

子宫肌瘤勿轻视 早诊早治是良方

子宫肌瘤是女性最常见的良性肿瘤，发病越来越趋于年轻化，绝大多数人早期没有任何症状，往往在体检B超时才被查出有子宫肌瘤。有些患者恐慌不已，谈瘤色变；有些却不以为意，放任不管，两种极端态度都是源于对子宫肌瘤的认知缺乏。近期，武进人民医院南院妇产科已连续接诊数位因子宫肌瘤诊治不及时导致严重贫血的患者。专家提醒广大女性，经量增多需警惕，及时检查避免延误治疗。

院住院输血治疗，医生建议她手术，王女士仍未重视。

今年1月中旬，王女士出现月经淋漓不尽，持续17天，其间曾至武进人民医院南院就诊，查血红蛋白63g/L，为重度贫血，医生再次建议住院治疗，患者仍犹豫不决。直到2月，王女士持续出血并出现明显的头晕、乏力等症状，她意识到了问题的严重性，主动来院要求住院治疗。

入院查血红蛋白45g/L，已达危急值，数次输血后血红蛋白上升至87g/L，南院妇产科主任、主任医师施莉英团队顺利为王女士行子宫肌瘤剔除术，目前王女士已康复出院。

专家提醒

不少女性朋友在特殊时期会遇到经量变少、增多或是时间延长等问题，并不认为月经不规律很正常，完全不在心上，殊不知月经改变可能是子宫肌瘤的“高危信号”。月经量多或经期过长，其原因是子宫肌瘤使子宫体积增大，子宫内膜面积相应增大或内膜过度增厚，妨碍子宫收缩。月经的周期延长，出血量变大，长此以往，患者会出现继发性贫血，进而导致其他重要器官的功能下降。随着肌瘤在子宫内增大，还可能对输卵管产生压迫，导致长期无法怀孕，对身体带来诸多不利影响。

典型病例

子宫肌瘤未重视 “拖成”重度贫血

40岁的王女士5年前体检发现子宫来了一位“不速之客”——子宫肌瘤。当时肌瘤较小，且没有任何不适症状，王女士并未在意。近两年，肌瘤逐渐增大，王女士月经量明显增多，1年前她曾因贫血在当地医

专家名片



施莉英 武进人民医院南院妇产科主任、主任医师、国家生殖健康咨询师。从事妇产科专业20余年，在妇科及产科方面均有丰富的临床经验。擅长各类病理产科处理、危重症病人抢救、妇科肿瘤的诊治，尤其在宫腔镜、腹腔镜、阴式等微创手术方面有丰富经验。

专家门诊时间：周二上午（南院）

子宫肌瘤的治疗视患者年龄、肌瘤的大小及部位、有无生育要求、有无合并病症和子宫出血严重程度综合判断，确定治疗方案。施莉英提醒广大育龄期及绝经后女性朋友，应每年定期行妇科检查及超声检查；子宫肌瘤无症状、体积不大，可每3~6个月复查一次；年龄在40岁以上的子宫肌瘤患者，如出血量不多，诊刮后无恶性病变，也可每3~6个月复查一次；肌瘤无明显变化，无出血或出血不严重者，待更年期后肌瘤逐步萎缩亦可。

值得注意的是，女性切勿乱用化妆品，尤其不要轻信“生长素”之类含雌激素或其他

激素成分的产品，它们除了导致自身内分泌紊乱、月经失调外，还有可能导致外源性雌激素对子宫及内膜等的过度刺激，诱发肿瘤或使原有肌瘤增大、变性。建议广大女性适当运动，保持理想体重和体内正常的雌激素水平；患子宫肌瘤后，不宜口服避孕药。如有异常情况及时接受正规治疗及专业指导。

科室介绍

武进人民医院南院妇产科主要开展围产医学范畴内的医疗及保健，包括孕期保健、产前筛查、产前检查、高危妊娠管

理、各种产科手术及难产处理，特别是在抢救治疗产后大出血、妊娠高血压综合征、子痫、妊娠合并心脏病、前置胎盘、胎盘早剥、妊娠糖尿病、妊娠期贫血等疑难危重患者方面有丰富的临床经验。

