

警惕乳腺叶状肿瘤

□ 阎琳

叶状肿瘤主要由纤维上皮和间质细胞组成,和纤维腺瘤一样属于纤维上皮性肿瘤,是一种可在短期内迅速生长、容易复发、但远处转移相对少见的乳腺肿瘤。根据其组织学特点,叶状肿瘤可分为良性、交界性、恶性叶状肿瘤三类。

临床表现

患者多于无意中乳房肿块,常表现为无痛性单发肿块,偶可伴疼痛,边界清,活动度好,多无乳头异常分泌。临床上,一般病史较长,多为持续性增长,生长缓慢,部分病例可出现结节迅速增大。

通常,乳房肿块边界清楚,呈叶状。瘤体巨大者可占据整个乳房,表现为皮肤表面隆起、紧张、发亮、皮肤菲薄。浅静脉怒张,多不累及皮肤,与胸肌也较少粘连。

淋巴结转移较少,恶性叶状肿瘤有血行转移可能,以肺转移多见,腋淋巴结转移少见。

与乳腺癌的区别

乳腺癌在医学上专指由上皮组织来源的乳腺恶性肿瘤,它源于腺体组织细胞,多发于乳腺导管或小叶,最常见的乳腺癌类型包括导管原位癌、浸润性导管癌和浸润性小叶癌等。叶状肿瘤是在

乳腺的结缔组织(基质)中形成的,是一个特立独行的存在,不仅有良性和恶性之分,还有一种为交界性的情况,介于良性和恶性之间。

致病因素

内分泌激素紊乱 青春月经初潮,体内内分泌激素出现紊乱;结婚生育后,体内内分泌激素紊乱;绝经前后体内内分泌激素紊乱。

在纤维腺瘤基础上形成 因为年轻患者的发病与纤维腺瘤明显有关,甚至原本就可能起源于纤维腺瘤。有研究认为,少数患者同时或在纤维腺瘤的基础上出现两种病变,而且有些肿瘤同

时具有纤维腺瘤和叶状肿瘤的组织学特征。

其他因素 与种族、地域、卫生习惯、生育哺乳等因素有关。

治疗方式

手术治疗 手术切除是首选治疗方法。叶状肿瘤的一个特点是容易局部复发,为了减少肿瘤复发,往往采用扩大切除的手术方式,尽可能切除病灶。但是切除范围越大,对乳房外形影响也越大。因此,早发现、早治疗,在肿瘤体积较小的时候完整切除,对于减少复发、保护乳房外形与功能,都具有重要意义。对于交界性/恶

性叶状肿瘤,建议进行1厘米或更大切缘的广泛局部切除术,良性叶状肿瘤则建议进行切除活检。

化疗 临床上,对于存在肿瘤较大、累及胸壁等复发转移高危风险情况下可考虑使用。

放疗 数据表明,在恶性叶状肿瘤术后辅助放疗,可以降低患者的局部复发风险。

手术切除后,乳腺叶状肿瘤患者一般预后良好,当然也存在局部复发的风险,远处复发较为少见且复发的肿瘤可能为更高类型的组织学类型。

(作者供职于河南省许昌市中心医院超声科)

百日咳与普通咳嗽的区别

□ 闫琳

咳嗽是儿童常见的症状之一,而百日咳是一种由百日咳杆菌引起的呼吸道传染病,由于其与普通咳嗽在症状上有一定的相似性,很多家长容易将两者混淆。本文旨在帮助家长了解百日咳与普通咳嗽的区别,以便及时发现并治疗百日咳,保障孩子的健康。

病原体差异

百日咳是由百日咳杆菌引起的,而普通咳嗽则可能由多种病原体引起,比如病毒、细菌、支原体等。百日咳杆菌具有较强的传染性,主要通过飞沫传播,感染后可导致典型的百日咳症状。

症状差异

咳嗽特点。百日咳的咳嗽具有典型的阵发性、痉挛性特点,咳嗽时,患儿会发出鸡鸣样吸气声,且咳嗽持续时间较长,可能持续数周至数月。而普通咳嗽则通常不具有这些特点,咳嗽程度和时间因病原体和个体差异而异。

