

宫颈癌前病变 ≠ 宫颈癌

◇受访专家:中山大学附属第一医院妇科 何勉

宫颈癌前病变即宫颈重度上皮内瘤样病变,是指癌变发生前宫颈部位发生的病变,而由此引发癌变的病变。宫颈癌的发生和发展有一个渐进的演变过程,时间可以从数年到数十年,一般认为这个演变过程经过这样几个阶段:宫颈上皮内瘤样病变、宫颈早期浸润癌、宫颈浸润癌。宫颈癌被称为女性第二大“红颜杀手”,发病率逐年攀升,随着人们对健康的重视,很多人“谈癌色变”,一看到检验单有“癌”这个字就紧张得不行了,殊不知宫颈癌前病变距宫颈癌可能有相当长的距离,及时治疗是可以治愈的。本文特别邀请了中山大学附属第一医院妇科主任医师何勉为大家解惑。

A HPV是罪魁祸首

“无论是宫颈前病变也好,宫颈癌也好,他们的罪魁祸首都是HPV病毒。”何勉告诉记者。HPV全名叫人乳头瘤病毒,HPV家族成员非常多,有100多个,分为高危型和低危型。HPV病毒感染非常普遍,女性一生中感染HPV病毒的风险高达75%。大部分感染HPV病毒后没有任何症状,在身体免疫力正常的情况下,HPV病毒会自动被人体清除掉。“但若是高危型HPV病毒长时间持续的感染就有可能引发宫颈癌。最新统计显示,中国

女性前五大高危型HPV病毒感染型别为16、18、58、52、33,这五种HPV病毒在宫颈癌中占到93%。所以,一旦检查发现HPV高危型病毒阳性要引起重视。”何勉说。人体从感染HPV病毒到引起宫颈癌前病变,直至发展为宫颈癌大约需要几年甚至数十年的时间。“近年来,国际上对宫颈鳞状上皮癌前病变的描述有了一些变化。新采用更加简单的两级分类法代替了以往的两级分类。两级分类是指分为低级别鳞状上皮内病变(以

下简称LSIL)和高级别鳞状上皮内病变(以下简称HSIL),三级分类分为CIN1、CIN2和CIN3。采用新分类的好处在于可以更好地了解感染HPV病毒相关病变的发展特点,更好地指导临床治疗。经过宫颈活检证实的LSIL整体预后良好,可以定期复查,而HSIL则要进行临床治疗,按宫颈癌前病变进行处理。当然,宫颈前病变不等于宫颈癌,其处理简单得多,及时治疗是可以治愈而不会发展为宫颈癌。”何勉解释。



B 宫颈癌筛查三阶梯

宫颈癌发病比较隐匿,一般不表现明显症状,或仅有一般宫颈炎症的症状,如白带增多,也有患者白带带血或性生活后少量阴道流血等,常常被忽略。

第一阶梯:宫颈脱落细胞学检查+高危型HPV检测

首先进行宫颈脱落细胞学检查,现在多采用的是宫颈薄层液基细胞学的方法(简称TCT)来检查,医生在显微镜下观察宫颈脱落细胞,查看是否异常,如果发现有意义不明的非典型鳞状细胞(简称ASCUS)或者更高级别的病变,通常建议进行高危型HPV检测。如果高危型HPV阴性,问题不大,按医生建议定期复查

即可;如果高危型HPV阳性,可以进一步做HPV病毒具体型别的检查,如为HPV16或HPV18阳性,建议做阴道镜检查,也可以1年后复查宫颈细胞学和HPV,根据具体情况再做下一步处理。

“只要有性生活的女性都有可能感染HPV病毒,但是这对很多年轻女性来说HPV病毒感染是一过性的,所以现在不建议对25岁以前的女性单独采用HPV检测来筛查宫颈癌,甚至不建议对小于21岁的女性做宫颈癌的筛查。”何勉强调。

第二阶梯:阴道镜检查

阴道镜检查是通过高倍镜

放大观察宫颈前病变好发区域表层的细微变化判断宫颈有无病变,对于宫颈鳞状上皮癌前病变的早期发现、早期诊断具有重要价值。

第三阶梯:宫颈组织病理学检查

如果阴道镜检查怀疑宫颈存在异常应取组织送病理检查。阴道镜检查可以全面观察宫颈前病变和癌变高发区,对可疑病变部位进行多点活检,是确诊宫颈前病变和宫颈癌的方法。

“经过以上三步检查,就可以确定宫颈有无病变以及病变的程度,采取相应的治疗方式。”何勉告诉记者。

C 宫颈癌前病变如何治疗?

