

正确认识宫颈癌

早发现早治疗是关键

中山大学附属第一医院 柯佩琪

宫颈癌危及女性生命以及生活质量,是女性的主要恶性肿瘤之一。宫颈癌又称子宫颈癌,是指发生在宫颈阴道部或移行带的鳞状上皮细胞及宫颈管内膜的柱状上皮细胞交界处的恶性肿瘤。目前,宫颈癌的病因尚未完全清楚,一般认为与性生活过早、性生活过频、性伴侣过多、多产密产、激素分泌紊乱或代谢异常、病毒感染及一些性传播疾病等有关,其中HPV(人乳头瘤病毒)感染被认为是最有可能的致病因素,尤其是高危型HPV与宫颈癌的发生密切相关。虽然现代女性对宫颈癌有一定了解,但仍然有很多人对于宫颈癌存在认知误区。早发现、早治疗是治疗宫颈癌的关键,只要每年做一次妇科检查,就可以远离宫颈癌。



误区:切除子宫就不是女人了

A 误区: B超比妇科检查高级 能更早发现肿瘤

50岁的张阿姨刚刚被诊断为宫颈癌晚期。她哭着说:“孩子刚毕业,我刚退休,好日子才开始,没想到竟得了癌症。”张阿姨疑惑地问医生:“我每年都做体检,做B超,为什么都没有发现宫颈癌?为什么一发现就是晚期了呢?”进一步问诊发现,张阿姨虽然每年都做乳腺B超和腹部B超,但她已经好几年没有做过妇科检查了。这就是原因,在早期发现宫颈癌中,妇科检查B超更有帮助。

正确:妇科检查能帮助早期发现宫颈癌

宫颈癌虽然是恶性肿瘤,但是宫颈癌比较容易发现,早期如果发现性生活出血,或者妇科检查的时候一

碰就容易出血,往往预示着宫颈病变。但是很多宫颈病变的患者非常害怕做妇科检查,宁愿选择做B超,这主要有两个原因,一是有些人觉得B超比较高级,看得更清楚,能第一时间发现肿瘤;二是有些人心理上害怕妇科检查。因为做妇科检查时,常常要用到扩阴器,一些人一想到扩阴器就紧张,导致全身痉挛,越痉挛越痛,因此很抗拒妇科检查。

妇科检查主要包括外阴、内阴和宫颈检查。医生用扩阴器撑开患者的阴道后,通过肉眼观察以及触摸就能发现一些早期病变,像卵巢囊肿、子宫内膜异位症、子宫肌瘤等疾病。具体到宫颈上,如果发现

宫颈有病变,医生通常会建议患者进一步做宫颈细胞涂片检查和HPV病毒检查以确诊。

早期宫颈癌主要是靠妇科检查发现的。因为早期宫颈癌的肿瘤都非常小,因此B超根本就看不到来(B超只能看到1厘米以上的肿瘤),等到看到时,肿瘤已经是巨块型,往往已经是中晚期了。我曾遇到过过一个40多岁的患者,一直做B超检查以为是黏膜下肌瘤,后来我帮她做妇科检查,一下子就摸到一个六七厘米的大肿块,最后确诊为宫颈癌。宫颈的病变完全可以在癌前期的时候发现,只要坚持每年做妇科检查就行了。

B 误区: 性生活出血就是月经紊乱、内分泌失调

30岁的林女士结婚已经两年了。有一次,她跟先生同房后,发现有少量血迹,由于月经刚完,她以为是月经没排完的余血,就没放在心上。这种情况一直持续了一个星期,随后她发现白带开始增多,有时还伴有腰酸及下腹坠痛。她去附近的医院看妇科,医生给她开了洗液和栓剂,用了一个星期有好转,但是没过多久又犯了,就这样时好时坏。两个月后,林

小姐做了妇科检查,结果已经是宫颈癌晚期了。

正确:性生活出血是宫颈癌的典型症状

著名妇科专家林巧稚曾强调过“凡阴道出血都要看(医生)”。对于某些妇科疾病而言,这是一个不好的征兆。很多人觉得性生活出血,首先想到的是月经紊乱,或者是更年期症状,其实性生活出血是宫颈癌的典型症状之一。

