

# 查出卵巢囊肿可能啥事都没有

很多女性参加体检,会查出“卵巢囊肿”字样,那么卵巢囊肿是什么,需不需要治疗呢?南京市第二医院妇科主任医师余敏敏表示,“卵巢囊肿”种类繁多,有的是病,有的不是病,有的是良性肿瘤,有的可能是交界性甚至恶性肿瘤。因此,拿到B超报告后,先不要惊慌,因为你可能啥事都没有。

## 卵巢囊肿不一定有症状

许多人对囊肿是什么不太清楚,可能以为就是个“水泡”,有的会认为是“肿瘤”。就卵巢囊肿而言,其实,就是女性卵巢上出现了囊肿样的改变,它分为生理性卵巢囊肿和病理性卵巢囊肿。生理性的卵巢囊肿可以自然消退,而病理性的卵巢囊肿是不能自然消退的。

南方医科大学珠江医院妇产科主任医师彭冬先分析,目前卵巢囊肿发生的原因并不十分清楚,与其他慢性疾病一样,它可能是由于遗传因素与

环境因素相互作用的结果,也可能与内分泌紊乱、饮食结构失衡等相关。绝大多数的卵巢囊肿不一定有症状表现,且不同类型的卵巢囊肿临床表现会不一样,所以不能靠症状来判断卵巢囊肿的性质。

## 这五种情况都叫囊肿

**生理性囊肿** 育龄期女性每个月都会有排卵。卵泡排卵后塌陷,形成黄体,黄体的形态符合“囊肿”的特征。有时因为各种原因,黄体发育不太正常,在消退过程中可能发生囊性变,超声可见典型囊肿表现,这就是典型的“黄体囊肿”。这种大的黄体囊肿往往伴有当月月经不规律,如推迟、出血时间延长等。这两种囊肿,隔一个月复查B超一般都会消失。

**炎症性囊肿** 得过盆腔炎的女性,盆腔有时会形成粘连带,一些膜状的粘连带相互围绕,包成一个球形,里面聚集了炎性的液体,B超同样会告诉

您这是“囊肿”,临床上管这个叫“炎性包块”。这类“囊肿”通常首先考虑积极抗炎,抗炎治疗无效的情况下,才考虑手术探查。不过炎性包块无论药物还是手术治疗后是可能复发的,但一般不会癌变。

**肿瘤性囊肿** 这类囊肿堪称临床上处理的最经典的囊肿解释。它是由于卵巢细胞发生病变而形成,和肿瘤的发病机理一样。由于卵巢的组织成分复杂,所以这类囊肿的种类繁多,绝大多数为良性。

**出血性囊肿** 通常继发于卵泡囊肿或黄体囊肿,就是临床所谓的卵泡破裂、黄体破裂。由于里面可能形成血凝块,这时候包块在B超上可能表现为“混合性”。

**巧克力囊肿** 可引起痛经,是女性不孕的主要原因之一。其真正的名字叫“子宫内膜异位囊肿”。由于囊内含有含铁血黄素,且囊液黏稠,所以超声会提示“充满点状细弱回声”。

## 医生给出“就诊路线图”

偶然B超发现卵巢囊肿,先不要紧张,如果没有任何症状,且B超提示为纯囊性,里面透声好,建议复查,可以最大限度避免生理性囊肿被手术的可能性。

如果B超提示囊肿为混合性、囊实性,先查肿瘤标志物,然后复查,这一步非常重要。因为卵泡破裂里面形成血凝块,也是囊实性(混合性)。如果查出来肿瘤标志物升高,就要警惕恶性肿瘤的可能性。但也无需太过紧张,因为炎症、子宫内膜异位症、子宫腺肌症也可能会导致肿瘤标志物升高。

如果反复B超都提示卵巢有囊肿,那就应该要考虑手术了,因为肿瘤的可能性非常大。大多数卵巢良性肿瘤的肿瘤标志物都是阴性的。手术方式也首选腹腔镜。如果肿瘤标志物暴高,那卵巢癌的可能性就大,需要开腹探查。(摘编自《扬子晚报》《南京晨报》)

