

超声在乳腺疾病诊断中的新进展

□ 李金双

随着医疗技术的飞速发展,超声波技术在乳腺疾病的诊断中扮演着越来越重要的角色。凭借其无创、安全、经济以及高分辨率的特点,超声已成为乳腺疾病筛查和诊断的重要手段。以下是超声在乳腺疾病诊断中的几个新进展。

1. 常规超声的广泛应用

常规超声,包括二维超声和彩色多普勒超声,是乳腺疾病筛查的基石。二维超声能够提供乳腺肿块的形态、边缘、内部回声等详细信息,而彩色多普勒超声则能够评估肿块的血流情况,为初步判断肿块的良恶性提供重要依据。这种检查方法不仅价格低廉,而且方便快捷,已广泛应用于乳腺癌筛查中。

2. 弹性成像技术的崛起

弹性成像是一种新型的超声技术,通过对组织硬度的敏感评估,为乳腺肿块的定性诊断提供了新的视角。目前临床常用的弹性成像技术包括应变弹性成像和剪切波弹性成像(SWE)。应变弹性成像通过手动施加压力使组织形变,而SWE则利用声辐射力产生剪切波,基于声速快慢定量评估组织硬度。研究表明,弹性成像在乳腺恶性肿瘤的诊断中具有更高的敏感度和特异度,能够辅助医生更准确地判断肿块的良恶性。

3. 超声造影技术的发展

超声造影(CEUS)通过向体内注入造影剂,观察肿瘤内造影剂的扩散情况,从而显示内部

微血管结构,反映其血供状态。CEUS不仅能够评估乳腺肿瘤良恶性,还能在乳腺癌的分子亚型鉴别中发挥重要作用。不同乳腺癌分子亚型在CEUS下的增强特征存在差异,这有助于医生制定更精确的治疗方案。此外,CEUS在预测前哨淋巴结转移方面也具有较高的诊断效能,为乳腺癌患者的手术治疗提供了有力支持。

4. 自动乳腺超声成像系统的应用

自动乳腺超声成像系统(ABUS)是一种自动化、标准化的超声检查技术,能够全面、系统地扫描乳腺组织,减少人为因素的干扰,提高诊断的准确性和一致性。ABUS特别适用于年轻女性或乳腺组织致密的群体,能够发现更多细微的乳腺病变,为乳腺癌的早期

筛查提供了有力工具。

5. 超声引导下穿刺活检的精准定位

对于疑似乳腺恶性肿瘤的肿块,超声引导下穿刺活检是明确诊断的重要手段。超声能够实时显示穿刺针的位置和路径,确保穿刺的准确性和安全性。通过穿刺活检获取的病理组织样本,能够进一步验证超声诊断的准确性,为乳腺癌的治疗提供可靠依据。

综上所述,超声在乳腺疾病诊断中的新进展为临床医生提供了更多、更准确的诊断信息。随着技术的不断进步和完善,超声将在乳腺疾病的早期筛查、精确诊断和个体化治疗中发挥更加重要的作用,为守护女性乳腺健康贡献更多力量。

(作者单位:河北省唐山中心医院)

孕期常见不适症状及应对方法

□ 孙竞

孕期是女性生命中一个特殊而重要的阶段,但也是充满挑战的时期。随着胎儿的成长,孕妇的身体会经历一系列变化,这些变化往往伴随着多种不适症状。了解这些症状的成因及有效的应对方法,对于保障母婴健康至关重要。

一、恶心呕吐

症状描述:恶心呕吐是孕早期最常见的症状之一,尤其是早晨更为严重,称为“孕吐”。这主要是由于体内激素水平急剧变化所致。

应对方法:

- 少食多餐:避免一次进食过多,减少胃部负荷。
- 清淡饮食:尽量选择清淡、易消化的食物,避免油腻、辛辣食品。
- 适量运动:进行适量的孕妇瑜伽或散步,有助于改善孕吐症状。
- 补充维生素B6:在医生建议下,可适量补充维生素B6来缓解孕吐。

二、尿频和排便感

症状描述:随着子宫的增大,膀胱和肠道受到压迫,导致尿频和排便感增加。

应对方法:

- 避免长时间站立:减少膀胱和肠道的压力。
- 适量饮水:保持充足的水分摄入,但避免一次性大量饮水。
- 膀胱训练:通过定时排尿来训练膀胱功能,减少尿频次数。

三、腰酸背痛

症状描述:随着胎儿的增长,孕妇的腰部负担加重,容易出现腰酸背痛的症状。

应对方法:

- 保持正确姿势:避免长时间站立或弯腰,使用孕妇枕等辅助工具支撑腰部。
- 适量运动:进行孕妇瑜伽或游泳等低强度运动,增强腰部肌肉力量。

热敷和按摩:局部热敷和按摩可以缓解腰部疼痛。

四、便秘和痔疮

症状描述:孕期胃肠蠕动减慢,子宫压迫肠道,易导致便秘和痔疮。

应对方法:

