



图 视觉中国

# 妇科B超单里的“囊肿”要这样解读!

受访专家/广州医科大学附属第三医院妇科主任医师 付熙文/羊城晚报记者 余燕红 通讯员 黄瑾琪

不少单位每年都会为女性职工安排体检,每当体检结果出来,B超报告单上“宫颈纳囊、卵巢囊肿、巧克力囊肿……”各种有关于“囊肿”的字眼往往会让不少女性朋友感到忐忑不安、担忧害怕。

这些都是什么呢?它们与各种妇科疾病、癌症是否有关?如何治疗和预防?广州医科大学附属第三医院妇科主任医师付熙表示,要理性看待检查报告中的结果,不要过度担忧害怕,有些疾病只是生理性的原因,只要我们有效地进行预防,就能避免其发展成恶性的肿瘤。

## 解读1 子宫颈腺囊肿

子宫颈腺囊肿又称宫颈纳囊,是宫颈炎的一种。多数女性无明显不适症状,主要表现为白带增多,白带黏稠、呈脓性样或带有血丝和少量血液,如伴发盆腔炎则可出现下腹部或腰骶部疼痛,或痛经。

付熙指出,对于分散的比较小的子宫颈腺囊肿,如无特殊不适,一般不需要治疗,只要每年做检查即可;对于密

提醒:白带有改变要当心,保持阴部清洁是硬道理

## 解读2 卵巢囊肿

卵巢囊肿,顾名思义就是卵巢中充满液体的囊,属于广义上的卵巢肿瘤的一种,在有规律经期的女性中很常见,可发生在一侧或双侧卵巢。卵巢囊肿的直径大小通常为1~3cm,少数可超过5cm。大多数是良性的、非癌性的。女性每月排卵后卵巢都会生理性囊肿,但月经期自己就会萎缩消失。即使是病理性的卵巢囊肿,大部分情况下也是良性的肿瘤。

付熙建议,生育年龄者的卵巢囊肿直径小于5cm,且无症状者可密切随访,70%的囊肿可自然消退。如果囊肿不断增大,应进一步做相关检查治疗排

提醒:部分卵巢囊肿会“恶变”,戒烟限酒可防癌

除恶性肿瘤的可能。值得注意的是,有一部分卵巢囊肿是恶性肿瘤,多见于绝经后新出现的卵巢囊肿,因此,不明原因引起的腹痛、腿痛的绝经期女性,要及时就诊和处理。

女性要注意戒烟限酒,少吃咸和辣、过热、过冷、过期或变质的食物;加强体育锻炼,增强体质,多在阳光下运动,多出汗可将体内酸性物质随汗液排出体外,避免形成酸性体质;养成良好的生活习惯,有良好的心态应对压力,劳逸结合,不要过度疲劳,使各种癌症疾病远离自己。

提醒:卵巢囊肿+巧克力是“小菜”,腹腔镜可轻松确诊

生育年龄妇女最常见的疾病之一,发病率为10%~15%。下腹痛和痛经为主要症状,疼痛常于月经来潮时出现,并持续至整个经期。此外患卵巢巧克力囊肿女性还会出现月经量增多、经期延长、月经淋漓不尽、性交不适等症状,不孕率高达40%。

付熙表示,临幊上可根据患者年龄、症状、体征、病变范围以及对生育要求、患者的主观愿望等因素加以选择,进行个体化治疗。目前认为以腹腔镜确诊、手术+药物为治疗的金标准。

卵巢囊肿虽然是良性疾病,却有增生、浸润、转移及复发等恶性行为。此类卵巢囊肿是25~45岁的

清洁,防止病原体侵入引起发病;避免房劳过度,注意性卫生,性生活前后清洗外阴,配偶要注意清洁阴茎的包皮垢;采取避孕措施时,尽量避免多次人流对宫颈的机械性损伤;注意经期、流产期及产褥期卫生,经期、产后应严禁性交、盆浴,避免病原体乘虚而入;定期做妇科检查,发现宫颈炎症予以积极治疗。