科室常规开展宫腔镜、腹腔镜等妇科微创手术及肿瘤根治术，开展经阴道子宫切除术，无手术疤痕，患者痛苦小，术后恢复快。近几年科室开展的改良式盆底脏器脱垂修复术获得老年患者的一致好评。护理团队水平优秀，在日常工作中展现了过硬的技术水平和有温度的护理关怀。

(武医宣)

乍暖还寒“老寒腿”又犯了 做好这几点保护关节

乍暖还寒的早春让不少人的“老寒腿”又犯了，出现膝盖不舒服、关节疼痛、双腿肿胀僵硬、关节越发不灵活等情况。国家卫健委发布的数据显示，我国骨关节炎的总患病率达15%，保守估计患者超过1亿人。如何有效保护关节健康、缓解不适呢？

“关节炎其实就跟我们感冒一样，它在发病时叫关节炎，平时我们通常叫作膝关节不稳定。”湖北省中医院骨科副主任医师张志文介绍，腿部通过肌肉来维持稳定，稳定性不好时，功能与结构不匹配，就会形成炎症，这就是骨性关节炎。典型表现为早上起来感觉僵硬，久坐以后起身感觉疼痛、难受，活动一段时间疼痛有明显缓解，但进一步活动时疼痛又进一步加剧。

张志文表示，寒冷刺激虽不是关节炎的致病因素，但可以诱发或加重关节炎患者的疼痛。这是因为当关节软组织受到寒冷刺激时，敏感度会增加，疼痛阈值会下降，从而使人的疼痛感加重。另外，当腿



部受寒时，膝关节周围的血管收缩，导致血液循环不畅，肌肉消耗产生的酸性物质不能及时代谢，也会引起疼痛。

持续的低温天气，如何避免或改善已出现的关节疼痛？张志文给出三点建议：

一、做好关键位置的保暖。皮肤比较薄弱、血液供给不丰富的地方都要穿厚一点，比如膝关节、踝关节，袜子穿厚一点，穿上护膝、高帮的鞋子。穿戴护膝时要调整好松紧度，既要密切贴合膝关节，又不可过于紧缚。

二、适当锻炼下肢的肌肉力量。当关节疼痛时，最简单的缓解动作就是把自己的髌骨上下左右推揉或按摩一下。平

时也可以做一些八段锦这样比较缓和的训练。

三、热敷容易受凉、受损的部位。把热水袋、热毛巾等敷在膝关节的髌骨上缘、小腿的后侧、大腿内侧及膝关节的内侧这几个点位，可以促进局部血液循环，减轻炎症反应。需注意热敷的温度不可过高，以防引起皮肤烫伤。患有血栓性静脉炎、外周血管疾病以及皮肤有破损的患者，都不宜热敷。

张志文提醒，如果患者的关节疼痛持续不能缓解，甚至出现关节肿胀、晨僵及变形，就要及时前往医院就诊，明确关节疼痛的病因，及时治疗。(金羊网)

流感或引发“红眼病” 医生给出日常防治建议



近期，呼吸道疾病多发，不少人中招。除了鼻塞、咳嗽、乏力、发烧症状外，有些人还得了“红眼病”。最近，医院接诊到不少感冒、咳嗽后出现“红眼病”的患者，大多有眼疼、流泪、充血、异物感、眼屎变多的情况。

专家表示，细菌或病毒感染眼结膜，引起结膜组织急性的炎症，称为急性结膜炎。在炎症刺激下，结膜血管扩张，表现为眼红充血像兔子眼睛一样，俗称“红眼病”。

患病后，不仅眼白发红，眼睛还会又痛又痒，怕光、视物模糊、频繁流泪，合并细菌感染时黄绿色分泌物增加，总感觉眼屎擦不完。

专家提醒，除了积极治疗，前往公共场所时要注意戴好口罩，平时勤洗手，不摸眼、揉眼。发现眼睛有不适症状，不要随便滴眼药水，应及早到正规医院检查治疗。同时，“红眼病”患者不要与他人共用毛巾等物品，避免近距离接触，也尽量不去公共泳池等场所，以免发生交叉感染。饮食方面可多补充富含维生素C的蔬果，如黄瓜、青椒、红薯、橙子等，有利于症状缓解。此外，酒精会使眼内血管扩张充血，加重病情，所以不建议饮酒。感冒咳嗽期间，佩戴隐形眼镜或OK镜者，建议停戴，改戴框架眼镜，以免引起眼部感染。(浙江老年报)

