

# 子宫腺肌症的超声诊断

□赵玉洁

**什么是子宫腺肌症**  
子宫腺肌症是指子宫内膜腺体及间质侵入子宫肌层,并保持周期性增生、剥脱、出血等功能性改变。  
**疾病特点**  
子宫腺肌症多发生于30岁~50岁经产妇,50%的患者同时合并子宫肌瘤,15%的患者合并外在性子宫内膜异位症,子宫多呈均匀性增大,最大可达正常子宫的2倍以上,以后壁居多。  
**临床表现**  
子宫腺肌症的临床表现各异,40%~60%的患者存在月经量过多等症状,15%~30%的患者存在痛经等症状,30%的患者则无明显症状。

该病的主要症状为痛经、月经量增多、月经期延长等。妇科双合诊子宫球形增大、质硬,月经期有压痛感;合并子宫内膜异位症时,附件及附件区可扪及囊性肿块。  
**二维超声表现**  
根据病灶的分布和回声特征,该病可分为弥漫型、前壁/后壁型和局灶型。  
**弥漫型** 子宫球形增大,三径之和常大于15厘米,宫腔内膜线居中或显示不清晰,经腹壁超声扫查肌层回声普遍增高,呈分布不均匀的粗颗粒状,有时后方衰减,使肌层回声偏低。  
**前壁/后壁型** 病变局限分布于整个前壁或后壁肌层,偶见于侧

壁。以后壁型较为多见,子宫呈不对称性增大,向后方隆起,宫腔内膜线前移,前壁肌层回声正常,后壁肌层普遍增厚,回声不均匀,多呈栅栏状衰减,导致整个子宫回声增粗减低。  
**局灶型** 子宫不规则增大,子宫形态欠规整,伴少许回声衰减或呈栅栏状衰减回声,周围肌层回声正常,病灶与正常肌层之间没有清晰的边界。当病灶以出血症状为主时,肌层内表现为局灶性的小囊,大小不一,形态不规则,经阴道超声检查显示其内回声呈云雾状。  
**彩色多普勒超声表现**  
**血流分布特征** 虽然患者子宫内血流信号较正常人增多,但是由

于子宫腺肌症常伴衰减回声,不容易显示出丰富的血流信号。血流信号在病灶处呈星点状、条状分布或呈放射状排列。  
**局灶型患者**仅在病灶部位血流信号稍增多,病灶周围肌层血流分布正常。  
无论是哪种类型,当子宫腺肌症较严重时,阴道出血时间长、合并感染,可出现子宫肌层血流信号丰富现象。血管呈粗条状并贯穿肌层,相连成网状,且可记录到低阻力型动脉频谱,此时应仔细与恶性病变进行鉴别。  
**血流频谱** 子宫腺肌症病灶处的动脉频谱与子宫动脉各级分支的频谱基本相同,阻力指数常大于

0.5;静脉频谱较多见,偶尔在严重的子宫腺肌症患者体内可记录到低阻力型动脉频谱。  
**鉴别诊断**  
切面无明显的漩涡状结构,夹杂有粗厚的肌纤维带和微型囊腔,腔隙中偶见陈旧血液。子宫腺肌症病灶周围无假性包膜,子宫肌瘤周围有假包膜环绕,这是两者的主要鉴别。  
**临床意义**  
对于月经量过多、月经期延长、痛经的患者,如果超声检查结果有典型图像特征,就可做出诊断。  
(作者供职于安阳市第六人民医院超声科)

早期发现和干预小儿内科疾病是保障儿童身体健康的重要措施。小儿内科疾病种类繁多,包括感冒、支气管炎、肺炎、腹泻、营养不良等。这些疾病对患儿的生长发育有着不同程度的影响。因此,早期发现和干预这些疾病非常重要。