## 蒜泥敷关节 导致深度烧伤

一名中年女性患者常觉得自己的膝盖“冒凉气”,听信了邻居偏方后,将蒜去皮捣泥,直接敷于膝关节处,并用保鲜膜封包。两小时后,患者觉得局部皮肤疼痛难忍,膝盖处已经起了水泡。就诊后,医生诊断为深二度至三度化学烧伤,预计需要包扎治疗、按时换药约一月余才能痊愈,并且会遗留较为明显瘢痕。大蒜虽是健康食物,但其中的蒜素对皮肤具有强烈刺激性,尤其生蒜碾碎后汁液蒜素含量高,经保鲜膜封包后直接长期作用于皮肤,会损伤皮肤黏膜屏障,极易造成皮肤烧伤。(北京积水潭医院烧伤科护士长 杨磊)

## 3个方法 自查骨质疏松

骨质疏松是一种骨代谢性疾病,三个方法可以自查。第一,竖脊肌是否发生酸疼。竖脊肌是后背脊柱两侧呈竖状排列的两条肌肉,由于脊柱骨是松质骨,在骨质疏松发生时较早出现骨丢失,当骨质丢失过多,骨骼力量缺失,此时脊柱运动需要肌肉的辅助,肌肉就容易疲劳、产生乳酸堆积,造成竖脊肌酸痛、无力,引起腰酸背痛。第二,身高是否缩短3cm以上。第三,中年以后发生弯腰驼背。身高变矮3cm或者在中年以后发生弯腰驼背,大多提示发生了骨质疏松。(首都医科大学附属北京世纪坛医院妇产科主任 白文佩)

## 有些病不宜喝热水

“感冒了多喝热水”“肚子疼多喝热水”“不舒服多喝热水”……生病了总会有人劝“多喝热水”。水似乎成了“万能药”。但事实并非如此。

患以下病时适合多喝热水:风寒感冒,多喝热水不仅可以加速血液循环、抗击病毒,还能补充水分,有助于退烧;肺炎,热水可以让药物快速到达病灶部位,消除炎症;感染性腹泻,多喝热水能防止脱水;胃肠道痉挛,多喝热水能缓解痉挛、疼痛的症状;原发性痛经,多喝热水能活血化瘀、缓解疼痛。

患以下病时不能多喝热水:风热感冒,要多喝凉水,还可以多吃西瓜等凉性的食物;咽炎、扁桃体发炎,热水会刺激发炎部位更加肿胀充血,凉水是较好的选择。(摘编自《健康报》)

## 过敏性鼻炎患者 七成有哮喘

过敏性鼻炎患者中,60%-70%的人合并有哮喘;哮喘病人中也有超过50%的患者合并有过敏性鼻炎。中山大学附属第一医院呼吸与危重症医学科主任郭禹标介绍,两者之间虽然有关联性,却没有必然性。他强调,如果哮喘或过敏性鼻炎与过敏有关,需尽量避开过敏源,以及进行脱敏治疗;如果非与过敏因素相关,如因耳鼻喉疾病引起的,则要进行相关方面的看诊。有家族史,或者本身为过敏体质者,发生哮喘的风险更高。(摘编自《信息时报》)

## 痣上长毛多是良性

有句话说,世界上有三样东西人人平等,失眠、脱发、痣。与失眠、脱发相比,痣好像不算什么让人犯愁的事情。但如果发现痣上突然长毛了,往往就会给人带来恐慌:这是否将要癌变?回答是否定的,如果痣上的黑色素细胞营养充足,新陈代谢就比较快,痣上就会长出毛发,有些长出一根,有些则会长出好几根。一般长毛的痣都是良性的。

什么样的痣要引起注意呢?一般长在容易反复摩擦的部位,比如脚底、手掌、会阴及易受衣服摩擦的腰部、颈部等。如果突然发现痣出现了以下特点:色素痣不对称、边缘不规则、颜色发生变化、直径大于5-6毫米、表面隆起等,建议及时就医检查,必要时切除。(中南大学湘雅医院皮肤科主任医师 张江林)

