

乳腺超声检查的重要性

□商贺婕

乳腺癌是女性常见的恶性肿瘤之一，对女性的生命安全造成了严重威胁。定期进行乳腺检查，可以及早发现并治疗乳腺癌，提高治愈率和生存率。

基础原理

乳腺超声检查是一种利用高频声波对乳腺进行扫描的无创性检查方法。它可以将声波发射到乳腺组织，并接受反射回来的声波，形成图像，医生可以清晰地观察乳腺结构、形态，以及是否存在肿块。

技术优势

无创性 乳腺超声检查不会对乳房产生创伤，避免了手术活检或穿刺带来的痛苦和风险。

灵敏性 乳腺超声检查可以发现小于1厘米的微小肿块，甚

至可以检测到尚未形成明显肿块的病变，从而提高早期发现乳腺癌的可能性。

特异性 乳腺超声检查对鉴别良性肿瘤和恶性肿瘤具有较高的准确性，有助于医生制定精准的治疗方案。

可重复性 乳腺超声检查可以反复进行，便于对病情进行动态观察和评估。

应用范围

筛查乳腺癌 定期进行乳腺超声检查，以及早发现乳腺癌的迹象，提高治愈率和降低死亡率。特别是对40岁以上的女性，每年进行一次乳腺超声检查是非常必要的。

评估乳腺增生 乳腺超声检查可以清晰地显示出乳腺增生的

程度和范围，帮助医生判断病情并制定合适的治疗方案。

监测乳腺癌治疗 对已经确诊的乳腺癌患者，乳腺超声检查可以评估手术、放疗和化疗等治疗效果，为医生调整治疗方案提供依据。

乳腺癌高危人群监测 有家族遗传史或其他高危因素的女性，应定期进行乳腺超声检查，以便及早发现异常情况并进行干预。

注意事项

选择合适的检查时机 月经周期的不同阶段可能会影响乳房的形态和结构，建议在月经周期的7天-14天进行乳腺超声检查，以获得更准确的检查结果。

保持良好的心态 积极乐观的心态对身体健康非常重要，可以通过心理咨询、瑜伽、冥想等

穿脱的衣物，以便进行乳房检查。

充分了解检查过程 在检查前，患者可以向医生了解乳腺超声检查的具体过程和注意事项，以便配合检查。

保持放松状态 紧张和焦虑可能会影响乳腺形态和检查结果，应尽量放松心情，与医生充分沟通。

乳腺癌的预防措施

除了定期进行乳腺超声检查外，以下措施有助于预防乳腺癌：

保持健康的生活方式 合理饮食、适度运动、规律作息、避免熬夜等不良生活习惯，有助于维持内分泌平衡，减少乳腺疾病。

保持良好的心态 积极乐观的心态对身体健康非常重要，可以通过心理咨询、瑜伽、冥想等

方式保持心态平和。

控制激素水平 避免滥用激素类药物和化妆品，减少激素的摄入量，降低乳腺癌的风险。

避免辐射暴露 减少长期接触有害辐射的暴露机会，如减少在电磁炉、微波炉等高辐射设备附近的逗留时间。

关注家族遗传史 有家族遗传史的女性应密切关注自己的乳腺健康状况，及时进行检查和干预。

乳腺超声检查是筛查乳腺癌的重要手段之一，对于维护女性健康具有重要意义。女性要定期进行乳腺超声检查，保持健康的生活方式。

(作者供职于驻马店市中心医院超声科)

性激素六项检查的注意事项

□刘红威

临床上对长期月经紊乱、不孕、闭经，以及患有生殖系统肿瘤的患者，医生均会建议其进行性激素六项检查。它是每一位生育期女性的生殖内分泌健康“晴雨表”。但是，大家可能不知道检查也有最佳时间，如果检查时间不合适，其结果可能就会不准确。

性激素检查时机

根据检查目的来决定检查时机。对月经周期规律的女性来说，一般在经期第2天或第3天进行检查，检查性激素五项即可，可以不检查黄体酮(黄体酮应该在黄体期检查，月经21天或排卵后7天)，用于了解基础水平。

要了解卵泡发育情况，一般建议在卵泡期进行E2、LH(促黄体生成素)、P(判定假设检验结果的一个参数)值的变化。

要想了解孕激素水平，一般在月经后18天~26天连续检查3次，能够用于反映受检者黄体功能。如果检查结果显示P值降低，就说明黄体功能不全。

月经长期不规律的女性可以随时进行检查，这个时间就默认为月经前的时间，检查结果参照黄体期的检查结果，或者连续进行2次内分泌激素检查，两次检查时间间隔为2周。若检查结果中有符合黄体期峰值的1次或2次，说明正常；若均不符合，说明内分泌有问题。