## 如何早期发现小儿内科疾病

□黄宜舒

**小儿常见内科疾病的症状**  
**感冒** 感冒是常见的内科疾病之一,主要表现为发热、咳嗽、流鼻涕、鼻塞等。大多数感冒由病毒感染引起,病程一般为7天~10天;若出现高热不退、咳嗽加剧、呼吸困难等症状,应及时带患儿到医院就诊。  
**支气管炎** 支气管炎主要表现为咳嗽、咯痰、呼吸急促等,通常由上呼吸道感染引起。对于年龄较小的患儿来说,支气管炎容易引起呼吸急促、发绀等症状,严重时可能导致呼吸衰竭。  
**肺炎** 肺炎主要表现为发热、咳嗽、呼吸急促、呼吸困难等症状,严重时可能出现呼吸衰竭。肺炎的病因主要是细菌感染或病毒感染,需要及时带患儿就医,并按照医嘱进行治疗。  
**腹泻** 腹泻是消化系统的常见病,主要表现为大便次数增多、水样大便、恶心、呕吐等症状。腹泻可能导致脱水、出现脱水、营养不良等并发症,需要及时治

疗。  
**营养不良** 营养不良主要是饮食不当、消化不良等原因引起的,主要表现为体重不增长、消瘦、皮肤干燥、精神萎靡等。长期营养不良影响患儿生长发育,需要及时调整饮食结构和治疗消化系统疾病。

### 如何早期发现

**观察症状** 家长要密切观察孩子的症状,如发热、咳嗽、腹泻、消瘦等,还要定期测量孩子的身高、体重、头围等生长指标;若发现异常情况,应及时带孩子到医院就诊。

**定期进行健康检查** 家长可以定期带孩子到医院进行健康检查,以便及时发现潜在的健康问题。

**保持良好的卫生习惯** 孩子应保持良好的卫生习惯,如勤洗手、不随地吐痰、不喝生水等,可以降低感染疾病的风险。

### 怎样干预

**及时就医** 对于小儿内科疾病,尤其是感冒、支气管炎、肺炎等,患儿需要在医生的指导下进行治疗。

**调整饮食结构** 对于腹泻、营养不良等患儿,需要调整饮食结构,选择易消化、营养丰富的食物,避免摄入油腻、辛辣等刺激性食物。对于严重腹泻的患儿,需要遵医嘱进行补液治疗,以免脱水。

**增强免疫力** 适度运动、合理饮食、保证充足的睡眠等,都可以增强孩子的免疫力,降低感染疾病的风险。

**接种疫苗** 接种疫苗是预防许多传染性疾病的有效方法。家长应根据医生的建议,及时带孩子接种疫苗,预防流感、肺炎等传染性疾

病。  
总之,早期发现和干预小儿内科疾病,对于保障儿童身体健康非常重要。家长要了解小儿常见内科疾病的症状,密切观察孩子的生长指标,若出现异常情况,应及时带孩子到医院就诊。

(作者供职于汝州市第一人民医院儿科)

## 产后康复注意事项

□蔡桂玲

产后康复是产妇关注的的话题之一。在产后康复的过程中,产妇需要注意一些误区,以免对身体和心理健康造成不良影响。本文主要介绍产后康复的相关知识,包括性生活、控制体重、适度运动、合理饮食等方面。  
**性生活**  
分娩后,产妇的身体需要恢复和调整,但性生活并不是必须禁止的。产妇可以根据个人的实际情况和医生的建议,在适当的时间恢复性生活。以下是产后性生活的一些注意事项。

**时间** 一般来说,产后性生活可以在适当的时候进行,通常是在产后6周左右。但是,具体时间需要根据产妇的实际情况而定。  
**疼痛** 如果性生活时出现疼痛或不适等症状,产妇需要暂停性生活。疼痛可能是由于伤口未完全愈合、阴道干燥或其他原因引起的。

**避孕** 如果产后有性生活,产妇需要采取避孕措施。哺乳期产妇可以在医生的指导下选择适合自己的避孕方法。  
**控制体重**  
控制体重对于产妇的身体健康和自信心都非常重要。以下是一些产后控制体重的建议。

分娩后,产妇应合理饮食,注意营养均衡,避免摄入过多高热量、高脂肪的食物。饮食量需要根据产妇的实际情况和医生的建议来确定。一般来说,饮食量应该逐渐增加,避免暴饮暴食。  
**适度运动**  
产后适度运动可以帮助产妇尽快恢复身材,增强免疫力。以下是一些产后运动的注意事项。

逐渐增加运动量 产后运动量需要逐渐增加,以免对身体造成负担。  
选择适合自己的运动方式 产妇可以选择一些适合自己的运动方式,如散步、瑜伽等。同时,产妇要根据自己的实际情况和医生的建议来确定运动方式和运动量。