“一旦确诊为宫颈前病变,患者一定要高度重视,但同时也要注意不过于紧张。至于

治疗方式和方法要根据患者的病变程度、年龄、生育要求等综合考虑。”何勉说。

年轻女性“且看且珍惜”:据研究表明,所有感染HPV病毒并最终发展成宫颈浸润癌

D 定期检查是预防王道

女性不足2%。临床处理中,对于大部分经过宫颈病理组织学诊断的HSIL需进行宫颈锥形切除术,宫颈锥切术既切除了宫颈局部病灶,达到满意治疗效果,又保留了生育功能。宫颈电环切除术(LEEP锥切术)可在局部麻醉下施行,大约5~10分钟即可完成,手术后可能会有一段时间阴道流血,4~6周手术切口便可愈合。但是对于年轻女性,特别是未完成生育的女性,若宫颈活检结果是LSIL,建议随访为主,通常不做积极处理;即使是HSIL,临床上也

应结合病灶大小、感染HPV的具体型别、HPV阳性持续时间等因素给予个体化处理。“目前,针对HPV病毒感染尚没有特效治疗药,我们唯一需要做的就是定期复查。”何勉再次强调。

“中老女性‘且做且思量’:据统计,我国宫颈癌高发年龄在44~54岁之间。对于发生在这个年龄段特别是已绝经女性宫颈癌前病变的处理需要格外注意,由于宫颈活检结果通常隐匿于宫颈管内不易暴露,处理上要提防遗留病变。”

怎样预防宫颈癌前病变呢?何勉介绍说,预防宫颈癌前病变主要需做好以下几点:避免过早性生活,注意自我保护,尤其避免不洁性行为;宫颈脱落细胞学检查迄今仍为预防宫颈癌的有效方法,应定期行妇科体检;留心宫颈癌的早期信号,如性生活后阴道流血,即使极少量或偶尔出现也不能忽略,及时就医查明原因;早期发现宫颈癌前病变给予恰当处理,效果也非常好;当然,接种HPV疫苗可以达到防止HPV感染,最终达到预防宫颈癌的目的。“宫颈癌前病变并不可怕,早发现早治疗是完全可以治愈的。”何勉再次强调。(本报记者赵莹 本报通讯员彭福祥)

好“孕”不来 原来是黄体在“搞鬼”

◇医学指导:广东省妇幼保健院妇科 和秀魁

案例:

黄小姐结婚好几年了。一直想要个孩子,但却迟迟“孕”不来,后来去到医院检查,医生告诉她,由于排卵后的黄体功能不全,不能分泌足够的孕激素,使得分泌期子宫内膜发育迟缓或停滞而致受孕困难不能顺利地在内膜上着床,所以就导致她迟迟不孕了。

黄体与怀孕千丝万缕的关系

什么是黄体?通俗地说,就是排卵后剩下的卵泡壁细胞发育形成的具有内分泌功能的腺体。可别小看了这个黄体,它的作用可大了,它能分泌孕激素来调节我们的子宫内膜状态。我们知道,子宫内膜的状态对于受孕来说是很重要的,就如播种和土壤的关系一样。如果土壤不肥沃,种子种下去也不能发芽。那么在受孕过程中,子宫内膜有怎样的变化呢?子宫内膜在排卵前,在卵巢分泌的雌激素的作用下成为增殖期内膜,而到了排卵后,在卵巢分泌的孕激素的共同作用下,子宫内膜由原来的增殖期转换成分泌期,从而为受精卵的着床做好准备。如果此时没有受精卵结合受孕,那么黄体就会发生萎缩,月经就会如期而至;而如果此时卵子能与精子结合受孕并顺利着床到子宫内膜上,受精卵发育后滋养细胞产生的绒毛膜促性腺激素(HCG)就会支持黄体继续发育,使得原来的月经黄体变成妊娠黄体,从而产生更多的孕激素,进而使内膜得到更丰富的孕激素,让胚胎能够更好地在内膜上着床发育。但是,如果卵巢排卵后黄体功能不足,那么,就可能影响到孕激素的分泌而致子宫内膜不能及时转换成

分泌期或转化不足,进而影响了受精卵的顺利着床,因此,这类女性往往会出现不孕或反反复复的流产,同时,也会保持月经频繁来,即月经周期缩短。

为什么会黄体功能不全呢?

