

子宫腺肌症的症状与治疗方法

□ 张丹

子宫腺肌症是一种妇科常见疾病，其主要症状包括进行性痛经、月经异常和进行性加重的盆腔痛。这些症状给患者带来了巨大的痛苦，严重影响着她们的生活质量。本文将介绍子宫腺肌症的症状、影响及其治疗方法。

一、症状

1. 进行性痛经：痛经是子宫腺肌症最常见的症状之一。患者常常在月经来潮前一周开始出现腹痛，疼痛程度逐渐加重，直到月经结束才能缓解。这种痛经与子宫内膜异位症的疼痛不同，通常持续时间长，且难以通过药物治疗缓解。

2. 月经异常：子宫腺肌症患者常常出现月经量增多、经期延长和月经周期不规则等

月经异常症状。这些症状是由于子宫内膜在子宫肌层内生长，影响了子宫内膜的正常剥脱和修复过程。

3. 盆腔痛：子宫腺肌症患者还常常出现盆腔区域疼痛的症状，这种疼痛通常与痛经同时出现，且难以通过药物治疗缓解。

二、影响

1. 心理影响：子宫腺肌症的症状常常给患者带来巨大的心理压力和焦虑情绪。长期的疼痛和不适感，以及治疗过程中的不确定性，都可能对患者的心理健康产生不良影响。

2. 生活质量下降：子宫腺肌症的症状常常影响患者的生活质量。痛经和月经异常等症状常常使患者无法正常工作和生活，而盆

腔痛则可能影响患者的性生活和生育能力。

3. 医疗费用增加：由于子宫腺肌症的症状常常难以通过药物治疗缓解，患者可能需要接受手术治疗。手术费用、术后恢复费用以及长期药物治疗的费用都可能增加患者的经济负担。

三、治疗方法

1. 药物治疗：对于症状较轻的患者，可以尝试药物治疗，如口服避孕药、孕三烯酮等。这些药物可以抑制卵巢功能，减少月经量，缓解疼痛症状。但药物治疗只能缓解症状，不能根治疾病。

2. 手术治疗：对于症状较重或药物治疗无效的患者，可以考虑手术治疗。目前常用的

手术方法包括病灶切除手术和子宫全切手术。病灶切除手术可以保留患者的生育能力，但术后仍有复发的可能。子宫全切手术则可以彻底消除疾病症状，但可能会影响患者的生育能力。

总之，子宫腺肌症是一种常见的妇科疾病，其症状包括进行性痛经、月经异常和盆腔痛等。这种疾病常常给患者带来巨大的痛苦，严重影响着她们的生活质量。患者可以通过药物治疗和手术治疗等方法来缓解症状，提高生活质量。同时，患者应保持积极的心态，寻求专业的医疗帮助，以便更好地应对疾病带来的挑战。

(作者单位：河北省固安县人民医院)

试管婴儿技术的原理及优势

□ 党翠玲

在现代社会，随着生活节奏加快和工作压力增大，越来越多的人面临生育难题。不孕不育已成为一个日益严重的全球性问题。在这篇文章中，我们将探讨试管婴儿这一技术，它是目前治疗不孕不育的有效解决方案。

一、试管婴儿技术的原理

试管婴儿技术，即体外受精(IVF)或称为人类辅助生殖技术，是一种通过人工方式让精子和卵子结合的技术。在试管婴儿技术中，首先需要采集卵子，这通常在女性月经周期的促排卵周期中进行。然后，将卵子取出并在实验室中与精子结合。这个过程中，精子和卵子在模拟生理环境的溶液中受精。一旦胚胎发育到一定程度，就可以将其移植到女性的子宫中。

二、试管婴儿技术的优势

1. 提高成功率：试管婴儿技术为许多因各种原因无法自然受孕的夫妇提供了可

能。在某些情况下，它甚至有可能提高受孕成功率。

2. 针对复杂病例：试管婴儿技术可以处理一些较为复杂的生育问题，如输卵管阻塞、排卵障碍、精子质量问题等。

3. 帮助治疗不孕不育的原因：试管婴儿技术可以帮助医生深入了解不孕不育的病因，为后续治疗提供依据。

三、试管婴儿技术的限制和挑战

尽管试管婴儿技术带来了许多希望，但它也不是万能的。首先，试管婴儿技术的成功率并非所有夫妇都一样，它受到多种因素的影响，如年龄、健康状况、心理状态等。其次，试管婴儿过程可能对女性产生一定的身体和心理压力，需要专业人员的支持和指导。此外，试管婴儿技术也存在一定的风险和并发症，如过度刺激卵巢综合征、胚胎移植失败等。因此，选择进行试管婴儿技术的夫妇