其他症状。百日咳患者在咳嗽的同时,还可能伴有发热、流鼻涕、打喷嚏、喉咙疼痛等症状。而普通咳嗽则可能伴有这些症状,但也可能仅表现为咳嗽。

治疗方法差异

抗生素治疗。百日咳杆菌对多种抗生素敏感,因此,抗生素治疗是百日咳的主要治疗方法。而普通咳嗽则需要根据病原体选择合适的抗生素或其他药物。

对症治疗。对于百日咳和普通咳嗽,都需要进行对症治疗,比如止咳、化痰、退热等。但需要注意的是,在咳嗽剧烈时,百日咳患者应避免使用强烈的止咳药,以免加重病情。

预防与控制

接种疫苗。预防百日咳最有效的方法是接种百日咳疫苗。家长应遵照医生的建议,为孩子接种百日咳疫苗,以提高免疫力,减少感染风险。

保持良好的个人卫生习惯。家长要教育孩子养成良好的个人卫生习惯,比如勤洗手、避免随地吐痰等。此外,家长还应注意保持家庭环境的清洁和通风,减少细菌、病毒的滋生。

避免接触传染源。在百日咳高发季节,家长应尽量避免带孩子去人群密集、空气流通不畅的场所,以减少感染机会。若家庭成员中有百日咳患者,应做好隔离措施,避免传染给其他家庭成员。

百日咳与普通咳嗽在病原体、症状、治疗方法等方面存在明显差异。家长应了解这些差异,以便在孩子出现咳嗽症状时,能够及时发现并治疗百日咳。同时,家长还应重视百日咳的预防工作,通过接种疫苗、保持良好的个人卫生和避免接触传染源等措施,降低孩子感染百日咳的风险。(作者供职于山东省立第三医院)

如何做好脐带护理

□ 陆晓燕

脐带是新生儿脱离母体的一个重要连接,既是生命的象征,也是新生儿的第一道防线。因此,正确的脐带护理对于新生儿的健康和成长非常重要。

脐带的形成和脱落

脐带是胎儿在母体内吸收营养和与母体进行交换的通道。当胎儿发育到一定阶段,胎盘会通过脐带与母体相连,为胎儿提供氧气、营养和激素。当胎儿出生时,脐带会随之剪断或自行脱落,从而形成一个新的组织——脐带残端。脐带残端大约在出生后1周~2周脱落,在此期间,它会变得敏感并容易受到感染。

脐带护理步骤

保持干燥。在脐带脱落前,必须确保脐带区域保持干燥。洗澡时,可以使用防水贴纸或护脐霜来保护脐带。一旦洗澡完毕,应立即用干棉签或纸巾轻轻吸干脐带及其周围的皮肤。

清洁消毒。用温水和无酒精的棉签清洁脐带及其周围的皮肤。然后用碘伏或75%的医用酒精对脐带进行消毒,以预防感染。注意不要使用含有酒精的消毒液,因为酒精会刺激脐带残端。

观察异常。观察脐带是否脱落、有无出血、渗出液等症状。如有异常情况,应及时就医。

避免摩擦。不要让宝宝经常摩擦脐带区域,这会导致脐带残端裂开或脱落不完全。

护脐用品。为确保正确护理,可使用护脐带、护脐贴等用品来保护脐带区域。

家长的角色和责任

学习和掌握相关知识。家长应了解脐带护理的重要性,学习正确的护理步骤和方法,可以通过阅读相关书籍、观看视频、咨询医生或专业护理人员等方式获取知识。

耐心和细心。在护理过程中,家长需要有足够的耐心和细心,关注宝宝的反应,确保护理的正确实施。

建立良好的卫生习惯。家长应教育宝宝养成良好的卫生习惯,比如不随意用手触摸嘴巴、不咬手指等,以减少感染的风险。

定期检查。在脐带脱落期间,家长应定期检查脐带区域,确保没有异常情况发生。如发现异常情况,应及时就医。

积极应对紧急情况。如果在护理过程中出现出血、异常疼痛、发热等症状,家长应立即停止护理并寻求专业帮助。

接种疫苗的重要性

新生儿离开母体后,会受到多种病毒和细菌的威胁,比如大肠杆菌、肺炎球菌等。为了保护新生儿的健康,预防接种是非常必要的。家长应了解并遵循宝宝的预防接种计划,按时接种疫苗,以增强宝宝的免疫力,预防多种疾病的发生。(作者供职于广东省佛山市三水区人民医院)

女性生殖健康的保护措施

□ 朱俊珍

在日常生活中,许多女性面临妇科疾病困扰。从常见的痛经、阴道炎,到更严重的乳腺癌、宫颈癌等,这些病症对女性的身体和心理造成极大的影响。那么,我们如何采取有效的措施来保护女性的生殖健康呢?