首先,由于黄体是卵泡壁细胞发育而来,所以,任何能导致较为严重排卵紊乱的因素,都容易引起黄体功能不全,如丘脑-垂体-卵巢轴功能不完善、卵巢排卵功能障碍、卵泡本身不成熟等。另外,临床中也发现,高泌乳素血症、慢性盆腔炎或子宫内膜异位症等,也可伴有黄体功能不全。

黄体功能不全怎么办?

黄体功能不全的患者容易出现月经周期缩短、反复流产或不孕,所以此类女性患者应尽早到医院进行诊治。医生可以通过很多方法诊断黄体功能不全,多以基础体温测定、子宫内膜活检以及黄体期孕酮水平的测定相结合诊断。一旦诊断黄体功能不全时,最常用的治疗方法就是通过肌注或口服天然孕激素药物来补充体内孕酮的不足,以改善黄体功能,使子宫内膜发生分泌期变化,从而为孕卵的顺利着床提供有利条件;还可以先通过促进卵泡发育来治疗,视排卵情况决定是否需要补充孕酮。另外,对于一些因原发病如前面提到的子宫内膜异位症、慢性盆腔炎等,则需要调节卵泡生长的同时,也有针对性地对原发病进行治疗,这样才能达到纠正黄体功能不全的目的。由于药物的使用因人而异,所以这些治疗需要在正规医院医生的指导下进行。(本报通讯员 林惠芳)

判断孩子冷暖有学问

◇医学指导:广东省第二人民医院 陈健飞

今年广东地区入冬可以用“冷热随机”来形容。伴着天气的变化,在对待孩子的穿衣问题上,家长各有各的说法。小孩子不会说话表达自己的感受,添衣减衣全靠家长判断,怎么才能确定孩子是冷是热呢?

摸手脚,不靠谱

孩子手脚和脸蛋冰凉,不一定表示不够暖和。因为孩子的血流分布集中在躯干、内脏,四肢分布较少,这使得远离心脏的手、脚特别是指尖部分血液循环较差,容易有手脚凉的现象。同时,小孩子的体温调节中枢功能尚未发育完善,机体不能很好地对温度的变化,此时急急忙忙给孩子添衣,可能会损坏孩子。

如果触摸孩子的颈背部暖和而手脚冰凉,可以给孩子戴上手套和(或)脚袜保暖,避免受凉或冻伤。

摸后颈,知冷暖

确定孩子是冷是暖,家长摸摸孩子的颈背就可以了。“颈背离心脏较近,能比较准确地反映真实体温。”专家介绍。将手掌从孩子后衣领伸入,摸孩子的后颈和背心处,感觉皮肤温暖干燥,表示穿衣合适;如果潮湿有汗,说明穿多了,如果感觉冰凉,就

要及时添衣。测试时,要注意大人的手掌温暖干燥,以免对孩子造成刺激。

在这里建议:1岁以内的孩子,可比大人多穿一件(平均厚度的)衣服;1~2岁的孩子,可以跟大人穿得一样多;3岁以上的孩子基本能表达冷暖,可根据孩子的感觉意愿穿衣。

打喷嚏,别慌张

很多时候,家长一听见孩子打喷嚏就紧张,以为着凉了,赶紧添衣。其实,新生儿尚未出生时,母体的羊水环境是清洁纯净的,出生后的孩子,体内温差影响,以及外界的细菌刺激,都会刺激孩子打喷嚏。如果打喷嚏同时伴流鼻涕,才可能是感冒了。

不少家长会煮葱白水、红糖姜水给孩子喝治感冒。6个月内的婴儿,不建议使用这种方法,以免刺激娇嫩的胃部。6个月之后,添加了辅食,可适当使用。此外,这个方法只对着凉引起的感冒,初起时使用能奏效。感冒是自愈性疾病,也就是说,不用药可以自己好。让孩子注意休息,多喝水,可以缩短病程。如果症状持续加重或出现高热等,需要及时去看医生,确诊是否还有其他病因。(本报通讯员 高龙)

冻疮与冬天说再见

◇医学指导:广东省皮肤病医院 谷梅

大多数人到了冬天都有一个困扰,那就是又痒又疼的冻疮,它让人颇为头痛。冻疮是冬天的常见病,如何在冬季有效预防冻疮呢?

