育龄妇女多见功能失调性子宫出血

经血断断续续一个月未停

本报记者 梁敏

“我月经不正常很久了，中西药都吃过，但是调理都没有什么效果。上个月我的经量很少，而且一直不干净，断断续续都快一个月了，血还是没有止住。去了附近一家医院检查过，医生判断是功能性子宫出血，要我住院接受宫腔镜治疗。但是宫腔镜的副作用大吗？我28岁，还没有生育，这个检查对生育有影响吗？”18日，市民孙女士拨打了解放军第八十八医院妇产科的热线咨询。妇产科专家于兴江教授表示，宫腔镜治疗是目前对于这种功能性子宫出血的最佳手术方法之一。

“功血”多见于育龄妇女

于教授告诉记者，这种功能失调性子宫出血简称“功血”，包括月经过多：经期规则，经期延长大于7日或者经量过多大于80毫升；子宫不规则过多出血：周期不规则，经期延长，经量过多；子宫不规则出血：周期不规则，经期延长而经量正常；月经过频：月经频发，周期缩短，小于21日等。此病是妇产科门诊和急诊的常见病，无论是周期≤21天，伴有月经过多的不规则性子宫出血，还是周期≥40天，常伴月经过少的不规则性子宫出血等都在此范畴内，是非传统概念的器质性病变引起的子宫出血。

这种病症主要是中枢神经系统下丘脑——垂体——卵巢轴的神经内分泌调控失常，或卵巢局部调控机制异常，或子宫内膜、肌层局部调控功能异常。引起的按功血的发生机制，可分为无排卵型及有排卵型两类。前者占70%——80%，多见于青春期及绝经过渡期妇女；后者占20%——30%，多见于育龄妇女。

宫腔镜治疗是最佳诊断方式之一

“实际上医生建议孙女士做宫腔镜检查是有道理的。”于教授解释，“功血”的诊断主要依靠诊断性刮宫送病理，根据病理结果诊断。诊断性刮宫为盲刮，有可能漏刮病灶，从而漏诊。

宫腔镜下用激光或电切除子宫内膜或功能层是目前治疗“功血”的最佳手术方法之一，它利用宫腔镜在电视显示下切除或破坏子宫内膜或功能层，达到控制出血的目的，是替代子宫切除术治疗功能性子宫出血的一种安全有效的手段。

宫腔镜诊断“功血”最大的优势是，医生可以通过显示器，直接看到子宫内膜是否增厚，表面是否光滑有无组织突起等。对于是否出血，宫腔镜更是一目了然。在宫腔镜直视下，医生还可以选择病变区活检，不但比盲刮内膜的诊断价值更高，而且可提高早期宫腔内病变如子宫内膜息肉、子宫黏膜下肌瘤、子宫内膜癌的诊断率。

八十八医院妇科微创诊疗中心的宫腔镜检查与治疗，是目前国际上先进的检查和治疗方法。在患者完全无痛的情况下，医生可直接清楚地观察患者宫腔内情况，了解致病因素，同时对异常情况做手术治疗。宫腔镜是一个由光学镜片、光导纤维组成的长管状器械，另附光源及电视成像系统，通过人体的天然孔道——子宫颈进入子宫腔内进行观察。它可以在直视下观察宫颈管、宫颈内口、宫内膜及输卵管开口，能清晰地观察到宫腔内的各种变化，明确作出诊断。

在“功血”的治疗上，宫腔镜的出现为那些药物治疗失败，想保留子宫或恐惧开腹手术的病人带来了福音。同样是刮宫术，宫腔镜既能明确诊断，又能迅速止血。更年期出血患者激素治疗前宜常规刮宫，最好在子宫镜下行分段诊断性刮宫，以排除子宫内细微器质性病变。

于教授提醒，青春期功血刮宫应持慎重态度。子宫切除术很少用以治疗青春期功血，一般适用于患者年龄超过40岁，病理诊断为子宫内膜复杂型增生过长，甚至已发展为子宫内膜不典型增生的。通过电凝或激光行子宫内膜去除术，仅用于年龄超过40岁的顽固性“功血”，或对施行子宫切除术有禁忌证者。

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。

资讯

天美健推出元旦惠民活动

消费满49元的抱走大公鸡

本报泰安12月19日讯（记者 刘慧娟） 12月18日起，只要购买保健品满49元就能抱回一只大红公鸡，这就是香港天美健正在推出的元旦优惠活动。每天只限前50名，想在新年博个好彩头的市民，可得抓紧啦。

19日，记者在位于财源大街新华书店西邻的天美健养生堂门口看到，门口的液晶显示屏幕上不断滚动播放着“消费满49元就能抱回家一只活的大公鸡”的字样。据介绍，为迎接周年店庆，国际健康营养品连锁店——香港天美健，正在推出元旦优惠送大公鸡活动，每天只限前50名。