很多人误认为月经紊乱就是内分泌失调,其实月经紊乱也很多,有可能是内分泌失调,也有可能是子宫内增生、子宫内膜息肉、子宫内肌瘤,还有可能是宫颈病变,绝不仅仅是内分泌失调那么简单。一般,持续一个月的阴道出血就要高度怀疑是子宫内膜癌,其次就是宫颈癌。性生活出血是个很危险的信号,一定要引起警惕,一定要去医院排查宫颈癌。

D 注意: 定期检查 远离宫颈癌

研究表明,从出现宫颈病变到最终发展成宫颈癌,一般需要经历几年的时间,如果在这段时间之内能够做到早期发现并及时治疗的话,多数患者都能有效治愈。因此,定期进行宫颈检查显得尤为重要。有性生活的女性无论

处在哪个年龄段,一年最少要做一次宫颈检查。而在预防上,应注意以下几点:

- 性生活不要过早,小于16岁有性生活史的女性宫颈癌发生率较高;
- 尽量少做人工流产,不要过

多生育;
● 尽量避免抽烟喝酒,养成规律作息;
● 洁身自好。调查显示,大于6个性伴侣且初次性交在15岁之前的,患宫颈癌的危险上升10倍以上。

C 误区: 切除子宫就不是女人了

王女士被确诊为宫颈癌已经三天了,医生表示必须切除子宫。“听说子宫切除后女性特征就会慢慢消失,变成男人,我才35岁啊,以后可怎么活?而且切除子宫还会影响性生活,我可不想因为这个影响夫妻感情。”王女士思来想去,就是不愿做手术,她到处打听有没有其他的方法可以治疗宫颈癌,“听说中药也能治疗,医生,我能不能不手术,吃中药治疗啊?”

临床发现,很多宫颈癌患者都抵制手术,认为切除子宫就没有了女性特征,这完全是错误的看法。

正确:切除子宫不影响女性特征

首先,我要强调的是,没有子宫最多不能生孩子,丝毫不影响女性特征,也不会影响性生活。子宫切除术是妇产科最常用的手术之一,很多妇科疾病的治疗须采用子宫切除术。不少患者对切除子

宫存在畏惧心理,担心自己子宫切除后会女性特征,其实不然。女性性特征的维持依赖于卵巢一卵巢所产生的女性激素。卵巢左右各一,位于子宫两旁,卵巢中的卵泡发育、成熟及排卵呈周期性地进行,并产生雌激素及孕激素,维持女性的性特征。切除子宫后,只要保留有一侧的卵巢,可使女性激素的分泌基本保持正常水平,便不会影响女性的性特征,更不会影响性生活。

至于完全依靠中药治疗宫颈癌,并不可取。宫颈癌作为一种恶性肿瘤,一旦确诊,就应拟定最恰当的综合治疗方案,一般早期以手术治疗为主,中晚期采用放疗或化疗与手术相结合的综合治疗,可配合化疗及中医药治疗。早期宫颈癌的综合治疗效果非常好,临床统计发现,早期手术的5年存活率可达到90%以上。

杏林春满

四种补法告诉你 冬季如何进补

南方医科大学中西医结合医院 彭康

冬季人们习惯于服用一些补益药物达到来年身体强健的目的。民间有句谚语:“三九补一冬,来年无病痛”。事实上,补益药很多,其作用也有不同,有的善长补气,有的善于补血,有的作用大,有的作用轻,因此,根据具体情况,选用不同的补益方法和补益药物是极为重要的。中医对虚证的补法常有以下几种:

清补法

该法是补而兼清的一种方法,多适用于外感温热病后,阴津耗损,或气阴两亏而邪热未尽的情况,见到时有低热、口渴咽干、舌红少津等。常用药物如西洋参、生地、麦冬、沙参、石斛之类,中成药如生脉饮等。

温补法

多用于阳虚的病症,常有面色苍白、四肢发冷、全身畏寒,有的还有腰酸膝软等症。常用药物如附子、肉桂、干姜等,中成药如附子理中丸、右归丸等。

峻补法

多用于身体极度虚弱甚至生命垂危的病人,如产后大出血不

止,宜用红参、野山参等益气摄血;阳虚欲脱的病人,可用参附汤(人参、附子)煎汤缓缓灌服。老年人肝肾亏虚,精血不足,往往用阿胶、龟板胶、猪牛羊肉或骨髓等血肉有情之品,大补元气,以延年益寿。

