



不要不好意思 “同房出血”要小心

文/罗喜平

李女士今年50岁，最近两个多月以来，每次与先生同房后，床单上都有一丝血迹，一开始李女士还没有放在心上，但是在网上搜索一番后，就很担心自己是不是患上了什么严重的妇科疾病，非常紧张，再三考虑后决定到医院去看看。

正常和谐的性行为基本是不会出现“同房出血”的。当出现像李小姐这样类似的情况时，你需要做的是：第一，停止同房，避免情况更严重。第二，自己用温水清洗外阴，垫上卫生棉。第三，如果出血不多，自己初步判断。第四，最重要的是及时到医院就诊，不要耽误治疗。

“同房出血”的常见原因是什么

总的来说，妇科疾病中出现同房出血这个症状的病有很多，轻则为普通的炎症，重则可能为癌症。同房出血常见于以下原因：

一、宫颈柱状上皮异位。有研究表明，宫颈柱状上皮异位是接触性出血的主要原因，占50%以上。宫颈柱状上皮异位，以前是叫“宫颈糜烂”，现在已经取消这种说法了，因为这不是真正意义上的病，它是一种正常的表现。在你体内雌激素的作用下，藏在宫颈管里面的柱状上皮会外翻出来，因为柱状上皮颜色比较鲜红，所以进行妇科检查时宫颈外表上看起来红红的好像糜烂一样，其实不是真正的糜烂，在平时也不会有特别的症状，但在性交强烈的摩擦及碰撞下就会容易出血。

二、宫颈息肉。宫颈息肉在宫管里面，藏在宫颈管里面的柱状上皮会外翻出来，因为柱状上皮颜色比较鲜红，所以进行妇科检查时宫颈外表上看起来红红的好像糜烂一样，其实不是真正的糜烂，在平时也不会有特别的症状，但在性交强烈的摩擦及碰撞下就会容易出血。

三、阴道炎及宫颈炎。阴道是可以直接与外界相通的，那么就意味着它可以与外界的细菌接触，正常的情况下，人体是可以防御的，保持一定的平衡，如果平衡被打破，像长时间穿着湿的泳衣或内裤，性交后没有排尿，免疫力下降等都有可能导致阴道或宫颈的炎症，当炎症侵袭这些组织的时候，就会出现充血水肿，组织变得更脆弱，这个时候进行性生活，会使得这些组织十分容易破损而出血。

四、宫颈癌。同房出血是宫颈癌的常见症状之一。而宫颈癌多在性生活后及妇科检查后出血，量一般不多。宫颈癌同房为什么出血？癌变后的宫颈组织，质地会变脆、易碎，同房时，比较激烈的碰撞会导致宫颈组织破裂出血。

五、阴道裂伤。多见于粗暴性交以及阴道发育畸形，也有少部分见于产后过早进行性生活。这种情况，出血像是渗出来的，血的量会比较多，持续的时间也比较长。初性生活，处女膜破裂也会有少许出血。

总之，中年女性同房出血莫大意，更不要不好意思。羞于看医生会延误病情。

专家简介：

广东省妇幼保健院妇科主任、二级主任医师、博士研究生导师。广东省“五一”劳模、国务院特殊津贴获得者。广东省医学会妇产科分会副主任委员、广东省妇幼保健协会妇科专业委员会主任委员、中国妇幼保健协会妇科肿瘤专业委员会副主任委员、中国宫颈阴道镜及细胞病理学学会常务委员。



清热解毒 散风止痛
用于肺胃蕴热引起：
头目眩晕，口鼻生疮，风火牙疼，
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。
过敏体质者慎用。
注意事项：对本品过敏者禁用，
不良反应尚不明确，其它注意事项详见说明书。
请按药品说明书或在药师指导下购买和使用。

京制牛黄解毒片
JINGZHINIUHUANGJIEDUPIAN
OTC



北京同仁堂科技发展股份有限公司制药厂

国药准字Z11020472 京药广审(文)第2019080537号
地址：北京市丰台区南三环中路20号

广告

广州白领坐过山车扭了脖子！

颈椎病人群慎玩 严重可致瘫

受访专家 / 广州医科大学附属第三医院中医科主任医师 青海斌
文 / 羊城晚报记者 余燕红 通讯员 王慧

疫情稳定以来，许多游乐场所已经逐渐开放，其中不乏许多年轻人喜欢的过山车、跳楼机等机动游戏，这些项目因十足的刺激而深受年轻人喜欢。但是，这类机动游戏虽然好玩，却也容易给身体带来伤害。

近日，广州一名白领就因玩过山车扭伤了脖子，以为是“落枕”，但到医院检查后发现伤到了颈椎。专家提醒，颈椎、腰椎不好的人群，玩过山车等刺激项目要慎重。

坐过山车竟然扭到脖子，诱发了颈椎疼痛

日前，广州白领王女士趁着周末到某游乐场游玩。在玩过山车项目后，王女士觉得脖子被扭到，颈椎、肩膀酸痛不已，如同“落枕”一般。在家休息两天后仍未见好转，遂来到广州医科大学附属第三医院中医科就诊。经检查发现王女士颈椎反弓，是常见的颈椎病的一种。

