

59 岁妇女突然腹痛现“经血”

原来是体内节育环在作怪

本报记者 梁敏

家住泰山区的刘女士今年 59 岁,一向身体健康的她,突然在两个月前开始腹痛。令她难堪的是,绝经多年的她竟然出现阴道出血的表现。“这不会是什么病吧?”刘女士赶紧到附近的解放军第八十八医院检查,医生说是未取环造成的。

原来,刘女士平时忙着带孙子、操劳家务,早就忘了取环这事。如今,多年未取的节育环竟然嵌在了子宫内难以取出。几经周折后到八十八医院妇产科,采用了宫腔镜手术才取出来。

嵌顿的几率越高,取出困难也就越大。建议女性若确定已绝经,应及时取出节育环。”23 日,解放军第八十八医院妇产科专家于兴江教授介绍道。

其实宫内节育器是一种安全、有效的避孕工具,现在应用非常普遍,但随之而来的一个问题是,有限的医疗人员无法为所有使用者提供及时有效的随访服务,因此会出现一系列问题。如妇女绝经后不按时取出,可致环嵌顿于子宫肌层或断裂引起患者腹痛、腰酸、阴道出血、白带增多。传统的治疗方法为经宫颈钳取或刮取异物的盲视手术,准确性差,取出率低,创伤大,且取出困难时易造成组织损伤。如果嵌顿比较深,医生在取出时有一定的风险,稍有不慎会导致穿孔。

种情况是节育环完全嵌入子宫肌壁内,即使是使用了宫腔镜,医生仍然看不到节育环存在。“这种情况下手术难度相对要高一些,我们需要先用 B 超定位,再通过宫腔镜的技术进行可视微创摘除。”于教授说。

据了解,这种深埋在子宫肌肉中的节育环,最主要的治疗方法就是宫腔镜手术。宫腔镜是一项新的、微创性妇科诊疗技术,用于子宫腔内检查和治疗的一种纤维光源内窥镜,包括宫腔镜、能源系统、光源系统、灌流系统和成像系统。它是利用镜体的前部进入宫腔,对所观察的部位具有放大效应,以直观、准确成为妇科出血性疾病和宫内病变的首选检查方法。

这种手术方法提高了宫内物断裂,嵌顿节育器取出的成功率,减少了受术者痛苦。宫腔镜手术不仅能确定病灶存在的部位、大小、外观和范围,且能对病灶表面的组织结构进行细致的观察,并在直视下进行手术操作。医生可以利用阴道这个自然通道,直接锁定病灶部位,手术并不用开刀,所以患者不必住院,且痛苦较小。

宫腹腔镜手术

让患者免受开腹之痛

“如果没有宫腔镜,那么像节育环嵌顿、宫外孕、子宫内膜息肉、突向宫腔的黏膜下肌瘤等疾病,就需要做开腹手术。医生需要先打开患者腹腔,再切开子宫,手术繁琐而且需要缝好几层。患者受到伤害比较大,恢复非常缓慢。”于教授介绍,宫腔镜的发明,让很多妇科手术变成微创手术,对患者来说是一大福音。

据了解,宫腔镜手术可诊断和治疗多种疾病,如妇女的功能失调性子宫出血、粘膜下肌瘤、突向宫腔的部分壁间肌瘤、子宫内膜息肉、宫内节育环异常、子宫纵隔和流产后胚胎组织残留等。经宫腔镜治疗后,不仅使原来靠传统方法需切除子宫的患者避免了开腹手术,同时还可保留子宫,对伴有出血性疾病的患者如血小板减少症、血友病及白血病等宫腔镜手术也是安全的。

记者了解到,现在很多医院都在开诊宫腔镜手术治疗,但是由于节育环嵌顿的深度有深有浅,所以对医生的手术水平和经验要求比较高,所以于教授建议市民到大医院就诊。市民如有疑问,可直接拨打解放军第八十八医院妇科微创中心热线 6218080 进行咨询。



讲座

丽人医院开胎教音乐会

100 多位准妈妈来参加

“母亲心欢畅,胎儿身体棒,盼望你出生,相聚一堂……”在一首改编的《铃儿响叮当》的旋律中,一场特别的音乐会拉开了帷幕,100 多位准妈妈在家人的陪伴下,带着未来的宝宝,共同沉醉在甜美音乐之中。28 日上午,在泰安丽人医院,新潮又传统的胎教音乐会温馨开演。

母亲拍着手轻轻吟唱,小提琴演奏出轻柔乐章,专业的妇产科专家为准妈妈们现场指导……28 日上午,泰安丽人医院主办的胎教音乐会中,100 多位准妈妈随着音乐或低声吟唱或亲切地与腹中胎儿交流,愉悦写在每个人的脸上。

泰安丽人医院作为活动的主办方,为本次活动做了充分而精心的准备:乐队由专业的小童星们组成,音乐会上所演奏的乐章都是产科专家“钦点”的胎教音乐曲目,再加上现场护士和准妈妈们的互动,音乐会现场的气氛温馨而热烈。

