

更年期患者进行激素治疗的益处

□李海英

随着时间的推移,每位女性都会经历生命中的一个重要时期——更年期。在这个生理阶段,女性往往会表现出体内激素水平变化,从而导致一系列身心症状,比如潮热、出汗、情绪波动、骨质疏松、皮肤干燥、心血管疾病风险增加等。这些问题逐渐成为更年期女性生活中的新挑战。幸运的是,作为一种被广泛接受的治疗方法,激素治疗在缓解更年期症状和改善健康方面发挥着重要作用。本文探讨一下更年期患者进行激素治疗的益处,以便为更年期女性提供明智的选择。

缓解潮热和出汗

潮热 潮热是更年期较常见的症状之一。不少女性在更年期会遭遇这种情况。潮热的发作常常伴随剧烈的身体感觉,包括面部和颈部潮红、皮肤灼热、出汗等症状。这些不适症状不仅给女性的日常生活带来困扰,还可能影响社交和工作。

激素治疗是缓解潮热比较有效的方法之一。激素治疗可补充体内激素,显著减轻潮热的频率和强度。激素在中枢神经系统和体温调节中可以起到重要作用。通过调整这些生理机制,激素治疗有效地减少了潮热的发作次数,让更年期女性在生活中更加舒适。

出汗 除了潮热外,更年期患者还会频繁出汗,尤其是夜间盗汗。夜间盗汗会导致床单和睡衣湿透,给患者带来不便,影响睡眠质量。不仅如此,频繁出汗还可能引起体内水分和电解质失衡,严重影响更年期女性的健康状况。

激素治疗对于减轻出汗症状同样发挥着积极作用。激素的调节作用有助于减少汗腺过度活动,从而减轻出汗的程度。更年期女性进行激素治疗后,常常能够感受到身体更加凉爽,夜间盗汗现象明显减少。在这种情况下,患者在夜晚能够获得更好的睡眠,不再受出汗症状的干扰,有助于保持旺盛的精力和活力。

改善情绪和心理状态

抑郁和焦虑 更年期不仅影响身体健康,还可能使患者的情绪和心理状态产生波动。激素治疗有助于调整体内激素水平,降低抑郁和焦虑的发生率,促进患者心理健康。改善心理状态后,患者的情绪会更加稳定,有助于应对生活中的各种挑战,保持积极的心态。

心境稳定 稳定的心境对于更年期患者非常重要。激素治疗有助于平衡神经系统,提高心境的稳定性,减少情绪波动,可以让患者更好地适应生

活中的变化。心境稳定为患者提供了平和的内心状态,有利于建立和谐的人际关系。此外,心境稳定还有助于提高更年期患者的自我认知能力和情绪管理能力。

保护骨骼健康

骨密度增加 更年期患者容易出现骨密度下降,增加骨折风险。激素治疗可以提高患者的骨密度,降低骨质疏松的发生率,从而保护骨骼健康,降低骨折风险。骨密度增加有助于患者自由地进行日常活动,降低受伤的可能性。同时,骨密度增加还有助于延缓骨骼老化,提高骨骼的强度等。

预防骨折 随着年龄的增长和更年期的到来,女性的骨骼逐渐失去钙质,导致骨密度下降,容易发生骨折。激素治疗是预防骨折的重要手段之一。补充激素可以促进骨骼的钙质吸收和骨细胞生成,增加骨密度会使骨骼更加坚固。通过预防骨折,患者可以避免因骨折而带来的疼痛和功能障碍,提高生活质量。

改善骨骼健康状况 除了增加骨密度和预防骨折外,激素治疗还有助于改善骨骼的健康状况。在更年期,女性骨骼易受到雌激素水平下降的影响,导致骨质流失过快。激素治疗可以

调节激素水平,延缓骨质流失速度,有助于维持骨骼的健康状态。健康的骨骼为患者提供了更强的身体支撑,积极参与各种日常活动和体育锻炼。

改善皮肤和黏膜

皮肤干燥 随着更年期的到来,女性常常面临皮肤干燥等问题。激素治疗可以显著改善皮肤干燥症状。在更年期,体内激素水平下降会导致皮肤失去水分和弹性,出现干燥、粗糙、皱纹等老化迹象。激素治疗可以恢复体内激素的平衡,增加皮肤的水分含量,促进胶原蛋白的生成,改善皮肤的弹性和光泽,减少皱纹。拥有健康的皮肤,患者在外表上就会更加自信,同时也会增强皮肤对外界刺激的防御能力,减少皮肤过敏、瘙痒等不适症状。