“颈椎有正常的生理

弯曲，如果没有生理弯曲，甚至向相反的方向弯曲，称为反弓或反张。该患者本身患有颈椎病，属于颈椎不稳的情况，过山车项目快速的方向变动，更容易诱发颈椎疼痛。”接诊的广州医科大学附属第三医院中医科主任医师青海斌解释。在进行“骨、筋、脉”三联疗法综合治疗后，王女士颈椎疼痛得到缓解。



图 / 视觉中国

过山车项目对颈椎、腰椎冲击较大

“此类情况并不罕见，几乎每个月都有因过山车、跳楼机、碰碰车伤到颈椎的年轻人来就诊。”青海斌表示，“由于过山车速度很快，且有瞬间转向，给身体带来极大冲击力，如果身体反应没跟上，颈椎出现过度扭曲、甩动，可能会造成挥鞭伤，甚至椎滑脱式错位，严重者甚至导致瘫痪。”

因玩过山车出现颈椎问题的并不在少数，微博上许多网友表示坐过山车后“颈椎不舒服”，而部分网友在就诊检查中出现“颈

椎软组织损伤”。而坐过山车导致瘫痪的也屡有报道。

“对于本身就存在颈椎病、腰椎病的人群，并不建议玩过山车等高刺激项目，可能会加重病情，甚至出现不可逆的意外。”青海斌指出，“对于颈椎正常的人群，在玩这类刺激性游戏时，不要太紧张，太紧张可能会导致晕厥以致发生意外，同时也不要太过于放松，许多人因为和同伴聊天嬉闹，没留意到突然之间的启动而引起颈椎、腰椎损伤。”

康复运动要掌握颈椎“安全活动度”

要不同的方式进行康复训练。

1.不能超过45°仰头

如果“动力性过伸位”出现错位，您最大程度只能微微45°抬头。请不要过度仰头看天空、看星星、看飞机，甚至不能仰头超过45°晾衣服。

2.不能超过45°低头

如果“动力性过屈位”出现错位，您最大程度只能微微45°低头。请不要低着头看地板，不要走路的时候看鞋子，也不要做双下巴状的收下巴动作。

3.多抬头

如果“动力性过伸位”没

有错位，但颈椎侧位片显示颈椎变直甚至出现“反弓”，那么就需要多抬头。

青海斌提示，患有颈椎疾病的患者，日常工作和生活中，要注意调整枕头，注意工作姿势，饮食均衡，多休息，多补充钙，多晒太阳，适当运动，不要搬抬重物，不要坐软椅、睡软床，避免剧烈运动，尤其不建议过山车等高刺激性的游乐项目。同时，颈椎病情况多种多样，比较复杂，正确的日常生活纠正与康复运动仍需要到正规医院检查就诊。

牙签戳破脸上痘痘竟引发脑脓肿

文 / 羊城晚报记者 林清清
通讯员 彭逢美 朱钦文

脸上长痘痘、黑头怎么办？不少人会选择挤掉。近日，广东惠来的小伙子小周（化名）因反复头痛半年余，去当地医院检查后才发现患上了脑脓肿，紧急被家人送至广州。在南方医科大学中西医结合医院神经外科就诊时，才发现病因居然是因为自己用牙签戳破了脸上的痘痘。

面部“危险三角区”慎防感染

南方医科大学中西医结合医院神经外科陈陆馗主任介绍，小周之所以患上脑脓肿，最有可能是因为在面部“危险三角区”用指甲或牙签戳破了痘痘后，导致细菌感染入脑。小周入院后，经过抗生素治疗，仍反复头痛、发热，病情严重，医生们立即给小周进行了脑脓肿手术，现在已基本康复。

陈陆馗表示，面部“危险三角区”是从两侧口角水平至鼻根连线所形成的三角形区域。这个区域是公认的危险区域，血管密集并与颅内海绵窦相通，一旦细菌感染，可以通过血液进入颅内，发生脑膜炎或者脑脓肿，出现寒战、高热、头痛、呕吐等，严重者甚至可发生败血症、脓毒血症、癫痫、偏瘫、昏迷，危及生命。

虽然触碰面部“危险三角区”引发颅内感染的概率不高，但一旦发生感染，后果将不堪设想。专家建议市民一定要谨慎对待。

陈陆馗表示，对脑脓肿的治疗，首先是抗生素治疗。外科治疗脑脓肿亦是一个有效手段。穿刺抽吸脓液不仅可以快速清除脓液，促进脓肿壁皱缩吸收，还可以取得标本送检，帮助选择敏感抗生素。应用精准的导航定位技术，穿刺抽吸脓液得到越来越广泛的应用。

痘痘应如何正确处理？

微粉剂：可以使用祛痘药妆，这些药妆多含果酸或抗炎中药成分。

黑头粉刺或白头粉刺：可以进行粉刺清除术等治疗，然后外擦维甲酸类药物进行维持治疗。

炎症性粉刺：需要皮肤科医生指导下选择外用或口服抗炎药物。



广告