男性要想接受性激素六项检查，时间上无明确规定，只要没有剧烈运动，近期生活规律，一般在上午8时~11时进行检查。

性激素检查的关键时间点

基础内分泌检查是指在月经来潮的第3天，此时不是看E2有多低来判断雌激素是否正常，这个阶段就是较低水平。此阶段，E2应小于50纳克/升；若高于此值提示卵巢储备不良，往往会与月经提前，21天~25天来1次。此时，促卵泡激素(FSH)高于10单位/升以上同样提示卵巢储备不良。该阶段黄体酮水平是较低的，因此有些医生只检查基础内分泌五项，而不检查黄体酮的原因。

女性在排卵期接受检查主要是为了了解E2、LH、P值的变化，用于观察无排卵前LH峰值及判断是否接近(或)已排卵，一般与B超卵泡监测协同运用辅助医生诊断病情。

女性黄体期检查的最佳时间是月经前1周，理论上该阶段黄体酮处于黄体期最高水平，一般在40毫摩尔/升以上。

性激素六项检查注意事项

首先，检查前至少1个月不能服用性激素类药物，比如避孕药、雌激素类药物，以及黄体酮等，治疗后复查者除外。其次，尽量减少外界因素对检查结果造成干扰，比如食物因素(防止食物中含有的外源性激素对检查结果造成影响)，建议受检者在上午空腹状态下进行检查。若受检者重点检查催乳激素，建议在上午10时左右处于不饿也不饱的状态下进行，且到医院静坐30分钟后再进行血液采集。需要注意的是，抽血前不要做乳房检查。

(作者供职于郑州艾迪康医学检验所临床实验室)

如何保证儿童麻醉的安全性

□黄薇

儿童麻醉的目标是尽可能减轻疼痛和不适，同时确保患儿生命安全。麻醉医生需要根据患儿的年龄、体重、健康状况和手术类型，选择适合患儿的麻醉方式。这些方法包括全身麻醉、局部麻醉、基础麻醉和镇静剂。

全身麻醉，患儿在手术过程中处于无意识状态；局部麻醉，仅影响手术区域的神经；基础麻醉，轻微的麻醉方式；镇静剂，可以帮助患儿缓解紧张和焦虑情绪。

麻醉步骤

术前评估是所有麻醉过程中

的第一步。麻醉医生需要了解患儿的健康状况、过敏史、药物使用情况等。此外，麻醉医生还需要评估患儿的心理状态。

根据术前评估结果，麻醉医生会制定适合患儿的麻醉方案。方案内容包括：使用的麻醉方法、药物剂量、监测设备和应急措施等。在手术前，患儿被送到手术室接受麻醉。在此过程中，麻醉医生会密切监测患儿的生命体征。

手术后，患儿会被送到恢复室继续观察。在恢复室，患儿会

接受必要的疼痛管理，直至完全恢复意识并且能自行走动。

注意事项

虽然儿童麻醉是安全的，但也是有一定的风险性。常见的风险包括呼吸问题、心脏问题、过敏反应和恶心呕吐等。在某些特殊情况下，患儿可能出现更严重的并发症，如低血压、中风或心脏骤停等。

为了尽可能减少麻醉风险，麻醉医生必须具备丰富的经验和专业知识，并且需要严格遵守安全协议和相关指南。此外，家

长也需要积极参与孩子的治疗过程中，提供必要的信息和支持。

家长在儿童麻醉过程中起到非常重要的作用。家长不仅需要与医生讨论孩子的健康状况和手术风险，还需要在手术后帮助孩子恢复意识和监控孩子的身体状况。

此外，家长还需要给患儿讲关于手术的知识，帮助其理解为什么需要接受这种治疗，以及治疗会对他们的身体有何影响，从而帮助孩子减少因手术带来的

恐惧和焦虑。

目前，医学专家尚未找到任何证据表明全身麻醉会对记忆力和智力产生影响。全身麻醉使用的药物主要对大脑的中枢神经产生暂时性的影响，引发暂时性的抑制效应，但不会改变脑细胞的功能或结构。此外，麻醉药物与其他药物一样，会经历代谢过程，最终通过各种途径完全排出体外，不会在体内残留。