一年生冻疮,年年生冻疮

冻疮是机体受到寒冷侵袭后,发生在末梢部位的局限性红斑炎症性疾病。由于皮肤受到寒冷刺激后,局部细小动脉血管强烈收缩,引起皮肤缺血缺氧,细胞损伤,久之血管麻痹性扩张,血浆渗出,形成水肿及组织坏死。冻疮在气温10℃以下的湿冷环境中容易发生。因为潮湿环境中,体表散热加速,故冻疮发生率高。此外,手足多汗、局部血液循环障碍,均可诱发或加重冻疮。

冻疮一般好发于四肢末端及暴露部位,如手指、脚趾、面颊、耳廓等。皮肤破损为局限性红肿或紫红色肿块,冻疮位置的皮肤温度低,有痒感。受热后局部肿胀更显著,易出现水泡,水泡破后形成糜烂及溃疡,伴有疼痛,愈后可遗留色素沉着及萎缩性瘢痕。儿童及青

年妇女或周围血液循环不良者,同一部位易反复发作者,因此有“一年生冻疮,年年生冻疮”的说法。

如何让冻疮远离自己?

首先,要适当地增加体育锻炼,以促进血液循环的同时增强体质;其次,易患冻疮的人入冬前就开始坚持冷水洗手和脚,可以促进局部皮肤的血液循环,消除微循环障碍,改善皮肤的营养状态外,同时也可以提高皮肤适应外界环境变化的能力;最后,每天数次搓手和伸屈关节,每次数分钟至局部皮肤发热为止,可以预防冻疮的发生。注意补充适当的营养,多吃富含维生素A、E、C的食物,如胡萝卜、动物肝脏、坚果、鱼类等。除局部保暖外,全身保暖也很重要。此外,手套、鞋袜不易过紧。如已患冻疮但未破溃者,可外用维生素E乳膏、10%樟脑软膏或辣椒酊。有溃疡者可外用百多邦软膏、红霉素软膏、猪油蜂蜜软膏等。严重的患者要到正规医院治疗。(本报通讯员 洪熾)

杏林春满

冬季吃羊好时节

◇医学指导:广州市第一人民医院南沙医院 邓聪

羊肉最适合在冬季进补食用,其味甘性温热,有补虚温中、益肾壮阳的作用,是冬季防寒温补的必备美味之一。《本草纲目》曰:“羊肉能暖中补虚,补中益气,开胃健身,益肾气,养阴明目,治虚劳寒冷,五劳七伤”。汉代医圣张仲景的“当归生姜羊肉汤”已成为家喻户晓的佐膳食疗。羊浑身上下都是宝,除羊肉外,羊肾、羊心等对人体都有一定的补益作用和药用价值。以下介绍三款既美味可口,又能强壮身体的羊食疗。

仙灵子羊肉汤

【材料】仙灵脾30g,椰子1个,羊肉1斤,生姜3两,龙眼肉15g,红枣10枚。

【方法】1.新鲜羊肉,斩件,放入滚水中滚五分钟左右,捞起,用清水洗净,备用。2.椰子去壳,取肉,保留椰子浆水。洗干净椰子肉,切块,备用。3.仙灵脾、龙眼肉、红枣分别洗净,红枣去核。4.生姜洗净,刮去姜皮,切厚片,用刀背拍松,备用。5.瓦煲内放入适量清水,先用猛火煲至水滚,然后加入以上全部材料和椰子浆水,煲水再滚起,改用中火继续煲约3小时,加盐,即可饮汤吃肉。

【功效】有补益脾胃、补肾壮阳、补血强身的作用。该汤水甜美可口,经常饮用,可以强壮身体,增强机体的御寒能力,减少发生虚弱性疾病的机会。如果身体虚弱、肾阳虚、精神不振、头晕目眩、耳鸣、耳聋、畏寒怕冷、手脚不温、心跳、失眠、小便频密、夜尿多、男子阳痿、不育、女子宫寒、月经不规律、不孕,可以用此汤佐膳作食疗。

【禁忌】身体燥热、感冒发热未愈、燥热咳嗽者不宜多饮。

海参羊腰汤

【材料】已发海参12两,牛膝15g,羊腰1对,生姜2片,红枣2枚。

【方法】1.羊腰剖开成两片,洗净,切去筋膜,洗净,切成片状,备用。2.已发海参、牛膝、生姜、红枣分别洗净,备用。生姜刮去姜皮,红枣去核。3.瓦煲内放入适量清水,先用猛火煲至水滚,然后加入以上全部材料,改用中火继续煲约3小时,加盐,即可饮汤吃肉。