平补法

多用于身体虚弱不甚,或虽轻度血亏的病人,可用黄芪、当归炖肉食用;轻度肾亏腰酸的病人,可用杜仲炖鸡食用;有些老年人五脏俱亏,气血阴阳皆不足,这时常常从补益脾胃入手,通过平补脾胃,恢复脾胃的运化功能,方能使所食的水谷化生为精微气血,以滋养全身其他脏腑组织,起到调理恢复身体功能的作用。相反,若用峻补药物,脾胃不能消化吸收,也就起不到补益作用。

冬季进补多以温补为宜,尤其是大寒节气一年之中最冷之时,可食补、药补相结合。药补可适当选择人参、黄芪、虫草、阿胶、当归、首乌、枸杞等滋阴潜阳、益气补血之品;食补可根据身体的阴阳气血偏盛情况,结合食物的性味有选择地进补羊肉、鸡肉、猪肉、甲鱼、鳝鱼等食物。

做个体检 过个好年

南方医科大学第三附属医院 姚海延

年尾了,劳累了一年,体检是对身体最好的犒劳方式,特别是回家团聚前做个体检,安心过个好年。

职业性体检 为自己维权

长期从事接触粉尘、放射物质和其他有毒、有害物质等行业的劳动者有很大可能会患上职业病,而过年前后这段时间又是工友们的离职、找工作的高峰。过年到正规医院做一次相关体检是发现和预防职业病的有效手段。

比如在采矿、冶金、建筑、建材、装卸、机械制造等存在大量粉尘行业的务工人员,要注意定期体检。体检项目除普通体格检查(血压、肺、肝、脾、淋巴结等)外,要重点拍胸片,基本判断肺部情况,发现问题者最好进一步做肺功能检测。长期接触有机溶剂的人员,像制鞋、皮革、电子、五金、油漆、橡胶、印刷等行业使用的黏合剂、稀释剂、清洁剂等,应该查血常规、肝功能、肝胆脾胰B超、心电图等,如果皮肤和眼睛有不舒服的症状,要到相应科室进行治疗。

特别注意的是,从事职业病高危岗位的人员在就业前、离岗时都要检查并且保存资料。就业前通过体检不仅可以预先发现职业禁忌证,同时也为今后进行的体检提供参考比较的基础。务工人员离岗时体检可了解和判断从事该有害作业若干时间后,目前的健康状况和变化是否与职业病危害因素有关,分清健康损害的责任。

节前预防性体检 揪出危险隐患

一些打工者都是独自在外打拼,到了春节才能回家和配偶团聚。春节也是相对较长的假期,许多人也会选择此时“造人”。回家团聚前务必先做个体检,这不仅是对自己、对配偶负责,有时候还关系到孕育的下一代健康与否的问题,应该引起重视。

曾经有部分打工者的家属,在丈夫春节回家两三个月后,便逐渐暴露出了一些症状,经检查,发现的一般都是淋病、梅毒和尖锐湿疣。回家前到正规医院进行抽血以及尿常规检查,一般的性病都能检查出来。女性则建议做妇科检查,如果已有症状,一定要及早到皮肤科或者性病专科就诊。

有些打工者担心体检费用高,其实在常规的体格检查后,根据自己的实际情况,有针对性地做一些必要的体检,费用不会很高,却能为大家提供放心的健康参考。

有何危害? 短时间内接触噪声,可出现双耳的对称性听力下降和耳鸣;可有头痛、头晕、心悸、记忆力减退、睡眠障碍、血压升高、心率加快等症;长期接触强噪声,可出现听力损害,甚至噪声聋。噪声聋患者一般同时伴有高频的响声或嗡嗡声的耳鸣,持续性耳鸣会影响睡眠,并容易导致心理障碍的发生。噪声聋不可逆转,所以在工作中一定要做好防护措施。