阴道黏膜改善 阴道干燥是更年期常见的症状之一,给患者带来不适和性生活问题。激素治疗可以改善阴道黏膜状态,减轻阴道干燥症状,提高性生活质量,促进阴道健康,有助于维持女性生殖系统的正常功能。同时,阴道黏膜改善还能够降低阴道感染的风险,提高女性的生殖健康水平。

预防心血管疾病

更年期女性患心血管疾病

的风险增加。激素治疗在预防心血管疾病方面具有显著作用,可以改善血管弹性和扩张性,降低血压,并减少动脉硬化。这些措施不仅能够降低心血管疾病的发病率,还能有效预防心脏病、中风等严重后果。此外,激素治疗还可以减少动脉内皮细胞的损伤,降低血栓形成的风险,从而保护心血管系统的健康功能。因此,预防心血管疾病,进行激素治疗,为更年期女性提供了健康保障。

激素治疗对更年期患者带来的益处是显而易见的。激素治疗可以明显缓解潮热和出汗,改善情绪和心理状态,保护骨骼健康,改善皮肤和黏膜,以及预防心血管疾病,帮助更年期女性改善身体健康状况。然而,患者在选择激素治疗时应谨慎,并在医生指导下做出决策。同时,健康的生活方式也是更年期健康的重要保障,如均衡饮食、适量运动和压力管理。

因此,深入了解激素治疗的益处和风险,可以帮助更多女性做出明智的选择,拥有健康幸福的生活。在未来的研究中,相关人员也要继续关注更年期治疗情况,为更多女性提供更加安全、更加有效的治疗方法。

(作者供职于山东省聊城市茌平区妇幼保健计划生育服务中心妇科)

微生物是肉眼无法观察到的微小生物,对人类的生活和健康有着重要影响。其中,一些微生物可能成为传染病的元凶,造成严重的公共卫生问题。在传染病控制中,微生物检验扮演着至关重要的角色,能够帮助医务人员尽早发现病原体,进行准确诊断,有效防控传染病。

什么是微生物检验

微生物检验是对人体、动植物、环境等样本中的微生物进行检测和分析。微生物包括细菌、病毒、真菌、寄生虫等。检验方法包括细菌培养、分子生物学技术、免疫学方法等。这些方法可以确定微生物的存在、种类、数量,以及对抗生素等药物的敏感性,有助于医务人员做出正确的诊断,制定合理的治疗方案。

常见的微生物检验方法

细菌培养 这是较常见的微生物检验方法之一,是将样本在特定培养基上培养,使潜伏在样本中的细菌繁殖成可见的菌落。医务人员可以观察这些菌落的形态和特性,进一步确定病原体的种类。

分子生物学技术 这类技术包括聚合酶链式反应(PCR)、实时荧光定量PCR等,可以直接检测微生物的核酸,无须培养,具有高灵敏度和特异性,对于难以培养的微生物也能进行检测。

免疫学方法 包括酶联免疫吸附试验(ELISA)、免疫荧光染色等,旨在检测患者体液中的特定抗体或抗原,诊断传染病或评估疫苗免疫效果。

微生物检验

在传染病控制中的典型应用

新型传染病的早期发现 对于新型传染病,微生物检验具有至关重要的作用。医务人员通过病原体检测,能够迅速确诊病例,进行疫情监测,从而采取隔离措施,避免疫情扩散。

结核病的诊断和治疗 结核病是由结核分枝杆菌引起的传染病,通过痰液的细菌培养和PCR检测,可以准确地诊断,指导药物治疗,并监测疗效。

病毒性感染的鉴定 对于病毒性感染,如流感、登革热等,通过病毒核酸的PCR检测和免疫学方法的应用,可以快速鉴定感染的病毒类型,有助于尽早采取有针对性的治疗和预防措施。

寄生虫的检测和治疗 对于一些由寄生虫引起的传染病,如疟疾、血吸虫病等,通过血液、尿液或其他体液检测,可以确定寄生虫的存在,指导药物治疗和疫苗研发。

食源性疾病的调查与控制 食源性疾病往往是由食品污染导致的。通过对食品样本和患者样本进行微生物检验,可以追踪病原体来源,防止疫情扩散,确保食品安全。

微生物检验在早期发现病原体、准确诊断传染病、指导药物治疗、疫苗研发、预警等方面,为传染病防控提供了重要支持。随着科学技术的不断发展,微生物检验技术也在不断完善,为传染病防控提供更加强大的武器。我们要提高对传染病防控的重视程度,守护人类健康。

(作者供职于山东省德州市临邑县疾病预防控制中心检验及质量控制股)