**避免过度运动** 产后过度运动,可能会对身体造成损害,影响身体康复。因此,产妇应避免过度运动。  
**饮食注意事项**  
产后合理饮食对于产妇的身体健康和康复非常重要。以下是一些产后饮食的注意事项。

**增加蛋白质的摄入量** 分娩后,产妇需要增加蛋白质的摄入量,以帮助身体康复和分泌足够的乳汁。产妇可以选择一些富含蛋白质的食物,如鱼肉、鸡肉、豆制品等。  
**适量摄入富含钙和铁的食物** 分娩后,产妇需要适量摄入富含钙和铁的食物,如牛奶、豆制品、肉类等,以帮助身体分泌乳汁和康复。

**避免摄入辛辣、油腻等刺激性食物** 分娩后,产妇应避免摄入辛辣、油腻等刺激性食物,以免对身体造成不良影响。  
产后康复是一个综合性的过程,需要注意多个方面,避免对身体和心理健康造成不良影响。本文介绍了产后性生活、控制体重、适度运动、合理饮食等方面的注意事项。产妇需要根据身体情况和医生的建议来制定适合自己的康复方案,并逐渐调整生活习惯。  
(作者供职于菏泽市第六人民医院)

## 孕前准备和产前检查非常重要

□陈汉卿

孕前准备和产前检查是生育过程中非常重要的两个环节,本文主要介绍这两个方面的内容。

**孕前准备**  
孕前准备是为怀孕和分娩做准备的阶段,这个阶段需要关注以下几个方面。  
**健康饮食** 夫妻双方在各孕期间,饮食要多样化,营养均衡,多吃富含蛋白质、维生素和矿物质的食物,如肉类、蛋类、鱼类、蔬菜、水果等;同时,要减少咖啡因、尼古丁等有害物质的摄入量,避免摄入过多的加工食品和饮料。此外,适量补充叶酸也是非常有必要的。  
**养成良好的生活习惯** 夫妻双方应养成良好的生活习惯,如规律作息、保证充足的睡眠、适度运动等,有利于保持身体健康和精力充沛。  
**戒烟、戒酒** 在各孕期间,夫妻双方应戒烟、戒酒,以免有害物质

影响精子和卵子的质量和活性,增加胚胎异常的风险。  
**进行孕前检查** 在各孕阶段,夫妻双方均需要进行全面的身体检查,了解自己的身体状况,发现并及时治疗潜在的健康问题,如妇科疾病、甲状腺疾病等。  
**产前检查**  
产前检查是为了了解胎儿在子宫内的发育情况及孕妇的健康状况,早期发现并处理妊娠并发症,及时纠正胎位异常,可以帮助孕妇和胎儿安全度过妊娠期。以下是产前检查注意事项。  
**怀孕初期产前检查** 怀孕初

期是胎儿各个器官形成的重要阶段,这个阶段的产前检查尤为重要。初次产前检查主要包括详细询问病史、体格检查、常规化验和影像学检查等。这些检查可以帮助医生了解孕妇的病史、婚育史,以及全身健康状况,为后续妊娠管理提供基础资料。同时,医生会根据孕妇的年龄、身体状况等因素进行风险评估,制订个性化的产前检查计划。  
**怀孕中期产前检查** 怀孕中期是指怀孕4个月~7个月。在这个阶段,胎儿生长发育速度加快,孕妇的身体负担加重。因此,产

前检查的次数会增加,各项检查更加频繁。中期产前检查主要包括测量孕妇的体重、血压、宫高、腹围、胎心等常规检查,以及B超检查、唐氏筛查、糖耐量检测等。这些检查可以帮助医生尽早发现并处理妊娠并发症,确保母婴健康。  
**怀孕晚期产前检查** 怀孕晚期是指怀孕8个月至分娩前的阶段。在这个阶段,胎儿的体形逐渐增大,孕妇的身体负担进一步加重。晚期产前检查主要包括测量孕妇的体重、血压、胎心等常规检查,以及胎心监护、尿常规等检

