

乳腺癌治疗切勿“一刀切”

记者在日前举行的“传递希望·抗击乳腺癌”活动新闻发布会上了解到,目前我国乳腺癌患者接受保乳手术的比例远低于发达国家,乳腺癌治疗亟待走出“一刀切”误区。

“近年来,保乳手术在发达国家,特别是欧美各国已作为I、II期乳腺癌的首选术式。但在国内,由于认识上的不足以及诊断不及时,实施保乳手术的病例在乳腺癌患者中只占了很小的比例。”来自内蒙古包头市肿瘤医院院长巴彩霞指出,目前我国乳腺癌患者接受保乳手术的比例远远低于发达国家。

过度治疗造成的乳房丢失不仅会给患者带来生理上的创伤,更会在心灵上留下挥之不去的阴影。北京大学第三医院肿瘤内科主任李惠萍教授介绍说,很多乳腺癌患者在接受乳腺全切手术后产生自卑、沮丧的心理反应,严重影响正常生活。

(据新华社)

心理和社会因素与肥胖密切相关

公布的一项研究结果表明,个人情绪等心理因素和受教育程度等社会因素与人们的肥胖程度密切相关。

情绪是影响人们进食的关键因素。无论男女,情绪化进食均易导致肥胖,但这一现象在女性中尤为普遍。研究还发现,心情抑郁者更容易情绪化进食,且更难坚持体育锻炼,因此更易导致肥胖。

除心理因素外,教育背景等社会因素也会影响人的体重。研究发现,受教育程度较高者的肥胖现象普遍少于受教育程度较低者。部分原因在于,两者在对食物的选择标准和进行体育锻炼的程度方面存在差异。此外,受教育程度较高者在控制体重方面会受到更多来自社会方面的支持,在坚持体育锻炼等方面也更有恒心。

(据新华社)

牙病防治

爱牙行动 即刻开始(五)

通讯员 戴文娟 整理

中小学生的口腔保健

中小学生的口腔保健的重要时期:从6岁开始恒牙不断萌出,乳牙依次脱落,形成乳恒牙混合牙列阶段,直到12岁左右,恒牙全部萌出为止。这是儿童颌骨和牙弓发育成长的重要时期,也是龋病、牙龈炎患病的高峰时期。

据市口腔医院张雪平副主任医师介绍,中小学生的牙病有两个特点:一是牙龈炎主要是因为口腔不清洁造成的,只要认真刷牙漱口,就可以解决口腔卫生问题。二是龋病主要集中在3个牙和一个面,即第一、第二乳磨牙和第一恒磨牙的咬合面。这在预防策略上的指导意义有两点:防龋要早,赶在龋病高峰年龄之前,则效益最大;突出重点,抓住3个牙和一个面,就可基本解决中小学生的龋病问题。

为了搞好中小学生的口腔保健,应做好下列工作。一是要学习口腔保健知识。中小学生的口腔保健知识,应及时给予处理。要特别强调,正确对待有病乳牙,决不能采取置之不理的态度,应在牙医的指导下,给予恰当的处理;更不能把6岁开始萌出的第一恒磨牙,误认为是乳磨牙,有病也不及时处理。三是学会正确的刷牙方法。选用保健牙刷和含氟牙膏,做到早晚刷牙,饭后漱口,从小养成良好的口腔卫生习惯。四是及时应用窝沟封闭剂防龋。6岁涂布第一恒磨牙,12岁涂布第二恒磨牙。在牙医的指导下,选择氟化物防龋方法。五是合理饮食。少吃含糖的零食和易粘牙齿的精细糕点,或饭后立即刷牙漱口,特别是在睡前刷牙之后不再吃东西。

开学了,给学生补补“健康课”

通讯员 李斐铭

转眼间暑假结束,各学校陆续开学。市人民医院专家提醒,孩子在开学初期容易出现不同程度的“开学综合征”,表现为生物钟紊乱、精神萎靡、情绪低落,甚至出现腹痛腹泻、头痛发热等症状,老师和家长要及时帮助孩子调整好心理、生理状态,让他们尽快适应新学期的生活。

调节生物钟

小学六年级的小军今年暑假最大的享受就是晚上可以玩电脑到深夜,上午可以睡懒觉。新学期第一天,上初一的他就睡过了头,迟到了;上课时也总是想睡觉,提不起精神。

市人民医院神经内科主任医师徐冬娟说,这是长假无节制的放松引发的生物钟紊乱,主要表现为早上不肯起床,上课无精打采,出现紧张、焦虑、烦躁、抑郁等情绪。徐冬娟说,生物钟的调节,要从暑假结束前一周开始,家长要帮学生及时调整作息习惯,不能放任晚睡晚起,不要安排外出旅游,可带孩子逛逛书店,和孩子一起制订新学期计划。开学后,不要对孩子施压,因为孩子经过假期休息,很多方面都处于松弛状态,如果突然给他们过多的压力,容易导致孩子情绪低落、萎靡不振,甚至有抵触情绪,对开学产生恐惧心理。