需要充分了解这一过程的风险和挑战。

四、如何选择合适的医院和医生

选择进行试管婴儿技术的医院和医生至关重要。首先，夫妇应该选择具有丰富经验和良好口碑的医院。其次，与医生建立良好的沟通至关重要，他们应该能够解答你的所有问题，并提供个性化的治疗方案。此外，一些医院和医生可能会提供咨询和评估服务，帮助你了解自己的生育状况和试管婴儿技术的可能性。

试管婴儿技术为许多不孕不育的夫妇带来了希望。然而，这一过程并非易事，需要耐心和毅力。通过充分了解试管婴儿技术的原理、优势、限制和挑战，以及选择合适的医院和医生，你可以更好地应对这一挑战。同时，我们也要意识到，生育问题可能不仅仅是生理上的挑战，还可能涉及到心理和社会因素。

(作者单位：河北省承德市中心医院)

门诊手术室的功能、安全性和重要性

□ 张文萍

在日常生活中，门诊手术室可能是一个相对陌生的场所，但实际上，它与我们每个人的健康息息相关。今天，我们将带你走进这个神秘的门诊手术室，为你揭开它的神秘面纱，让你了解它的功能、安全性和重要性。

一、门诊手术室的定义和功能

门诊手术室是医院门诊部的一部分，专门用于进行小型外科手术。这类手术通常不需要全身麻醉，而是采用局部麻醉或基础麻醉即可进行。常见的门诊手术包括小伤口缝合、皮肤小手术等。门诊手术室为患者提供了一个安全、无菌、专业的手术环境，以确保手术的顺利进行和患者的康复。

二、门诊手术室的设施和环境

门诊手术室通常配备有专门的手术台、无影灯、监护仪、吸引器、消毒设备等必

要的医疗设施。为了保证手术环境的无菌和安全性，手术室通常采用严格的消毒和清洁制度，定期进行空气消毒和设备消毒。此外，为了确保患者的舒适度，手术室还会配备空调系统、舒适的座椅和床上用品等。

三、门诊手术室的安全性

门诊手术室的安全性是至关重要的。为了确保患者的安全，手术室必须严格遵守无菌操作和消毒制度。医生在进行手术前，必须对手术区域进行严格的消毒和清洁，以确保患者不会受到细菌感染。此外，手术室还会配备专业的麻醉师和护理人员，以确保患者的生命体征稳定，并在需要时提供紧急援助。

四、门诊手术室的重要性

门诊手术室不仅为患者提供了安

全、专业的手术环境，还为医生提供了进行各种小型外科手术的机会。通过在门诊手术室进行这些小手术，医生可以积累经验，提高技术水平，更好地应对更复杂的手术需求。此外，门诊手术室还可以为患者提供便利的服务，如无需住院、无需等待、快速恢复等优势，从而减轻患者的负担。

通过了解门诊手术室的功能、设施、安全性以及重要性，我们可以更好地认识到这个神秘场所的重要性和必要性。门诊手术室不仅为患者提供了专业的医疗服务，还为医生提供了实践和学习的机会。在未来的医疗保健领域中，门诊手术室将继续发挥重要作用，为患者带来更好的就医体验和康复效果。

(作者单位：河南大学第一附属医院)

气管镜，也就是气管镜检查，是一项重要的检查项目，它可以检查许多疾病，如气管狭窄、气管肿瘤、支气管炎等。下面将详细介绍气管镜可以检查哪些内容，帮助大家了解这项检查的重要性。

一、什么是气管镜？

气管镜是一种内窥镜检查方法，通过将细长的气管镜插入患者鼻孔，到达气管、支气管，以便医生可以观察气管、支气管内部的情况。它是一种非常安全且有效的诊断和治疗手段，可用于检查和诊断多种呼吸道疾病。

二、气管镜可以检查哪些内容？

1. 呼吸系统疾病：气管镜可用于检查呼吸系统疾病，如气管狭窄、气管肿瘤、支气管炎、肺炎等。通过气管镜，医生可以观察到气管、支气管内部的病变情况，从而确定疾病的类型和严重程度。

2. 肺部肿瘤：气管镜可用于检查肺部肿瘤，包括良性肿瘤和恶性肿瘤。通过气管镜，医生可以观察到肿瘤的大小、形状、位置以及周围组织的关系，从而确定肿瘤的性质和治疗方法。