查。同时,医生还会根据孕妇的实际情况增加其他必要的检查项目。这些检查可以全面评估孕妇的身体状况,以及胎儿的生长发育情况,及时发现并处理异常情况,为分娩做好准备。  
总之,无论是孕前准备还是产前检查,都是妊娠过程中非常重要的环节。在各孕期间和怀孕期间,夫妻双方应该积极配合医生进行各项检查和评估,及时发现并处理问题,确保孕妇和胎儿安全度过妊娠期。  
(作者供职于济南市中西医结合医院)

## 乳腺增生与乳腺纤维瘤的区别

□林鸿彪

也可能发生恶变;一旦恶变为乳腺癌,会对患者的生命安全造成威胁。

**乳腺增生的治疗方法**  
对于乳腺增生,患者可以选择药物治疗或手术治疗。  
在药物治疗方面,患者可以使用抗雌激素药物,如他莫昔芬,以减轻疼痛感。患者也可以使用中药治疗,如逍遥散等,以调节内分泌和缓解症状。  
在手术治疗方面,如果乳腺增生病情持续加重,患者可以考虑手术切除。手术方法包括肿块切除术和乳腺腺体切除术。

**乳腺纤维瘤的治疗方法**  
乳腺纤维瘤以手术治疗为主,包括肿块切除术和乳腺腺体切除术。由于乳腺纤维瘤存在恶变的可能,即使是较小的乳腺纤维瘤,也可能需要手术切除,并且进行病理检查。  
对于多发性的乳腺纤维瘤,手术切除可能比较困难,可以考虑进行药物治疗,如使用抗雌激素药物,以减少纤维瘤的大小和数量。但是,药物治疗效果因人而异,患者可能需要长期治疗。  
在手术方法的选择上,传统手术和微创手术都是可行的选择。

具体选择哪种手术方法,取决于纤维瘤的大小、位置,以及患者的具体情况。  
**预防措施**  
预防乳腺增生和乳腺纤维瘤,可以从以下几个方面入手。  
保持健康的生活方式 合理饮食,把体重控制在标准范围内;避免精神压力过大,适度运动等,都有助于调节内分泌,预防乳腺疾病。  
**定期进行乳房自查** 每个月进行一次乳房自查,可以及时发现乳房异常;若发现异常,应及时到医院就诊。

**避免滥用激素类药物** 滥用激素类药物可能导致患者内分泌失调,增加乳腺增生的风险。  
**及时治疗相关疾病** 内分泌紊乱、月经不调等疾病,患者只有及时治疗,才能预防乳腺疾病。  
**避免频繁流产** 频繁流产可能导致体内激素水平紊乱,增加乳腺增生的风险。  
总之,乳腺增生和乳腺纤维瘤有明显的区别。女性应了解这两种疾病的区别和预防措施,定期进行乳房自查,维护乳房健康。  
(作者供职于海口市第四人民医院普通外科)

## 妇科肿瘤的治疗进展与挑战

□崔海涛

调等症状。定期进行妇科检查,及时发现异常,对早期治疗卵巢癌具有重要意义。  
**子宫内膜癌** 子宫内膜癌发病与雌激素水平过高、肥胖、糖尿病等因素有关。该病的早期症状为绝经后阴道出血等,晚期症状为疼痛、贫血、消瘦等。定期进行妇科检查,及时发现并治疗子宫内膜癌变,是预防子宫内膜癌的有效方法。  
**卵巢癌** 卵巢癌的发病与年龄、遗传、生殖内分泌等因素有关。早期卵巢癌的症状并不明显,患者难以察觉。随着肿瘤的生长,患者可能出现腹胀、腹痛、月经不

的目的。随着腹腔镜手术等微创技术的发展,手术创伤越来越小,患者康复的速度也得到了显著提高。  
**放疗** 放疗是利用高能射线来破坏肿瘤细胞,从而达到治疗的目的。近年来,放疗技术也在不断发展,如三维适形放疗、强度调控放疗等,使放疗的精确度更高,副作用更小。  
**化疗** 化疗是利用化学药物来杀死肿瘤细胞,患者可以通过口服、静脉注射等方式进行治疗。近年来,妇科肿瘤的化疗药物也在不断研发,如紫杉醇、铂类药物等,使化