## 解读4 卵巢肿瘤

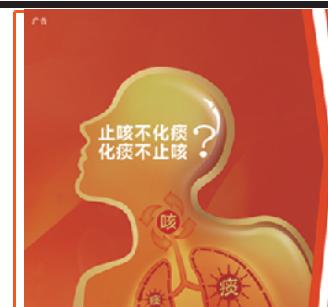
提醒:早期常无症状,卵巢癌筛查很重要

卵巢肿瘤是常见的妇科肿瘤,可发生于任何年龄。卵巢恶性肿瘤是女性生殖器三大恶性肿瘤之一。其致死率居妇科恶性肿瘤首位。随着宫颈癌及子宫内膜癌诊断和治疗的进展,卵巢癌已成为严重威胁妇女生命的肿瘤。

卵巢位于盆腔深部,平时不易扪及或查得。早期肿瘤较小,多无症状,往往在妇科检查时偶然发现。肿瘤大至占满盆腔时,腹部隆起并可出现尿频、便秘、气急、心悸时再就医,恶性肿瘤已不是早期,应提高警惕。

“20%~25%的卵巢恶性肿瘤患者有家族史。”付熙解释,所谓家族聚集性卵巢癌是指一家数代均发病,主要是上皮性癌。著名好莱坞电影明星安吉丽娜·朱莉,通过基因测序得知自己是BRCA1突变基因携带者,患上乳腺癌和卵巢癌的概率分别是80%和50%,所以毅然接受预防性乳腺和卵巢、输卵管切除。

付熙指出,恶性肿瘤早期常无症状,卵巢癌筛查很重要,对BRCA基因突变者建议行预防性卵巢切除。



香雪橘红痰咳液  
久咳·夜咳·痰多  
又止咳又化痰



德叔

医古系列

201

## 霜降至,年长解便难,益气养阴通肠道

文/羊城晚报记者 陈映平 通讯员 沈中

### 医案

梁姨,57岁,反复便秘7年余  
57岁的梁姨有个困扰多年的问题——便秘,常常好几天才能正常如厕一次,排便时非常费力,家里要常备开塞露、番泻叶等通便的药物。前段时间梁姨感觉老毛病加重了,同时

还伴有口干、失眠、怕冷、汗多等症状,吃保健品一段时间后不但没有效果,还出现胃胀、嗳气、反酸等不适。梁姨无意中在羊晚报纸上看到“德叔医古”,于是来找德叔看病。

德叔解谜 年长致耗气,肠失濡养,推动无力  
中医认为人体粪便排泄与大肠密切相关,而这一过程的实现必须以畅通的气机(气的运动)及足够的阴液润肠道为前提。古代有医家提到“年四十而阴气自半”,意思就是随着年龄逐渐增长,气还不够,阴液不足了,进而发生气虚推动无力,阴虚润不到了肠道的情况,而梁姨滥用通便药物又加重这种损耗,造成反复

预防保健 纠正不良习惯,配合穴位按揉

德叔建议梁姨要养成定时排便的习惯,每次排便时间不能太长,摒弃阅读书籍看报的习惯。强调不可滥用泻药,防止药物使用不当而使症状加重。霜降属秋末初冬时节,天气渐冷,但白天依然阳光明媚,要适当增加衣物,同时可以配合中药沐足缓解,具体如下,艾叶20克,火麻仁40克,放入锅中,加入适量清水煎煮30~40分钟。取药汁倒入泡脚盆中,待温时(水

温45℃左右为宜)开始泡脚,每天10~15分钟,1周4~5次,可以温阳通便。另外还可以做穴位按摩,具体选天枢穴(位于腹部,肚脐旁开2寸,约3横指处,左右两侧各一)、支沟穴(位于前臂背侧,手腕关节上3寸,约4横指处),用拇指或食指指腹,置于穴位按揉,力度要适中。每个穴位按揉150~200次,每日1次。有补气润肠通便之效。

德叔养生药膳房

苁蓉鸽肉  
材料:母鸡半只,黄芪15克,肉苁蓉20克,精盐适量。  
功效:健脾温肾,益气通便。  
烹制方法:各物洗净,母鸡切块,放入沸水中焯水;上述食材一

同放入锅中,加清水2000毫升(约8碗水量),武火煮沸后改文火煲1.5小时,放入适量精盐调味即可。此为2~3人量。

香雪制药

广东省爱牙工程

进口种植牙  
种一送一

每日补贴:100人

申领范围:所有缺牙人士(牙齿松动、牙  
齿脱落、单颗缺牙、多颗缺  
牙、全口/半口缺牙等)