定期进行妇科检查。定期的妇科检查是预防妇科疾病的关键。通过定期的妇科检查,医生可以及时发现并处理各种潜在的健康问题,比如子宫肌瘤、卵巢囊肿等。此外,通过妇科检查,还能早期发现一些恶性肿瘤,

比如宫颈癌、卵巢癌等,从而提高治愈率。

保持健康的生活方式。均衡饮食、适度运动和良好的生活习惯是保持身体健康的基础。多吃蔬菜水果,保持低脂肪、低糖的饮食习惯,有助于维持内分泌平衡,降低妇科疾病的风险。同时,积极参加体育锻炼,避免长时间久坐,也有助于改善血液循环,增强免疫力。

注意个人卫生。保持良好的个人卫生习惯能有效预防妇科疾病。每天用温水清洗外阴,避免使用刺激性强

的清洁剂。在经期,要勤换卫生巾,避免细菌感染。此外,应选择透气性好、质地柔软材质的内裤,并定期更换。

重视孕产期保健。孕产期是女性生殖系统发生重大变化的时期,做好孕产期保健对预防妇科疾病尤为重要。孕期,应定期进行产前检查,及时发现和处理妊娠期并发症。产后,适当休息和锻炼,有助于子宫恢复,预防产后感染。

及时治疗妇科疾病。一旦发现妇科疾病症状,应及时就医。治疗过程中,要

积极配合医生,严格遵守医嘱,按时服药,定期回诊复查。在面对妇科疾病时,有些女性可能会感到尴尬或恐惧,要克服这种心理,因为及早治疗才是保护生殖健康的关键。

保持心理健康。情绪压力、焦虑和抑郁等心理问题也可能影响女性生殖健康。因此,保持乐观的心态,学会调节情绪,对于维护女性生殖健康至关重要。如遇心理问题,可寻求专业心理咨询师的帮助。

预防性疫苗接种。针对

一些常见的妇科疾病,比如人乳头瘤病毒(HPV)感染引起的宫颈癌,已经有了疫苗。接种这些疫苗可以帮助女性抵御病毒的侵害,降低患病风险。

加强性教育。性教育是保护女性生殖健康的重要一环。通过了解生殖系统的结构和功能,女性可以更好地理解自己的身体,并学会如何保护自己。同时,性教育也能帮助女性认识并预防性传播疾病,比如淋病、梅毒等。

(作者供职于山东省滨州市无棣县柳堡镇卫生院)

新生儿居家防护要点

□ 吴翠华

确保新生儿安全是每位父母的首要任务。在居家环境中,潜藏着许多需要警惕的风险因素。本文将探讨如何在家中营造一个安全的生活环境,以保护新生儿免受意外伤害。

环境安全是新生儿居家安全中最为基础且重要的一环。新生儿的肌肤娇嫩、骨骼柔软,他们对环境的适应能力远不如成年人。因此,家中的每个角落都需要经过严格的审视。首先,应使用防撞软包对家具的边角进行处理,避免新生儿在爬行或学步时不慎碰撞造成伤害。其次,应使用安全插座孔盖的插座,防止新生儿出于好奇将手指或其他物品伸入插座内造成触电。此外,应给窗户配备儿童安全锁,并在窗台安装防护栏,以防新生儿攀爬导致坠楼事故。

接下来,我们谈谈日常用品的安全性。应将洗涤剂、消毒液等清洁用品放置在新生儿触及不到的

地方,使用时也要特别注意,避免残留在玩具或用具上。此外,应选择无刺激、无添加的新生儿专用洗护用品,以免对新生儿稚嫩的皮肤造成不必要的伤害。

饮食安全也是不可忽视的一环。新生儿的消化系统尚未发育完全,在食物的选择上需格外小心。母乳是新生儿的最佳食品,若非母乳喂养,则应选择符合标准的配方奶粉,并严格按照说明进行冲泡。随着新生儿逐渐长大,开始尝试辅食时,食材要新鲜干净,烹饪彻底,且应逐步尝试单一食物,观察是否有过敏反应。