疗的效果得到了显著提高。  
**靶向治疗** 靶向治疗是利用特定的药物,有针对性地攻击肿瘤细胞,以达到治疗的目的。近年来,针对妇科肿瘤的靶向治疗药物也在不断涌现,如贝伐单抗、PARP抑制剂等,为妇科肿瘤患者带来了新的治疗选择。  
**治疗挑战**  
**多学科合作** 治疗妇科肿瘤,需要医生、护士、药师等多学科合作。但是,现实中多学科之间的沟通和协作仍然存在一些问题,需要进一步加强。  
**个性化治疗** 妇科肿瘤患者的

病情和身体状况各有差异,需要制定个性化的治疗方案。然而,目前妇科肿瘤的治疗仍然存在标准化倾向,需要提高个性化治疗水平。  
**减轻副作用** 在治疗妇科肿瘤的过程中,患者可能会出现一系列副作用,如恶心、呕吐、脱发等。如何减轻治疗副作用,提高患者的生活质量,是妇科肿瘤治疗面临的挑战。  
总之,我们需要进一步加强研究,不断提高妇科肿瘤的治疗水平,为患者提供更好的服务。  
(作者供职于河南省人民医院妇科)

## 幼年类风湿关节炎的信号

□钟燕兰

当我们提到关节疼痛,通常会与老年人联系在一起。但你知道吗?儿童也可能经历关节疼痛,这可能是幼年类风湿关节炎等慢性疾病的早期迹象。  
**发病原因**  
儿童关节疼痛是一个复杂的问题,可能存在多种原因。生长痛是儿童关节疼痛的常见原因之一。这种疼痛通常发生在生长期,大多数患儿在晚上或早上出现关节疼痛的症状,疼痛部位主要集中在腿部。生长痛通常是轻度疼痛,不会导致关节肿胀,并且随着时间的推移,疼痛会逐渐减轻,患儿不需要治疗。  
创伤或扭伤也是导致儿童关节疼痛的常见病因之一。患儿在玩耍或运动时,若不小心摔倒或扭伤,会导致患儿短期内出现关节疼痛的情况。在一般情况下下,

这种疼痛会与明显的外伤事件相关,患儿可以通过休息和冷敷来缓解症状。  
感染也可能导致儿童出现关节疼痛的症状。细菌感染可能会引起关节炎,导致患儿关节疼痛和红肿。在这种情况下,及时治疗感染是非常重要的,患儿需要使用抗生素或其他抗感染药物治疗。  
自身免疫性疾病可能是导致儿童关节疼痛的病因,如幼年类风湿关节炎、过敏性紫癜、系统性红斑狼疮等。其中,幼年类风湿关节炎是常见的引起关节疼痛的自身

免疫性疾病。幼年类风湿关节炎是一种慢性疾病,表现为多个关节的疼痛、肿胀和晨僵。患儿如果不及治疗,严重的可能会引起关节畸形,导致身体残疾。  
**主要症状**  
常见症状包括关节疼痛和肿胀、关节活动度减少、晨僵,并且可能伴随发热、皮疹等其他症状。  
患儿可能因关节疼痛而拒绝运动,甚至在日常生活中存在活动受限的情况。晨僵是指早上醒来时感到关节僵硬和不灵活,并且需要一段时间才能缓解。如果关节

疼痛伴随发热和其他感染症状,可能是感染性关节炎的迹象。家长应密切关注患儿的症状,及时咨询医生,以获取专业的诊断和治疗建议。  
**如何诊断**  
**血液检测** 血液检测可以检查患儿体内是否存在炎症指标升高及免疫指标异常,这对于确认是否存在自身免疫性疾病非常重要。  
**影像学检查** X线检查、B超检查、磁共振检查,可以帮助医生查看关节的内部结构,以排除其他问题,确定炎症的程度。

**关节液检查** 医生会从受影响的关节抽取少量液体进行检查,以确认感染或其他异常情况。  
儿童关节疼痛可能是幼年类风湿关节炎等慢性疾病的早期信号。对于家长来说,关注儿童的身体状况是非常重要的。如果患儿出现关节疼痛或其他症状,应尽快带患儿到医院就诊,以获取专业的建议和治疗。只有及早地干预和治疗,才能确保儿童健康、快乐地成长。  
(作者供职于广州市妇女儿童医疗中心风湿免疫科)