触情绪,对开学产生恐惧心理。

防治“开学恐惧症”

开学初期,经常会有学生因胃疼、腹泻等原因前来医院就诊。

徐冬娟医师说,这些症状其实并非感染所致,而是开学恐惧症的一种表现,是心理上对上学的厌恶和排斥引起的躯体症状。由于学习任务重,压力大,有的同学出现了厌学倾向,严重者一提到学习就会头昏、头痛、恶心呕吐、腹痛、尿频、食欲下降等症状,在开学初期表现最为明显,特别是任务最重的初三、高三学生。此时,学校和家长就需要帮助他们消除畏难情绪,以积极、乐观的态度激励、引导、暗示孩子,少一些责备和要求,从正面给孩子以信心。对于有严重心理障碍的厌学学生,应尽早请心理医生诊断,利用医学手段来治疗厌学症。

预防秋季传染病

九月开学时,已步入秋季,气温冷热交替,昼夜温差变化大,加上初秋雨水多,适宜的温度和湿度为各种致病微生物的繁殖提供了便利条件,是肠道、呼吸道传染病的好发季节,所以,新学期伊始就应补上躯体健康课,预防秋季传染病。



市人民医院感染科主任李朝霞主任医师说,肠道传染病常见的有细菌性痢疾、秋季病毒性腹泻等,学生个人预防的重点是养成良好的饮食习惯,食用烧熟煮透的食品,不吃生、半生水产品以及不洁、腐烂食品。如果出现腹痛、呕吐、腹泻等症状,要及时就诊。

对呼吸道传染病,李朝霞说,学生的预防重点是注意通风,教

室、寝室要常开门窗,保持空气清新,不要过度疲劳,积极参加运动,增强体质。根据年龄和接种要求,按时到医院进行麻疹、水痘、流行性腮腺炎、流感疫苗、卡介苗等相关疫苗的接种。

李朝霞说,秋季也是急性出血性结膜炎病例(俗称红眼病)的流行季节,一旦发生,应尽快就医,并做好隔离,以免引起流行。



查健康

尽管天气炎热,但市民健康体检热情不减。据市人民医院体检中心护士长胡建丽介绍,近期每天要接待近百位体检者,超过全年日均体检人数,其中大部分是个人前来体检的,“拖家带口”做“亲情体检”的也不少。图为市民排队抽血体检。

通讯员 李斐铭

儿童性早熟 煎熬家长心

专家提醒:错过治疗会终身矮小

通讯员 苟子龙

日前,浙江大学医学院儿童内分泌科专家王春林在市妇幼保健院协作开展“性早熟、矮小症与儿童生长发育”专家咨询活动时指出,“婴儿性早熟”问题已成社会关注的话题。

性早熟有真假之分

单纯乳房早发育是部分性早熟(又称不完全性早熟)中最多见的一种,常见于女孩;除了乳房提前发育外,不伴有子宫和卵巢的变化,没有其他性征(如阴毛、腋毛)的出现,也没有骨龄的提前和身高的加速增长。“临床中,接诊的婴儿性早熟病例不多,这种病例也少见,一般来说,女孩子比男孩多一点。”王

春林告诉笔者,性早熟也有真假之分。真性性早熟又叫完全性早熟,主要表现为有第二性征出现,并且男孩有遗精,女孩有排卵现象。而假性性早熟又叫不完全性早熟,性早熟的孩子只有乳房发育,阴毛发育或者月经来潮现象,并无性腺发育,无排卵现象。性早熟患儿多伴有骨骼提前发育,骨骺提前闭合,虽开始身材较同龄儿童高,但成年后身材往往很矮小。另外,性腺肿瘤也能引起假性性早熟,可通过手术切除肿瘤达到治疗目的。

导致婴幼儿性早熟 颇为复杂

近段时间的奶粉事件,家长反映的多数是女孩性早熟的病

例,那么,男孩性早熟有什么表现呢?王春林介绍,男孩性早熟比较少见,主要表现为睾丸增大、阴茎增大、长胡须、出现喉结、声音变粗等症状。对于婴儿性早熟的原因,王春林认为,一般大脑垂体肿瘤、激素分泌异常等都可导致婴儿性早熟。另外,经常服用含有激素的食物、接触化妆品或误服避孕药等都可能致婴幼儿性早熟。“日常生活中,有些鱼和猪吃的饲料里含有激素,婴幼儿吃了这些鱼和猪肉,也可能导致性早熟。”他提醒广大家长,平时不要让孩子经常接触化妆品、避孕药等物品,更不要接触色情图片。