(作者供职于湛江中心医院麻醉科)

避免自行给

小儿使用止泻药物，可能阻止体内有害物质排出，延长疾病时间。

就医咨询 如果小儿腹泻持续时间较长，伴随高热、呕吐、腹痛等，家长应及时带患儿到医院就诊。

小儿腹泻虽然常见，但是其病因和预防都有明确的科学依据。家长应该认识到，小儿腹泻多数情况可以通过正确的预防措施来避免。比如，保持卫生、母乳喂养、逐步引入辅食、合理使用抗生素，以及注意饮食卫生等，都能有效降低腹泻发生率。

(作者供职于广东省阳江市阳春人民医院儿科中心)

小儿腹泻的成因与预防

□罗金丽

不良，但进行人工喂养或引入辅食后就需要特别注意。

抗生素 长期或不规律使用抗生素，可能破坏肠道内有益菌群，导致肠道菌群失衡，从而引发腹泻。

食物过敏 食物过敏也可能引发小儿腹泻。常见的过敏食物包括牛奶、鸡蛋、花生等。过敏反应会导致肠道炎症，进而引发腹泻。

预防措施

保持卫生 病毒和细菌感染

是腹泻的主要成因，因此保持小儿及周围环境卫生至关重要。定期洗手、保持清洁的饮食和饮水环境，可以有效减少感染的风险。

母乳喂养 母乳富含抗体和有益菌群，有助于增强小儿的免疫系统和肠道健康。因此，母乳喂养可以降低小儿腹泻概率。

逐渐引入辅食 当小儿逐渐开始吃辅食，家长要注意观察是否对某些食物过敏或消化不良；避免引入过多的新食物，有助于

确定引起腹泻的原因。另外，在添加辅食时，要注意选择新鲜、卫生的食材，避免食用生冷或未熟透的食物，特别是肉类和蛋类。

合理使用抗生素 在医生的指导下使用抗生素，可有效降低肠道菌群失调风险。

应对策略

补充水分 如果小儿出现腹泻，要及时补充水分，以防脱水；可以喂葡萄糖盐水或专用的口服补液盐。

B族链球菌检测知多少

□韩喜娜

炎等，部分孕妇会面临流产或早产，成为造成不良妊娠的重要原因。

临床实践还证明，有40%~70%的孕妇感染GBS后，会将病菌传染给新生儿，一般在分娩时进行传递。新生儿受GBS感染影响，会有不同程度的神经系统后遗症，比如运动障碍、发育障碍、脑瘫、脑积水，以及听力或视力损伤等，发生率为1%~3%。

生活中预防GBS的方法 孕妇在怀孕后身体发生较大的改变，日常生活有很多注意事项需要了解，比如运动、饮食，以及睡眠等。

预防措施一般包括这几个方面：

阴道清洁：保持外阴清洁，以淋浴为主，建议用温水冲洗；若条件有限，可以用盆替代，但是注意专盆专用。在清洗外阴

前应先洗手，按大阴唇、小阴唇的顺序进行清洗，最后清洗肛

门，用清水进行清洗即可。

加强生活用品管理：内裤勤清洗，每次洗完后用开水烫煮或阳光暴晒，能有效避免重复感染。

性生活卫生：夫妻同房前后，要注意清洗私密部位。

饮食营养均衡：孕妇应保证均衡膳食，多吃新鲜的蔬菜、水

果，以及富含维生素和矿物质的食物。

重视孕检：孕妇要定期接受孕检。一般在分娩前5周内进行GBS筛查，其作用是能够反映出孕妇分娩时GBS的定植状态。需要注意的是，无论选择什么分娩方式，都需要先进行GBS筛查。

综上所述，对妊娠期母婴健康保护要从多方面入手，其中GBS是常见和危险的一种细菌

感染，孕妇应进行GBS筛查。同时，要保持良好的卫生习惯，避免接触传染源，定期参加产前检查等。

(作者供职于郑州美康盛德医学检验所检验科)