如何预防? 采用低噪声设备,对噪声设备采取隔音、消音、吸声、减振等措施,如安装隔声罩、消声器等;接触强噪声的工人应佩戴耳塞,耳罩等听力防护用品;对噪声环境下作业的工人均应进行上岗前体检及定期检查,并建立噪声作业健康监护档案;合理安排劳动和休息。

有何危害? 手麻、手痛、手胀、手僵、手多汗等局部症状是本病早期和比较普遍的症状,特别是间歇

节前的体检就能给你答案了。喝酒可造成肝脏、神经系统和消化系统损伤,甚至突发心脏病、脑溢血、急性胆囊炎等疾病,造成生命危险。通过抽血查肝功能,通过B超等来判断自己有没有肝功能的损坏,另外,查查心脏、血压等是否正常,如果血压高的话回家过量喝酒也容易出意外。检查发现异常者,要遵医嘱,除了酒不能喝,饮食上也要注意,以清淡为主。

节前的预防性体检是给自己揪出危险隐患的机会,如果实在是身体某方面原因不适合喝酒,那就更加要注意,不可硬撑或强求。即使是检查暂时未发现问题的,节日前后一定要节制饮酒。

团聚前男女体检 别把病带回家

许多打工者都是独自在外打拼,到了春节才能回家和配偶团聚。春节也是相对较长的假期,许多人也会选择此时“造人”。回家团聚前务必先做个体检,这不仅是对自己、对配偶负责,有时候还关系到孕育的下一代健康与否的问题,应该引起重视。

曾经有部分打工者的家属,在丈夫春节回家两三个月后,便逐渐暴露出了一些症状,经检查,发现的一般都是淋病、梅毒和尖锐湿疣。回家前到正规医院进行抽血以及尿常规检查,一般的性病都能检查出来。女性则建议做妇科检查,如果已有症状,一定要及早到皮肤科或者性病专科就诊。

有些打工者担心体检费用高,其实在常规的体格检查后,根据自己的实际情况,有针对性地做一些必要的体检,费用不会很高,却能为大家提供放心的健康参考。

有何危害? 短时间内接触噪声,可出现双耳的对称性听力下降和耳鸣;可有头痛、头晕、心悸、记忆力减退、睡眠障碍、血压升高、心率加快等症;长期接触强噪声,可出现听力损害,甚至噪声聋。噪声聋患者一般同时伴有高频的响声或嗡嗡声的耳鸣,持续性耳鸣会影响睡眠,并容易导致心理障碍的发生。噪声聋不可逆转,所以在工作中一定要做好防护措施。

如何预防? 采用低噪声设备,对噪声设备采取隔音、消音、吸声、减振等措施,如安装隔声罩、消声器等;接触强噪声的工人应佩戴耳塞,耳罩等听力防护用品;对噪声环境下作业的工人均应进行上岗前体检及定期检查,并建立噪声作业健康监护档案;合理安排劳动和休息。

有何危害? 手麻、手痛、手胀、手僵、手多汗等局部症状是本病早期和比较普遍的症状,特别是间歇

你该了解的职业病

受访专家:广东省职业病防治院 杨敏 李旭东

尘肺病

尘肺病是我国危害最为严重的职业病,目前我国有近60万的劳动者患尘肺病,每年新发病例约1万例。

什么是尘肺病? 尘肺病是劳动者在长期的生产劳动过程中,吸入大量的生产性粉尘而发生的以肺部进行性纤维组织增生的一种慢性全身性疾病。尘肺包括矽肺、煤工尘肺、电焊工尘肺等13种,其中在广东省发病人数最多的是矽肺。

有何危害? 尘肺病早期可能没有自觉症状或症状很轻,多在职业健康体检时才发现。随着病情进展有咳嗽、咳痰、气短、胸痛等症。晚期会出现明显的呼吸困难,甚至不能平卧,以致丧失劳动能力。尘肺病是无法治愈的,目前尚无特效治疗药物,但可以通过治疗和预防各种并发症延缓尘肺病进展,延长尘肺病患者的寿命。