贻误治疗会造成终身矮小

对于婴儿性早熟的问题,市妇

幼保健院新生儿科主任蒋俊副主任医师表示,造成婴幼儿性早熟的原因比较复杂,不一定和食物有关,有的患儿患有大脑肿瘤等,也可致婴幼儿性早熟。他建议,如果家长发现婴幼儿性征有早熟的迹象,最好带孩子到医院做激素指标监测及LHRH激发试验,及早诊断和治疗。

随着社会的发展和水平的提高,影响孩子生长发育的性早熟、矮小症等疾病越来越多,如果家长不重视或乱投医错过最佳就诊时间,会造成孩子终身矮小的遗憾。近年来,医院儿童生长发育门诊每年都会诊治几十名性早熟患儿。“儿童性早熟会诱发生理、心理等各种疾病,儿童健康状况应引起家长和社会的重视。”该院儿童保健科吴亚军主任不无担忧地说。

医生信箱

通讯员 李斐铭 整理

丈夫糖尿病,我可以怀孕吗?

城东街道吕女士来电咨询:我先生患有糖尿病,血糖、血压很高,倘若他真得了糖尿病,我还能受孕吗?如果能会不会影响到胎儿?

市人民医院内分泌科陈红霞副主任医师答:建议你先生控制好血糖后,再考虑要孩子。目前,父亲高血糖对下一代的影响还不太明确,但对男方精子的质量和活力有影响。值得注意的是,2型糖尿病有遗传倾向(父母一般在孩子长大后才发现有糖尿病),而且在人群中有糖尿病基因的人约占三分之一。

确诊类风湿性关节炎 该做哪些检查?

横店镇刘先生来信询问:我于一个月前出现手指关节疼痛、肿胀,膝关节和肘关节也有疼痛,全身有游走性发热等症状。经化验,血常规和血沉正常,类风湿因子为51.5。请问,我是不是得了类风湿?还需要做哪些检查?该怎么治疗?

市人民医院风湿免疫科王健主治医师答:从你提供的信息看,目前还不能明确诊断为类风湿。建议动态观察临床症状,注意是否有晨僵、关节疼痛的部位是否对称等,也可以到医院风湿免疫科就诊,进行抗CCP/ACA/APF等的检查,以明确诊断。目前治疗以对症为主。

乙肝抗病毒期间 可以生孩子吗?

南市街道陆女士来电咨询:我于7年前发现乙肝大三阳,主要症状为感觉疲劳,情绪暴躁,但食欲一直很好,用了贺普丁、贺维力等抗病毒药,现在又加用了干扰素,肝功能正常。现在结婚4年了,很想有个孩子,不知目前情况是不是可以生孩子?

市人民医院感染科李朝霞主任医师答:大三阳本身是可以怀孕的,只要做好胎儿防护就行,出生时一定要打乙肝疫苗。至于抗病毒药、干扰素使用期间不能要小孩,要等干扰素停药半年后再考虑。另外,核苷类药物在治疗期间是否能怀孕,目前尚不明确,包括药物说明书上也不建议治疗期间生育。不过,国内外又有很多治疗期间怀孕小孩无异常的报道。

大腿湿疹该怎么办?

白云街道吴先生来信询问:4月份以来,我的大腿根部生了很多红色疙瘩,用了治癣的药膏几次后就会消失,但是过不了两天又会出现,请问有没有根除的办法?

市人民医院皮肤科张福民副主任医师答:你的“红色疙瘩”如果用抗真菌药有效,说明是真菌感染,所以,你的病应当是股癣,引起的原因主要是腹股沟的部位不易散热,并且湿度较高,是真菌容易生长的地方。治疗上,外用药一般需要坚持用药3-4周,必要时可以加用内服药物。平时要注意,贴身的衣服和床单等要消毒,因为多数股癣是由足癣传染而来,因此袜子要消毒,并且不能与内裤一起洗。

天热,谨防“闷”出中风

通讯员 戴文娟

近日,市中医院收治的中风患者明显增多。有关专家指出,高温天是脑血管病的一个高发期,由于老人体温调节功能减弱,对气温感觉迟钝,故中风前多无感觉,一旦感到“闷热”,很快出现中风症状,使家人措手不及。因此在高温天气里,老年人要特别注意预防中风。

老年人平时要注意补充水分,做到“不渴时也常喝水”。多喝白开水或淡茶水,以防止血液浓缩出现血栓,造成大脑供血不足引发缺血性脑中风。要戒烟戒酒,防止血液黏稠度过高,以保证机体良好的供血、供氧,经常检测血压、血糖等。另外,老年人要避免在炎热的天气下到户外活动,并且饮食结构要科学合理,适当安排夏日生活,注意劳逸结合。

医生提醒,老年人一旦感觉“闷热”难受,要想到可能是中风的信号,如果突然出现症状轻微或“一闪而过”的头痛、头晕和眼花以及半身麻木、肢体感觉异常,切勿以为是“天热吃不好睡不好”的原因,而应该多一份警惕,及时去医院诊治。