齿和口腔健康。记住,健康的口腔是幸福生活的基础,我们应该重视并爱护它。

(作者单位:河北省霸州市中医院)

新生儿的家庭护理要点与技巧

□ 谢艳慧

对于新生儿家庭来说,新生儿的护理是一项重要的任务。由于新生儿的身体机能尚未完全发育,因此对环境的温度、衣物、皮肤、肚脐以及臀部都需要特别的关注。下面我们就来详细了解一下这些方面的护理技巧和要点。

1. 室内温度

新生儿的体温调节功能尚未完全成熟,免疫力相对较弱。因此,保持适宜的室内温度至关重要。一般来说,理想的室内温度应控制在 25°C-28°C 之间。在冬季,为了保暖,可以使用加湿器或空调来调节室内温度。而在夏季,则需要适当降温,但要注意不要让新生儿直接吹空调,避免着凉。

2. 衣物

新生儿的衣物应该是柔软、舒适且透气的,以纯棉制品最为适宜。在选择衣物时,要确保衣物质地轻盈,避免过紧或刺激皮肤。尿布也是新生儿衣物的重要组成部分,需要选择吸水性强、易于清洁的材质。在更换衣物时,要确保动作轻柔,避免伤害新生儿。

3. 皮肤护理

新生儿的皮肤娇嫩、脆弱,新陈代谢旺盛。家长要保持皮肤表面的干净和卫生,及时清理汗渍。可以使用儿童专用的爽身粉,以保持皮肤干爽。同时,要定期检查皮肤是否有异常情况,如皮疹、红肿等,如有异常应及时就医。

4. 肚脐护理

新生儿的肚脐是细菌容易入侵的部位,因此护理时要注意清洁肚脐周围,避免感染。在洗澡时,不要让肚脐沾水,可以用棉签吸干水分。在更换尿布时,也要注意保护肚脐,避免摩擦和暴露。在肚脐脱落或愈合前,要定期更换护脐用品,保持干燥。

5. 臀部护理

新生儿的排泄次数较多,家长要注意清洁和护理儿童的肛周部位。要及时更换尿布,并经常用温水清洗臀部,保持干燥。如果儿童出现红臀等情况,可以涂抹一些护臀霜或使用鞣酸软膏等保湿剂,以减少粪便和尿布对肛周的刺激。

6. 其他日常护理

(1) 洗澡:新生儿出生后的前几天可能会产生胎脂,可以用温水和毛巾轻轻擦拭婴儿的身体。洗澡时要注意水温适中,不要使用刺激性肥皂。洗完澡后要立即用毛巾擦干婴儿的身体,避免感冒。(2) 清洁:新生儿的皮肤非常敏感,应该经常清洁。每天洗澡时要用温水和毛巾轻轻擦拭婴儿的脸部、耳朵、脖子和腋下等容易脏的地方。

总之,新生儿家庭护理是一项重要的任务,需要新父母们认真学习和掌握相关知识。在照顾宝宝的过程中,要时刻关注宝宝的身体状况和精神状态,及时发现异常情况并采取相应的措施,以确保宝宝的健康成长。

(作者单位:河北省沧州市人民医院)