- 增加膳食纤维摄入:多吃富含粗纤维的蔬菜、水果和粗粮,促进肠道蠕动。
- 适量运动:增强腹肌收缩力,促进肠道蠕动。
- 避免用力排便:使用开塞露等缓泻剂时需谨慎,避免用力过猛导致痔疮加重。

五、抽筋

症状描述:孕期抽筋多与缺钙有关,常见于小腿部位。

应对方法:

- 补钙:从孕中期开始适量补钙,多吃豆制品、奶制品和深绿色蔬菜等富含钙的食物。

局部按摩:抽筋时迅速按摩小腿肌肉,有助于缓解疼痛。

避免长时间站立:减少腿部肌肉疲劳,预防抽筋发生。

六、水肿

症状描述:孕晚期易出现下肢水肿,尤其是踝部和小腿下半部。

应对方法:

- 减少盐分摄入:控制盐分摄入,避免水肿加重。
 - 抬高下肢:休息时抬高双腿,促进静脉回流。
 - 穿弹力袜:穿下肢弹力袜有助于缓解水肿。
- 总之,孕期不适症状虽多,但通过合理的饮食、适量的运动、正确的姿势和必要的医疗干预,大多数症状都可以得到有效缓解。孕妇应密切关注自身身体状况,及时咨询医生并采取相应措施,以保障母婴健康。

(作者单位:河北省迁安市人民医院)

妇科疾病的预防与早期发现

□ 贺颖

妇科疾病是女性健康的重要威胁,但通过科学的预防和早期发现,可以显著降低患病风险并提高生活质量。以下是女性必知的八条妇科疾病预防与早期发现的护理知识。

1. 保持良好的卫生习惯

保持外阴的清洁干燥是预防妇科疾病的基础。每日用温水清洗外阴,避免使用刺激性强的洗液或碱性大的肥皂。选择透气性好的棉质内裤,并勤换勤洗,避免穿着紧身裤或合成纤维材质的内裤。经期时,要勤换卫生巾,使用合格的卫生用品,避免感染。

2. 合理膳食,均衡营养

饮食对预防妇科疾病至关重要。多吃富含优质蛋白、维生素和

矿物质的食物,如奶类、肉类、蛋类、鱼类以及新鲜的蔬菜水果,提高身体免疫力。减少高脂、高糖、高盐食物的摄入,保持适度的体重,避免肥胖。

3. 积极运动,增强体质:适量的运动可以增强身体免疫力,减少妇科疾病的发生。选择适合自己的运动方式,如长跑、游泳等,保持规律的作息,避免熬夜和过度劳累。

4. 注意性生活卫生:不洁性行为是导致妇科疾病的重要原因之一。在性行为前后应注意清洁,避免使用不洁的性用品。同时,要洁身自爱,避免与多个性伴侣发生关系,以减少感染的风险。

5. 定期妇科检查:定期进行妇科检查是

预防妇科疾病的关键。通过妇科检查,可以及时发现并处理潜在的妇科问题。建议女性每年至少进行一次妇科检查,包括白带常规、宫颈涂片、妇科B超等项目。对于已婚或有性生活的女性,还应定期进行宫颈癌筛查。

6. 观察阴道分泌物:阴道分泌物是女性生殖系统健康状况的“晴雨表”。正常情况下,阴道分泌物应为白色或略带黄色,无异味。如果发现阴道分泌物增多、颜色异常、有异味或伴有瘙痒、疼痛等症状,应及时就医检查。

7. 留意月经变化:月经是女性生殖系统的重要表现之一。如果女性出现月经周期紊乱、经量异常增多或减少、经期延长等症状,

应及时就医检查。这些症状可能与内分泌失调、子宫肌瘤等妇科疾病有关。

8. 关注身体其他症状:除了上述常见症状外,女性还应关注身体其他症状,如腹部疼痛、尿频、尿急、排尿困难等。这些症状可能是卵巢肿瘤、子宫肌瘤、盆腔炎等疾病的先兆。一旦发现异常,应及时就医检查,以免延误病情。

总之,妇科疾病的预防和早期发现需要女性从日常生活的点滴做起,保持良好的卫生习惯、合理膳食、积极运动、注意性生活卫生、定期妇科检查以及关注身体症状。通过科学的预防与护理,我们可以有效减少妇科疾病的发生,提高女性的生活质量与家庭幸福。

(作者单位:河北省唐山市妇幼保健院)

颅内肿瘤的影像诊断要点

□ 唐运军

颅内肿瘤,作为一类严重威胁人类健康的疾病,其早期发现与准确诊断对于患者的治疗及预后具有至关重要的意义。影像诊断作为颅内肿瘤诊断的重要手段,能够直观地展示肿瘤的位置、大小、形态及与周围组织的关系,为临床医师提供重要的诊断依据。本文将详细阐述颅内肿瘤的影像诊断要点,以期对相关医护人员及患者提供有价值的参考。