在新生儿的日常护理方面,保持适宜的室内温度至关重要。一般而言,室温维持在22摄氏度到24摄氏度为宜,湿度控制在50%~60%。过热或过冷都可能引起新生儿的不适。同时,要定期清洁新生儿的用品,比如奶瓶、玩具等,可以有效预防细菌滋生,保护新生儿的

健康。

睡眠安全同样是新生儿居家防护中的关键。新生儿应有独立的睡床,避免与成人同床共枕,以降低窒息风险。床垫要选用透气性好、支撑性强的产品,床上不放置过多的枕头、毛绒玩具等松软物品。此外,宜采用仰卧位来减少新生儿猝死综合征的发生。

照顾新生儿时,家长必须时刻保持警觉。即使是在家中,也不可以让新生儿长时间处于无人看管的状态,特别是处在水中或较高处时,哪怕是短暂的瞬间,也可能导致不可挽回的后果。

最后,家长的教育同样重要。作为新生儿的第一任老师,家长的行为举止会直接影响新生儿。因此,家长应当通过示范来教育新生儿认识危险,比如不触碰热源、不随意吃药等基本安全知识。

(作者供职于山东省济宁市金乡县人民医院)

妊娠期高血压知多少

□ 庞东英

妊娠期高血压给孕产妇和胎儿的健康带来了严重威胁。随着对妊娠期高血压病理生理机制的深入了解及临床诊断和治疗技术的进步,我们对这一疾病有了更多的认识和控制方法。然而,妊娠期高血压仍然是世界范围内一项严重的公共卫生问题,尤其是在发展中国家和一些特定人群中,其发病率仍然居高不下。

定义与分类

妊娠期高血压是指在妊娠20周后出现的新发高血压,通常伴随着蛋白尿或其他器官功能损害。根据《妊娠期高血压管理指南》(NICE guidelines),妊娠期高血压可以分为以下几类:

子痫前期 指妊娠20周后出现的高血压,收缩压 ≥ 140 毫米汞柱和(或)舒张压 ≥ 90 毫米汞柱,伴随着蛋白尿(尿蛋白 > 0.3 克/24小时)或其他器官功能损害,但没有终末期器官损害。

子痫前综合征 是指在子痫前期的基础上出现的严重并发症,比如持续性高血压、肝功能异常、肾功能损害、凝血功能异常、神经系统异常等。

子痫 是指在子痫前期或妊娠期高血压基础上出现的癫痫发作,通常伴随着意识丧失和蛋白尿。

病因与发病机制

病因 妊娠期高血压的病因涉及多种因素,包括遗传因素、生活方式因素和环境因素、遗传因素、免疫系统异常(免疫调节失调和细胞因子的异常分泌可能促进血管内皮损伤和炎症反应)、血管内皮功能障碍(血管舒缩调节异常、血栓形成和血小板活化增加)、血浆容量增加等。

发病机制 妊娠期高血压的发病机制尚未完全阐明,但已有一些研究对其进行了深

入探讨,发现孕妇血管系统的舒缩调节功能受到影响时,会使血管张力增加和血压升高;且妊娠期高血压患者常伴有血液中血小板活化增加和凝血功能异常,增加了血管内血栓形成的风险,进一步加重了高血压的病理、生理过程。由于伴有免疫系统的激活和炎症反应,它会加速血管内皮功能的损害。

诊断方法

妊娠期高血压的诊断主要基于患者的临床表现、生理指标和实验室检查结果。常用的诊断方法包括血压监测、尿蛋白定量、肝功能检查、血小板计数、凝血功能检查等,以评估患者的器官功能和病情严重程度。根据患者的收缩压和舒张压水平,将妊娠期高血压分为轻度、中度和重度,有助于确定治疗方案和预后评估。

治疗与管理

妊娠期高血压的治疗方法取决于患者的临床病情和孕周情况。常用的治疗方法包括以下几点:

监测与观察 对于轻度和中度的妊娠期高血压,可以通过定期监测血压、尿蛋白和其他临床指标,进行定期观察和评估,以确保及时发现并处理潜在的并发症。

药物治疗 对于重度妊娠期高血压或伴有严重并发症的患者,可能需要药物治疗来控制血压和预防并发症的发生。常用的药物包括降压药、镁剂、抗凝药等。

产前治疗 在一些严重病例中,为了保护孕妇和胎儿的健康,可能需要提前结束妊娠,进行产前治疗,以减轻孕妇的病情和降低并发症的风险。

(作者供职于山东省日照市岚山区人民医院产科)