申领热线:020-8375 2288

2019年10月29日/星期二/专刊编辑部主编/责编 余燕红/美编 丘淑斐/校对 潘丽玲 A16

## 专题

2019年10月29日/星期二/专刊编辑部主编/责编 余燕红/美编 丘淑斐/校对 潘丽玲 A16

# 三年前种牙的人说:后悔没早点种!

“广东省爱牙工程”派福利:缺牙市民10月拨打020-8375 2288可申领进口种植牙种一送一,享平均临床经验超15年博硕学位专家亲诊,预约到院免挂号费、专家会诊费、种植方案设计费!

### 数字化舒适种植牙亲历者



朱老伯 62岁

牙齿症状:失去咀嚼能力、日常饮食依靠搅拌机。

种牙方案:数字化舒适种植上颌3颗,下颌4颗。

### 用了三年,和真牙一样坚固

“我一共种了7颗牙,是不是看起来和真的一样。”朱老伯开心地露出一口整齐的好牙,“不仅以前的牙美观,而且还很坚固,现在吃东西很得劲儿。”

朱老伯表示很感谢广州某口腔机构,种植牙使用三年来很方便,没出现什么后遗症。按照医生的提示,朱老伯按部就班做口腔清洁工作、注意牙周维护、定期回院复查,“因为专家告诉我这样可以使种植牙用得更久,国外有个人用了50多年现在还好的好的,我也想!”乐呵呵的朱老伯提起数字化舒适种植牙就赞不绝口。

### 他容光焕发,仿佛年轻好几岁

“种牙前,连棵青菜都咬不动,需要像小孩一样用搅拌机打成糊糊才能吃。现在经常和家人朋友早茶,吃得好开心!”朱老伯有些激动地分享种牙后的生活,容光焕发的他仿佛年轻了好几岁。以前没了牙齿只能强忍着看别人吃,现在科技进步有了数字化舒适种植牙技术,缺牙市民也可以重享口福。他希望有相同遭遇的长者别忍着,早种牙早享福。

### 数字化舒适种牙,最多缺牙者选

通过采访,记者切实感受到一口好牙对长者的重要性,也知道了数字化舒适种植牙的魅力所在——很好地解决缺牙者“怕痛、怕不安全”等担忧。

作为数字化种植牙标杆机构,广州某口腔机构从多方面优化整合口腔诊疗体系,提升国内口腔诊疗水平。拥有数字化导板输出端口,有着近两百位临床经验丰富的知名专家,其中博硕专家近三十位,院内成立了十五大质控小组,保证客户每一项治疗都有质量监控,为种牙市民的诊疗安全层层把关。



每位客户的种植方案由6~10位博硕专家多重把关



术前用电脑数次模拟种植,保证植体就位精准

### 通知

### 《广东省爱牙工程》

进口种植牙  
种一送一

每日补贴:100人

申领范围:所有缺牙人士(牙齿松动、牙  
齿脱落、单颗缺牙、多颗缺  
牙、全口/半口缺牙等)

申领热线:020-8375 2288



功能主治:  
清热解毒,散风止痛。  
用于肺胃蕴热引起,头目眩晕,  
口鼻生疮,风火牙痛,暴发火眼,  
咽喉疼痛,耳鸣肿痛,大便秘结,  
皮肤刺痒。  
禁忌:孕妇忌服。  
注意事项:对本品过敏者禁用,过敏体质者慎用。  
不良反应尚不明确,其它注意事项详见说明书。  
请按药品说明书或咨询医师或药师后服用。  
贮藏: 北京市丰台区西三环中路20号



OTC  
功能主治:  
补血滋阴,润燥,止血。  
用于血虚萎黄,眩晕心悸,  
心烦不眠,肺燥咳嗽。  
注意事项:对本品过敏者禁用,过敏体质者慎用。  
禁忌:不良反应尚不明确,其它注意事项详见说明书。  
请按药品说明书或咨询医师或药师后服用。  
贮藏: 北京市丰台区西三环中路20号



北京同仁堂科技发展股份有限公司制药厂