如何预防? 防尘要做到“革、水、密、风、护、管、教、查”八个字。革就是技术革新,使生产过程中不产生或少产生粉尘;水即湿式作业,降低作业场所粉尘的产生和扩散;密就是密闭尘源,对不能采取湿式作业的场所,应采取密闭防尘的办法;风即是通风除尘,通过合理通风来稀释和排出粉尘;护就是个体的防护,为接触粉尘的工人佩戴合格的防尘口罩;管即是加强管理,认真贯彻落实《职业病防治法》等法律法规,建立健全定期监测和职业健康监护等制度;教就是宣传教育,对企业的法

人、安全生产管理人员、接触粉尘的工人进行职业病防治法律法规和尘肺病防治基本知识的培训、宣传教育;查即是加强对接尘工人上岗前、在岗期间、离岗时的职业健康检查。

有机溶剂中毒

有机溶剂常存在于粘合(胶)剂、金属部件清洗剂、衣料洗涤剂、涂料、印油、墨汁、涂改液中。有机溶剂的种类很多,成分复杂,常用的如苯(俗称天那水),正己烷(俗称白电油),三氯乙烯(俗称三氯水、洗板水),二氯乙烷(俗称3435胶)等。

苯中毒 苯又称天那水,在制鞋、家具及箱包生产等行业中大量使用。长期接触苯会影响人的造血系统,表现为白细胞降低或血小板减少。早期可有疲倦、眩晕、头痛等不适。严重时可见皮肤小出血点和淤斑、流鼻血、牙龈出血等,女性可能会出现月经过多。如果10年以上低剂量接触苯可能会导致白血病,患白血病的概率是常人的26倍。

三氯水、洗板水,广泛应用于电子、五金及电镀等行业的清洗工艺。工人接触后可导致严重过敏反应——药疹样皮炎,多为入厂2个月以内的新工人。主要表现为发烧、皮疹、眼结膜及面部发黄等,容易被误诊为感冒、麻疹、猩红热等。病情进展快,病程凶险,切勿自行服药观察,应立即送专科医院治疗。

如何预防? 用人单位必须向劳动者提供符合职业卫生标准的工作场所。作为有机溶剂的使用企业应当向生产厂商和供货商索取化学物安全技术说明书,并应知晓其毒性、操作注意事项以及紧急应变措施;严格遵守操作规程,使用个人防护用品;有机溶剂不可随意倾倒,应倒入专用的存放容器内并应随手加盖;工作场所的通风换气设施在工作期间不得停止运转;养成良好的个人卫生习惯,接触有机溶剂后及时冲洗,不在工作场所进食、喝水、吸烟、不用有机溶剂洗手去油污。

其他职业病

噪声聋 噪声聋是指劳动者在工作场所中,由于长期接触噪声而发生的渐进性的感音性听觉损害。工作场所中操作各种机床、纺织机、碎石机、轧钢机、通风机(脚趾)麻木、疼痛、上楼费力,继而出现肌无力、走路困难、拖步或下肢瘫痪等。脱离接触正己烷并积极治疗,症状可逐步恢复好转直至恢复健康。

26岁的谭某从2013年7月就开始发生四肢软瘫、意识不清,性格容易激动、多疑,甚至有被害妄想的症状。有一天,谭某意识模糊跌入河中,被送到医院后检查发现谭某脑电图中度不正常,初步诊断为精神病被转到广州市脑科医院治疗。治疗期间查不出病因,但医生发现谭某在一家公司PVC粉碎车间的从事铲粉工作,长期接触高温和PVC粉尘,于是,医生请来职业病防治专家会诊,并确诊为“职业性急性重度三甲锡中毒”。

案例

职业病不是白领的专利,也不是颈椎病、腰椎劳损的代名词。职业病是指劳动者在职业活动中,因接触粉尘、放射性物质和其他有毒、有害物质等因素而引起的疾病。目前,我国的法定职业病共有10大类、132种,广东出现的就有68种。据监测,我省6000万劳动力人口中,接触职业病危害因素的人群约有2000万人。

据广东省职业病防治院公布,我省职业病防治形势严峻,职业病呈高发态势,发病人数居高不下且逐年攀升。在全省确诊职业病病例中,宝石加工、集装箱、陶瓷制造等行业发生的尘肺病占38%,电子、五金、箱包制造等行业发生的10大类、132种,广东出现的就有68种。据监测,我省6000万劳动力人口中,接触职业病危害因素的人群约有2000万人。

职业病诊断处理流程图