3. 气管狭窄：气管镜可用于检查气管狭窄，包括先天性气管狭窄和后天性气管狭窄。通过气管镜，医生可以观察到狭窄的程度和位置，从而制定相应的治疗方案。

4. 支气管扩张：气管镜可用于检查支气管扩张，包括慢性炎症引起的支气管扩张和先天性支气管扩张。通过气管镜，医生可以观察到扩张的程度和范围，从而制定相应的治疗方案。

5. 其他疾病：除了上述疾病外，气管镜还可以用于检查其他呼吸道疾病，如哮喘、慢性咳嗽等。

三、气管镜检查注意事项

在进行气管镜检查前，患者需要做好准备工作，如禁食、禁水等。同时，医生会为患者注射麻醉药物，以便患者在检查过程中保持安静。在检查过程中，患者需要配合医生的要求，如保持呼吸等。在检查后，患者需要遵循医生的建议，进行适当的休息和饮食调整。

总之，气管镜是一项重要的检查项目，可以用于检查多种呼吸道疾病。通过气管镜，医生可以观察到呼吸道内部的情况，从而确定疾病的类型和严重程度，制定相应的治疗方案。为了确保检查结果的准确性，患者需要做好准备工作并配合医生的要求。

(作者单位：河北省邢台市第二医院)

气管镜检查内容有哪些

□ 李治云

浅谈糖尿病患者的饮食调养方法

□ 常家乐

糖尿病是一种常见的慢性疾病，它影响着全球数亿人。糖尿病患者需要控制饮食，以保持血糖水平的稳定。在饮食调养中，甜蜜与健康的平衡是糖尿病患者必须掌握的关键。本文将为糖尿病患者提供一些实用的饮食调养建议，帮助他们享受甜蜜生活的同时保持健康。

一、控制碳水化合物摄入

糖尿病患者应尽量选择低GI(血糖生成指数)的食物，如蔬菜、水果、全麦面包等。避免高GI食物，如白面包、白米饭、糖果、甜点等。同时，减少糖分含量高的水果摄入，如西瓜、葡萄等。糖尿病患者可以选择一些低糖水果，如草莓、蓝莓等。

二、增加蛋白质摄入

糖尿病患者应增加蛋白质的摄入量，以帮助控制血糖。可以选择瘦肉、鱼、豆类、坚果等作为蛋白质来源。同时，要控制脂肪摄入，选择健康的脂肪来源，如橄榄油、鱼油等。

三、适量摄入膳食纤维

膳食纤维有助于控制血糖水平，糖尿病患者应适量摄入。可以选择含有膳食纤维的食品，如燕麦、全麦面包、蔬菜等。但要避免过量摄入，以免影响血糖水平。

四、多饮水和汤食

糖尿病患者应多喝水，以保持身体水平衡。可以选择清淡的汤食，如蔬菜汤、豆腐汤等，作为餐后的饮品。但要避免喝含糖饮料

和高热量的浓汤。

五、控制食量

糖尿病患者应控制食量，避免暴饮暴食。要合理安排餐次，定时定量进餐，以保持血糖水平的稳定。

六、少食多餐

对于血糖波动较大的糖尿病患者，可以考虑采用少食多餐的饮食方式。将食物分成几次食用，减少单次摄入的量，以减少血糖波动。

七、合理搭配食物

糖尿病患者应合理搭配食物，以保持营养均衡。可以选择富含维生素和矿物质的食物，如蔬菜、水果、坚果等。同时，要适量摄入富含优质蛋白质的食物，如鱼、肉、豆类等。

八、饮食禁忌

糖尿病患者应避免食用高糖、高脂肪、高盐和高淀粉的食物。此外，还要避免饮酒和吸烟，因为它们都会对血糖产生不良影响。

糖尿病患者的饮食调养需要掌握甜蜜与健康之间的平衡。通过控制碳水化合物、增加蛋白质摄入、适量摄入膳食纤维、多喝水和汤食、控制食量、少食多餐以及合理搭配食物等方法，糖尿病患者可以更好地控制血糖水平，享受甜蜜生活的同时保持健康。同时，了解饮食禁忌并遵守健康的生活方式是至关重要的。愿每个糖尿病患者都能在甜蜜与健康的平衡中找到属于自己的饮食调养之道。

(作者单位：山东省东平县人民医院)