泰安丽人医院的专业妇产科医生介绍,音乐被认为是胎教最重要的手段。其原理是通过影响母亲的情绪,再将这种

愉悦传递给胎儿。在怀孕期间,准妈妈往往容易太过关注腹中的宝宝而忽略自己的情绪。只有孕妇自我身心保持健康与欢愉,才能为胎儿提供良好的生存环境。

课堂笔记

♥母教胎唱法

当孕妇选好了一支曲子后,自己唱一句,随即凝思胎儿在自己的腹内学唱。尽管胎儿不具备歌唱的能力,但是通过充分发挥孕妇的想像力,使胎儿得以早期教育。

♥器物灌输法

利用器物灌输法进行音乐胎教,可准备一架微型扩音器,将扬声器放置于孕妇的腹部。当乐声响起时不断轻轻地移动扬声器,将优美的乐曲通过母腹的隔层,源源不断地灌输给胎儿。在使用当中需要注意,扬声器在腹部移动时要轻柔缓慢,并不宜播放时间过长,以免胎儿过于疲乏,一般每次以 5 ~ 10 分钟为宜。

(杨璐)

养生

红萝卜马蹄竹蔗润肺汤

材料:红萝卜 250 克、马蹄 200 克、竹蔗 500 克(3 人份)。

制法:将材料煲在一起 1 小时左右。

功效:红萝卜所含维生素和粗纤维,能改善口干舌燥、大便秘结;马蹄能清热润肺;汤的水分含量高,生津止渴。汤的能量高还能解困乏感。秋冬之交干燥日益明显,润肺润燥之余结合外擦还能护肤干燥。

有此一说

边吃边 K 伤喉伤胃

如今很多餐厅、歌厅里都有“边吃边 K”的娱乐项目,在让市民放松娱乐的同时,也给市民身体健康带来诸多弊端。门诊中 K 歌时饮食不当,导致嗓子和肠胃出问题的患者不在少数,且以年轻人居多。

弊端一:可致胃病

常言道“食不言”,唱歌对人的影响就更大。医生表示,吃饭时胃容量增大,消化系统血流量增加,此时唱歌会使唾液、胃液不能正常分泌,腹腔压力增加,供血减少。而且在娱乐场所里就餐的桌子一般比较低,人的胃总是弯在肚里被压着,容易造成食物的消化不良。经常这样,还可能会导致慢性胃炎、胃溃疡、肠炎等。

值得注意的是,KTV 的话筒常是疾病的传染源。当话筒在人们中间传来传去时,话筒上已经附着了很多人的唾沫。若唾沫中含有传染性病菌,嘴巴跟该话筒接触过后再接着吃东西,病菌很容易溜进消化道。

正确方法:去唱歌最好在饭后 1 小时以后,若在 KTV 吃自助餐,也要先吃饱,休息半小时后再开始唱歌,或干脆唱完歌后再去吃饭。

弊端二:变成“公鸭嗓”

好听的歌曲一首接一首,“麦霸”们唱得口干舌燥时,马上抓起桌面上的冷饮咕噜咕噜喝几口……

医生指出,KTV 里大多空气不流通,沙发墙壁上有很多尘螨。在这样的环境中放声歌唱,喉咙抵御功能已经下降。再加上持续唱歌尤其是飙高音后,喉部血管充盈,声带摩擦频率极快,就像一块烧红的“铁块”。如果此时在滚烫的“铁块”上面浇水,尤其是喝“耗气伤声”的冷饮酒水,轻则嗓音嘶哑,重则使人突然失声。冬季天气干燥,如果唱歌时正患感冒,声音变哑的可能性更大。

正确方法:唱歌中途口渴时,可以喝一小口温水,润一下喉咙即可。实在口渴大口喝水后,最好间隔半个小时再开始唱歌。润喉的水果,如梨、香蕉、橘子、西瓜等,在中间休息时可以适量吃点。

解渴小窍门:舌头抵住上颚,做吞咽动作,可以促进嘴巴分泌唾液,缓解嘴巴干渴。

弊端三:呛到或噎着

去唱歌本是很高兴的事情,很多人边吃边喝边唱,进食、喝水的时候也不是很留意。对此医生指出,当人体进食吞咽时,喉咙部位的会厌、杓状软骨和喉内的皱襞互相拼合,使声门关闭,食物不致掉入呼吸道。与之相反的是,唱歌时喉咙的声门处于打开状态,此时若边吃边唱歌,声门关不住,食物很容易掉入气管。

正确方法:不要一会儿唱一会儿吃,更不要吃到一半看见自己喜欢的歌曲就急着说话或者开始唱,否则很容易被呛到或噎着。

(刘凯)

提醒

干燥! 防鼻出血

小雪这个节气已经过了,泰安的温度也开始降低,外出的人们已经可以感受到寒意。刺骨的山风,加上长时间没有雨雪,干燥感会增加,有些人甚至还会出鼻血。

专家提醒,干燥季节粉尘颗粒在鼻腔内积聚,形成鼻痂后不要用手指挖鼻子,以免损伤鼻黏膜的血管,使其破裂出血,甚至引起炎症。此外,有一些鼻腔保湿小窍门:可以用棉签蘸生理盐水冲洗鼻腔,水温达到人体温度即可;或是倒一杯热开水,让水蒸气熏一熏鼻腔,保持 5-10 分钟左右;或将少量红霉素眼药膏挤入鼻腔,也能起到消炎保湿的作用。在饮食上可多补充白萝卜、西红柿、莲藕、银耳、鸭梨等蔬果。

(陈艳)