【功效】有滋阴补肾、强壮筋骨的作用。该汤滋补有益,不寒不燥。身体虚弱、肾气虚衰、面色萎黄、腰脊疼痛、双腿无力、手足心热、心跳、失眠,都可以煲此汤佐膳作食疗。

【禁忌】大便稀烂、腹泻的人和孕妇不宜饮用。

肉肉豆豉羊心

【材料】龙眼肉15g,黑豆2两,羊心1个,南枣10枚,陈皮1角。

【方法】1.先将羊心剖开成两片,切去筋膜,洗净,切成片状,备用。2.龙眼肉、南枣、陈皮分别洗净,备用。3.黑豆放入铁锅中,不必加油,炒至豆衣裂开,取出洗净,晾干水,备用。4.瓦煲内放入适量清水,先用猛火煲至水滚,然后加入以上全部材料,改用中火继续煲约3小时,加盐,即可饮汤吃肉。

【功效】有健脾补心、健体养颜、养心安神的作用。可以乌须黑发、美容颜、滋补强壮身体、补益气血。如果身体虚弱、心惊、心跳、盗汗、思虑过多、烦躁不安、须发早白,不妨用此佐膳作食疗。

【禁忌】身体燥热、生疮之人不宜多饮。(本报通讯员 陈瑞璇 魏星)

疾控驿站

预防乙肝 接种疫苗最有效

◇广东省疾病预防控制中心 郑慧贞 邱泉

者及器官移植者。(二)存在性暴露感染风险的人群:包括男同性恋者、多性伴者及性伴为HBsAg阳性者。

(三)存在职业暴露风险的人群:如医务人员、经常接触血液的人员、医学院校学生、救援(公安、司法、消防、应急救援等)人员及福利院、残障机构和托幼机构工作人员。

(四)其他人群:如乙肝以外的其他慢性肝病患者、HBV高发区的居住者及旅行者、免疫缺陷或免疫低下者、艾滋病病毒阳性者。

【免疫程序】乙肝疫苗全程需接种3剂次,免疫程序为“0-1-6”,即接种第1剂次疫苗后,间隔1个月和6个月分别接种第2和第3剂次疫苗。新生儿要在出生24小时内尽早接种乙肝疫苗,越早越好。

(一)新生儿 孕妇分娩前应检测乙肝两对半,根据检测结果决定新生儿乙肝疫苗接种方案。

正常体重新生儿:母亲HBsAg阴性,新生儿在出生后24小时内接种第1剂次10μg乙肝疫苗,间隔1个月和6个月分别接种第2和第3剂次10μg乙肝疫苗。母亲HBsAg阳性,新生儿在出生后12小时内注射乙肝免疫球蛋白(以下简称HBIG,剂量≥100IU),同时在不同部位接种20μg CHO乙肝疫苗,间隔1个月和6个月分别接种第2和第3剂次10μg CHO乙肝疫苗。新生儿在出生12小时内注射HBIG和乙肝疫苗后,可接受HBsAg阳性母亲的哺乳。建议HBsAg阳性母亲所生新生儿在9~12月龄时(完成乙肝疫苗全程免疫1个月后)检测HBsAg和抗-HBs,如果没有产生保护性抗体,再按“0-1-6”程序接种3剂次10μg CHO乙肝疫苗。

如果孕妇分娩前HBsAg情况不明,应尽快抽血进行化验。当测试结果未知时,新生儿在出生后12小时内接种第1剂次10μg CHO乙肝疫苗,暂不注射HBIG。一旦化验结果证实

者及器官移植者。(二)存在性暴露感染风险的人群:包括男同性恋者、多性伴者及性伴为HBsAg阳性者。(三)存在职业暴露风险的人群:如医务人员、经常接触血液的人员、医学院校学生、救援(公安、司法、消防、应急救援等)人员及福利院、残障机构和托幼机构工作人员。(四)其他人群:如乙肝以外的其他慢性肝病患者、HBV高发区的居住者及旅行者、免疫缺陷或免疫低下者、艾滋病病毒阳性者。

【免疫程序】乙肝疫苗全程需接种3剂次,免疫程序为“0-1-6”,即接种第1剂次疫苗后,间隔1个月和6个月分别接种第2和第3剂次疫苗。新生儿要在出生24小时内尽早接种乙肝疫苗,越早越好。

(一)新生儿 孕妇分娩前应检测乙肝两对半,根据检测结果决定新生儿乙肝疫苗接种方案。