微生物检验在传染病控制中的应用

□王青丽

成年人接种疫苗很有必要

□芮春军

疫苗是阻击传染病的有力武器。及时接种疫苗,可以在人体与疾病之间建立一道“屏障”,阻断传染病的传播,维护公共卫生安全。因此,疫苗被称为“人群大处方”。从1978年开始,我国正式对适龄儿童实施扩大免疫规划。但是,您知道吗?接种疫苗不仅是儿童的“专利”,对成年人也非常重要。

为什么成年人也要接种疫苗

接种一次疫苗不能保护一生。很多成年人小时候没有接种过某种疫苗,或者接种很久了。当病毒来袭时,有些成年人的机体免疫力无法对自己实施有效保护。

成年人活动范围大,经常需要出入人员密集的环境中,感染风险高,更需要通过接种疫苗建立免疫屏障,提高自身抵御疾病的能力。

不同疾病好发年龄不同。有些疾病成年人高发,但儿童不

一定高发,如带状疱疹,好发于年龄较大、免疫抑制或免疫缺陷的人群,需要通过接种疫苗来降低发病风险。

关口前移,降低家庭医疗支出。感染疾病不仅给身心带来痛苦,降低生活质量。同时,高额医药费会给家庭带来极大的影响,而接种疫苗的费用则远远低于诊疗费用。

成年人可以接种哪些疫苗

成年人可以接种几种常规的疫苗,如乙肝疫苗、流感疫苗等。经常外出、在外就餐的人群,可以接种这些疫苗,以免感染乙肝病毒,也可以避免因流感而请假、耽误工作。

在紧急情况下需要接种的疫苗,比如被狗咬伤、流血,24小时内尽快接种人用狂犬病疫苗;被钉子等扎伤,要评估是否需要接种破伤风疫苗。

对于青年女性,尤其是青春期的女孩,为预防HPV(人类乳

头瘤病毒)感染,可选择接种二价HPV疫苗、四价HPV疫苗或者九价HPV疫苗,就是我们通常所说的宫颈癌疫苗。备孕女性可接种含风疹成分的疫苗,预防因感染风疹病毒所致的胎儿流产、早产等严重影响。

出国人员可根据对方国家的疾病流行情况,评估是否需要接种黄热病疫苗、霍乱疫苗等。

老年人身体机能下降,患病风险增加,可以提前接种带状疱疹疫苗和肺炎球菌疫苗,预防因带状疱疹或肺炎球菌引起的严重疾病。

值得注意的是,以上疫苗都不是强制接种的,但成年人作为家庭支柱,健康才是最重要的。大家可根据自身情况,需要的时候及时到附近的预防接种门诊接种疫苗,保障身体健康。

(作者供职于河南省疾病预防控制中心)

肿瘤手术治疗不可怕

□贾锋

手术是治疗肿瘤较常见的方式之一,它通过局部切除肿瘤组织,从而消除或减少肿瘤的危害。尽管肿瘤手术已经成为现代医学界的常规治疗方式之一,但是仍然有很多人对于肿瘤手术的复杂性和医疗风险感到困惑。在此,我们探讨一下肿瘤手术治疗的相关问题。

治疗方式

肿瘤的治疗方法包括自然疗法、放射治疗、化学治疗、免疫治疗、中医治疗、食疗、联合治疗方法等。在诸多治疗方法中,常常采用联合治疗方法,即综合运用手术、化学治疗、放射治疗等治疗方法。其中,手术是治疗肿瘤的基础。

无论是传统的化疗、放疗、靶向治疗,还是免疫治疗,都难以把体内的肿瘤细胞完全杀灭。因此,肿瘤科医务人员非常重视手术治疗,包括根治性手术、姑息性手术、探查性手术等。

根治性手术 恶性肿瘤生长繁殖快,并且外层无膜,与人体正常组织难以区分,容易通过淋巴管道实现转移扩散。因此,手术可避免这些隐患。

姑息性手术 当肿瘤范围较大时,治疗需要采取姑息性手术方式。为了减轻患者的痛苦,保持营养吸收,医务人员需要切除

部分肿瘤或者做一些能够缓解病情的手术。

探查性手术 就是探查一些不能确定性质的病变组织,一般通过手术切除相应的病变组织标本进行病理检查,以确定病变的性质和阶段,为制订有效的治疗计划提供依据。

术前准备

在手术前,医务人员通常会先对患者进行一系列检查,确定患者是否适合进行手术治疗。这些检查包括病史记录、体格检查、影像学检查、实验室检测等。做这些检查,不仅可以明确患者的身体健康情况是否符合手术条件,还可以了解肿瘤的大小、位置、类型等信息。