## 癌细胞没饿死,自己变纸片人

“这病人再饿下去,真的危险了!”几天前,浙江省人民医院营养科副主任钱展红的营养门诊,来了一位虚弱不堪的病人。1.7米多的高,体重还不到50公斤,70多岁的钟先生瘦成了皮包骨头,而他之所以变成这样,都是因为想通过挨饿让体内的癌细胞“饿死”。钱展红无奈地摇摇头,“肿瘤术后饮食最好在医生指导下进行,否则真要出人命了”。

钱展红说,不少肿瘤病人太忌口,导致营养状况日趋恶化,对治疗很不利。肿瘤患者要特别注意几种营养素的均衡。1.能量及碳水化合物:肿瘤患者能量供给要适量,应视患者营养状况、活动量、性别、年龄而定。患者食物摄入应多样化,保持每天适量的谷类食物摄入,成年人每天摄入200-400g为宜。在胃肠道功能正常的情况下,注意粗细搭

配。2.蛋白质:适当多摄入富含蛋白质的食物,适当多吃鱼、禽肉、蛋类。对于放化疗胃肠道损伤患者,推荐制作软烂细碎的动物性食品。3.脂肪:推荐适当增加富含Ω-3及Ω-9脂肪酸食物。Ω-3人体不能自行合成,需要服用含Ω-3的膳食补充剂。4.矿物质及维生素:参考同龄、同性别正常人的矿物质及维生素每日推荐摄入量给予。(摘编自《钱江晚报》)

## 血压过低也要警惕疾病

人人都怕高血压,56岁的陆女士却为自己的低血压担心。心血管专家提示她,低血压也可能是疾病信号。

陆女士今年2月做完胆囊手术后发现血压低,血压一直只有90/40mmHg,精神也不好。武汉亚洲心脏病医院副主任医师戴阳阳发现其术后因惧怕胆囊功能差,每天只喝点白粥吃点青菜,基本能量要求都达不到。经检查排除了各种器

质性病变后,戴阳阳为她开出了“增强营养”的处方。

戴阳阳说,一般认为成年人上肢动脉血压低于90/60mmHg即为低血压。一些人血压测量值已达低血压标准,但无症状不影响生活。需要警惕的是病理性低血压病,一是指无明显原因的低血压状态,多见于体质瘦弱的老人、女性,重者出现精神疲惫、头晕甚至昏厥。另一类是人体某器官

或系统的疾病所引起的血压降低,如大出血、急性心肌梗死、严重创伤等。大多数情况下,低血压逐渐加重,如继发于严重的肺结核、恶性肿瘤、营养不良等的低血压。此外某些药物也可以引起低血压。

医生建议陆女士,生活要有规律,加强锻炼;在增强高蛋白营养食物的同时,每日清晨可饮些淡盐开水,适量饮茶。(摘编自《武汉晚报》)

## 呕吐时自发性食管破裂别大意

当今社会,谁都会有个朋友聚会、聚餐,自然很多人也有过吃多、喝多导致的呕吐经历。原本呕吐是胃部超负荷运作后的自保行为,但如果在呕吐时出现自发性食管破裂,人们就可能为之付出生命的代价。

自发性食管破裂病死率高达25%至100%。大多数患者都有暴食及大量饮酒后呕吐史。临床上,自发性食管破裂有多种诱因,有酒后呕吐多次的病例,也有吃粽子后呕吐的病例。

呕吐会使人体腹内压突然升高,挤压胃部使食管腔内压力骤然增加,同时环咽肌反射性痉挛呈收缩状态。食管原处于负压的胸腔,当食管腔内和胸腔内压力在瞬间相差很大时,就可能引起食管全层的破裂。食管破裂除呕吐原因外,还有分娩、抽搐、用力排便等原因。

呕吐、胸痛、皮下气肿是自发性食管破裂的典型临床表现,由于发病率不高,有的医生对这种病也缺乏认识和警惕,

常误诊为胃或十二指肠穿孔、液气胸、急性胰腺炎、心肌梗死、急性阑尾炎等,其误诊率高达75%。早期发现可以手术修补,病情延误后只能进行引流、抗炎和营养支持,死亡率较高。

食管自发性破裂大多因腹内压力骤然升高,压力升高的速度比压力升高的绝对值更为重要。因此,暴饮暴食、醉酒后呕吐都有危险性,为了拼酒自行催吐更不可取。(北京胸科医院胸外科主任医师 杨磊)