阴道炎的治疗与预防

□李想

霉菌、制霉菌素等药物。这些药物可以有效抑制霉菌生长。

细菌性阴道炎 主要使用甲硝唑、克林霉素等药物。这些药物可以有效杀灭或抑制细菌生长。

药物治疗

针对不同类型的阴道炎，使用的药物种类和剂量也有所不同。阴道炎的药物治疗需要在医生的指导下进行，主要有以下几种：

滴虫性阴道炎 主要使用甲硝唑、替硝唑等药物。这些药物可以有效杀灭滴虫。

物理疗法 物理疗法是通

过紫外线、激光、冷冻等物理方法来杀死阴道内的病原体，从而达到治疗的目的。这种方法适用于药物治疗无效的患者，并非适用于所有类型的阴道炎。

冲洗疗法 冲洗疗法是通过使用药物溶液对阴道进行冲洗，以清除阴道内的病原体和分泌物，从而达到治疗的目的。这种方法对某些类型的阴道炎可能有效，但需要在医生指导下进行。

预防措施 预防阴道炎的措施主要包括以下几个方面：

注意个人卫生 保持外阴清洁、干燥，每天用温水清洗外阴，避免使用刺激性强的清洁用品。

避免过度清洁 过度清洁会破坏阴道内的菌群平衡，容易导致阴道炎。

避免穿紧身化纤内裤 紧身化纤内裤容易导致外阴潮湿不透气，从而滋生细菌和霉菌。

增强免疫力 保持健康的生活方式，如饮食营养均衡、作息规律、适当锻炼等，有助于增强免疫力，预防阴道炎。

避免长期使用抗生素 长期使用抗生素会破坏阴道内的菌群平衡，容易导致阴道炎。

定期进行妇科检查 定期进行妇科检查，可以及时发现并治疗阴道炎等妇科疾病。

总之，阴道炎的治疗与预防需要从多个方面入手，注意个人卫生、避免过度清洁、注意性生活卫生、增强免疫力等，都是有效的措施。同时，定期进行妇科检查也是预防和治疗阴道炎的关键。

(作者供职于山东省德州市陵城区安德街道办事处卫生院妇科)

妇科检查的重要性

□吕玲

妇科检查并不是针对女性的特定疾病进行检查，而是一种全面的健康检查。妇科检查是对女性生殖器官的检查，以评估生殖系统的健康状况。这些器官包括卵巢、输卵管、子宫、阴道等。

定期进行妇科检查的意义 尽早发现疾病 定期进行妇科检查可以帮助我们及时发现潜在的健康问题，从而尽早进行干预。很多妇科疾病在早期并无明显的症状，但如果及时发现和治疗，可能对身体造成严重损害。比如，子宫内膜异位症、子宫肌瘤、卵巢囊肿等，如果及时治疗，预后会非常好；一旦延误最佳治疗时机，可能导致不孕、疼痛等情况。

预防疾病 定期进行妇科检查，可以帮助女性预防疾病。通过检查，医生可以了解女性的生殖系统是否存在异常，从而采取相应的预防措施。比如，对于有乳腺癌家族史的女性，医生可能建议进行乳腺检查，以便尽早发现异常情况。

保持心理健康 对许多女性来说，定期进行妇科检查是一种心理上的安慰。定期进行妇科检查，可以让女性对自己的身体状况有更多的了解，从而减轻担忧和焦虑。同时，妇科检查也是一种健康的生活方式，可以帮助女

性养成良好的生活习惯。

哪些人需要定期进行妇科检查 已有性经验的女性 不论是否有性经验，成年女性都应该定期进行妇科检查。有些疾病与性行为有关，比如生殖器疱疹、梅毒等。此外，对于已有性经验的女性，定期进行妇科检查还可以帮助其及时发现潜在的性传播疾病，从而保护自己和伴侣的健康。

更年期女性 更年期女性由于雌激素水平下降，容易患上与更年期相关的疾病，比如骨质疏松症、心血管病等。因此，更年期女性应该定期进行妇科检查，以便及时发现并处理这些问题。

高危人群 对于高危人群，如有遗传病家族史、乳腺癌家族史等，定期进行妇科检查尤为重要。

如何进行妇科检查 咨询专科医生 在进行妇科检查之前，女性应该先咨询专业医生，了解自己的检查项目和频率。不同的年龄、性别和健康状况可能需要不同的检查项目。因此，咨询专科医生是非常重要的。

选择合适的医院和科室 选择一家信誉良好的医院和专业的妇产科室进行检查，可以让女性对自己的身体状况有更多的了解，从而减轻担忧和焦虑。同时，妇科检查也是一种健康的生活方式，可以帮助女

性养成良好的生活习惯。

解读检查结果 在拿到检查结果后，应该仔细阅读并了解其含义；如果有任何疑问，可以向医生请教；如果发现有问题，应该尽早进行治疗，调整生活方式。

(作者供职于济南市中西医结合医院)



制图：朱忱飞