一、影像学检查方法概述

影像学检查是颅内肿瘤诊断的基础,常用的检查方法包括CT扫描、核磁共振成像(MRI)、X线检查、脑血管造影检查以及B超检查等。这些检查方法各具特点,可以相互补充,提高诊断的准确性。

1. CT扫描:CT平扫是颅内肿瘤初筛的重要手段,能够清晰地显示脑部的结构,对于发现肿瘤及判断其位置具有重要价值。增强CT则主要用于区别肿瘤病变和非肿瘤病变,进一步提高诊断的准确性。

2. MRI检查:MRI能够提供更详细的肿瘤形态、结构和信号特征,对于判断肿瘤的性质和范围具有更高的准确性。特别是MRI弥散加权成像(DWI)和MRI波谱分析(MRS)技术,有助于对颅内肿瘤进行定性诊断。

3. 其他检查方法:X线检查、脑血管造影检查和B超检查等也是颅内肿瘤诊断的常用手段,可以从不同角度为临床医师提供诊断依据。

二、颅内肿瘤影像诊断要点

颅内肿瘤的影像诊断要点主要包括以下几个方面:

1. 肿瘤的有无:通过观察平扫和增强扫描后颅内有无异常密度灶或异常信号灶,可以确定颅内有无肿瘤的存在。只做平扫可能会漏诊小肿瘤和表现为等密度或等信号改变的肿瘤,因此增强扫描在诊断中具有重要作用。

2. 肿瘤的定位诊断:肿瘤的定位诊断是指确定肿瘤在颅内的具体位置。这对于后续的治疗方案制定具有重要意义。例如,位于脑内的肿瘤多为转移瘤和胶质瘤;脑膜的肿瘤多为脑膜瘤;垂体窝内的肿瘤多为垂体瘤;松果体区的肿瘤多为生殖细胞瘤;位于脑室内的肿瘤多为室管膜瘤;位于桥小脑角区的肿瘤多为脑膜瘤、听神经瘤或胆脂瘤等。

3. 肿瘤的定性诊断:肿瘤的定性诊断是通过分析肿瘤的部位、数目、密度或信号特点、强化特点、其邻近结构的改变、病人的年龄及病史等多方面信息进行综合分析,从而得出

正确的诊断。MRI弥散加权成像(DWI)和MRI波谱分析(MRS)等技术有助于对颅内肿瘤进行定性诊断。

三、颅内肿瘤的影像学表现

不同类型的颅内肿瘤在影像学上呈现出不同的表现特点,这有助于临床医师进行鉴别诊断。以下是一些常见的颅内肿瘤影像学表现:

1. 脑膜瘤:脑膜瘤在CT上表现为等密度或稍高密度肿块,边界清楚,有时可见钙化。MRI上,脑膜瘤通常呈T1、等T2信号,增强扫描后明显强化。

2. 胶质瘤:胶质瘤在CT上表现为低密度或等密度肿块,边界不清,可伴有水肿。MRI上,胶质瘤的信号特点因肿瘤级别而异,一般呈稍长T1、稍长T2信号,增强扫描后可有不同程度的强化。

3. 垂体瘤:垂体瘤在CT上表现为垂体窝圆形或类圆形肿块,边界清楚,密度均匀。MRI上,垂体瘤呈T1、稍长T2信号,增强扫描后明显强化。

4. 转移瘤:转移瘤在颅内常表现为多发小病灶,CT上呈低密度或等密度,MRI上信号特点因原发肿瘤而异。增强扫描后,转移瘤

常有不同程度的强化。

四、影像诊断技术的局限性与未来发展

尽管现有的影像诊断技术在颅内肿瘤诊断中发挥了重要作用,但仍存在一定的局限性。例如,对于某些特殊类型的肿瘤或早期肿瘤,影像诊断的准确性可能受到一定影响。此外,影像诊断结果还可能受到操作技术、设备性能及医师经验等多种因素的影响。

随着医学技术的不断进步,新的影像诊断技术不断涌现,为颅内肿瘤的诊断提供了更多的选择。例如,深度学习等人工智能技术在医学图像处理方面的应用,有望进一步提高颅内肿瘤诊断的准确性和效率。未来,随着这些新技术的不断发展和完善,颅内肿瘤的影像诊断将更加精准、可靠。

五、结语

颅内肿瘤的影像诊断要点涉及多个方面,包括影像学检查方法的选择、肿瘤的定位与定性诊断以及肿瘤的影像学表现等。临床医师应充分了解并掌握这些要点,结合患者的病史和临床表现,进行综合分析,以得出准确的诊断结果。同时,患者也应积极配合医师进行各项检查,以便尽早发现并采取有效的治疗措施。

(作者单位:广西河池市人民医院)