手术过程

做肿瘤手术通常需要一个专业的团队,包括外科医生、麻醉师、护士和其他专业人员。手术过程可以采用传统的手术刀、激光切割、微创手术等。在手术过程中,外科医生使用先进的设备切除肿瘤组织。麻醉师将患者麻醉,提高患者在手术过程中的舒适度和安全性。

手术风险

虽然肿瘤手术是一种相对

安全的手术,但是仍然存在一定的风险。肿瘤手术期间可能出现并发症,这是由于手术本身、使用的麻醉药物或者患者自身的健康状况引起的。

在一般情况下,手术产生的副作用的风险大小和手术的复杂程度成正比。手术后,患者可能会经历一些身体反应,如手术部位疼痛、恶心、呕吐等,这些情况可能需要相应的治疗进行控制。

在特殊情况下,手术可能会导致感染、出血,以及其他严重的并发症。随着现代医学的不断进步,肿瘤手术的风险已经大大降低。对于可能发生的并发症,医务人员会在手术前向患者说明,并采取相应措施,最大限度地降低风险。

术后恢复

在肿瘤手术后,患者要严格遵守医务人员提出的恢复计划,包括康复程序、药物治疗和饮食调整。同时,医务人员要定期随访,提醒患者及时复查。

此外,患者还应该保持积极乐观的心态、注意休息,保持健康的生活方式,促进身体健康。

(作者供职于周口市中医院肿瘤科)

无创产前检测的应用范围和注意事项

□焦志红

随着医学技术的不断发展,无创产前检测为孕妇提供了更多关于胎儿健康的信息。本文详细介绍无创产前检测的意义、应用范围、方法和注意事项,帮助人们更好地了解这项技术,以便为 newborn 保驾护航。

意义和作用

无创产前检测是一种通过母血中的胎儿DNA(脱氧核糖核酸)来检测胎儿遗传性疾病和染色体异常的方法。相较于羊水穿刺、绒毛活检等传统的产前检测方法,无创产前检测具有更高的安全性。

无创产前检测为孕妇提供了一种非侵入性的选择,避免可能导致胎儿流产的风险,减轻孕妇的心理压力。通过无创产前检测,人们可以尽早发现胎儿的异常情况,从而采取相应的措施进行干预和治疗,为胎儿健康成长奠定坚实的基础。

应用范围

无创产前检测的应用范围主要包括两个方面。

遗传性疾病检测 无创产前检测可以检测一些常见的遗传性疾病,例如唐氏综合征、爱德华氏综合征、帕特劳氏综合征等。这些疾病是由胎儿染色体异常引起的,及早诊断可以帮助家庭做好准备,同时提供有效的治疗方案。

染色体异常筛查 除了常见的遗传性疾病外,无创产前检测还可以检测其他染色体异常,如三体综合征等。这些异常往往影响智力发育和生长发育,及早发现有助于及时干预。

检测方法

无创产前检测主要利用胎儿在母体血液中释放的游离DNA(cfDNA)。母体血液中含有少量的胎儿DNA,通过特定的检测技术,可以将其分离出来,并对其中的染色体和基因进行检测。主要技术包括以下几个方法。

高通量测序技术 通过对cfDNA进行高通量测序,可以对胎儿的基因组进行广泛分析。这种方法具有高度的准确性和可靠性,可以同时检测多种遗传性疾病和染色体异常。

聚合酶链式反应(PCR) PCR技术是一种常用的无创产前检测方法,可以有选择性地扩增目标基因片段,从而进行定点检测。虽然PCR技术在某些特定场景下仍然有用,但是相较于高通量测序技术,其检测范围较小。

无创产前检测的流程相对简单,孕妇只要抽取一定量的静脉血即可,无须接受复杂的操作和处理,对孕妇和胎儿都没有任何伤害。

注意事项

虽然无创产前检测在提供胎儿健康信息方面具有显著优势,但是需要注意以下几点。

检测时间 无创产前检测的最佳时间是妊娠12周-22+6周。在这个阶段,胎儿DNA在母体血液中的浓度相对较高,有利于准确检测。

验证性检测 无创产前检测可能存在一定的假阳性或假阴性结果。对于检测结果异常的情况,可进行验证性检测,比如羊水穿刺。

作为一项重要的医学技术,无创产前检测为孕妇提供了更多了解胎儿健康的机会。通过检测胎儿的遗传性疾病和染色体异常,无创产前检测帮助家庭做好准备,同时为未来的新生儿保驾护航。它不仅具有高度的准确性和安全性,还为孕妇提供了一种非侵入性的选择,避免了传统产前检测方法可能带来的风险和不适。

(作者供职于高唐县妇幼保健院妇产科)