天美健养生堂相关负责人表示，随着保健品被市民的认可，如何选择保健品并科学服用就成为人们最关注的问题。香港天美健作为国内为数不多的成熟保健品连锁机构，从原料选择到生产、销售，开辟出了一条严格的标准化流程，并且在业内率先引进了健康咨询服务系统。市民不但在天美健可以买到质量过关的产品，还能接受专业保健师的指导，吃什么、怎么吃，都能因人而宜全程规划。这对那些有服用保健品习惯的人来讲，既解决了产品选择问题，又保证了服用效果。同时还郑重承诺：30天不满意，退款退货。

同时天美健推出了五大系列200多种无糖食品，主要有无糖面粉、无糖大米、无糖饺子粉、无糖饼干、无糖挂面、饮料、礼盒等，天美健养生堂已经成为泰安市糖尿病人食疗中心。

88医院体检中心采用软件系统

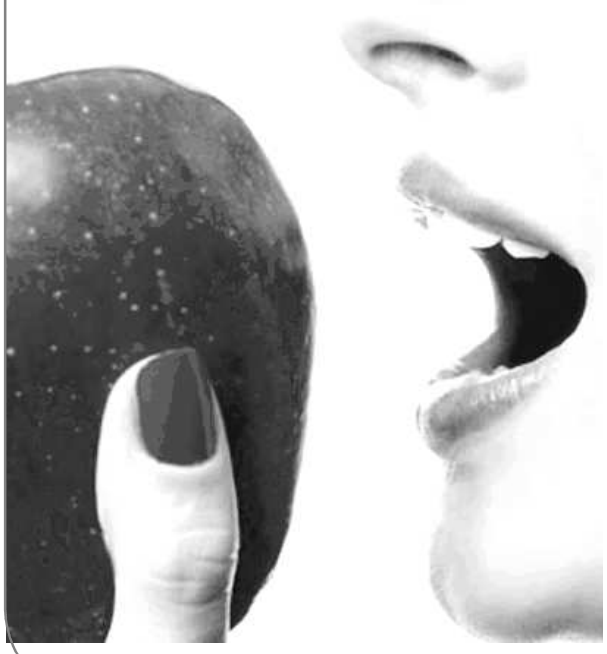
持卡体检可一步到位

本报泰安12月19日讯（记者 胡修文 通讯员 高文慧） 体检者在体检时不用再拿厚厚的体检本，一张绿色的健康体检卡将伴随体检者完成体检。它和全院多种接口联接在一起，放射、超声、检验各方面的检查都可以汇总在这个软件中。

14日，记者在88医院健康体检中心发现，前来体检的人员手上拿的不再是厚厚的体检本，全都换成了绿色的健康体检卡。88医院体检中心主任辛英向记者介绍，采用健康体检软件之后，工作人员首先将体检人员的基本信息录入到健康体检卡中，体检人员持卡到查体窗口，在窗口的仪器上轻轻一刷，就可以显示出个人信息。体检医生直接将查体结果输入到系统中，系统自动生成医生姓名、体检日期，并将体检结果自动汇总，省去了工作人员的手工程序，一些基本的查体项目当天下午就可以拿到结果。

“采用这套软件之后，将体检流程建立在信息系统管理平台上，不仅让我们的工作量减少了三分之一，也给体检人员带来了更大的便利。”辛英说，体检中心可以实现病人信息的长期保存，体检人员可以随时来医院查询体检结果，随用随调取。今后，体检中心还将实现通过网络和手机发送体检结果，到时候市民将不用再到医院拿自己的体检结果，通过网络和手机就能查询到。

有此一说



A 吃苹果核会头晕

苹果富含多种有益健康的营养素，保健功效不胜枚举，受到全世界人们的喜爱。但澳大利亚“完美健康”网站近日刊文提醒，吃苹果别啃得太深，因为果核含有氢氰酸，不利健康。

澳大利亚研究人员发现，苹果含有少量有害物质——氢氰酸。氢氰酸大量沉积在身体，会导致头晕、头痛、呼吸频率加快等症状，严重时可能出现昏迷。但也不必过分担心，苹果中的氢氰酸主要存在于果核，果肉里并没有。吃苹果时习惯啃到果核，虽不会马上导致中毒，但若长期这样吃，对健康不利。 （王瑶）

B 常吃豆类鱼类缓解关节疼痛

美国奥克拉荷马州立大学研究显示，关节炎患者连续3个月每天喝豆奶，疼痛感明显减轻，效果堪比止痛药。大豆富含的大豆异黄酮素，是一种能有效抑制关节炎症的植物激素。研究证明，吃毛豆也可以达到同样的效果。

另外，很多研究显示，吃鱼能缓解风湿性关节炎的关节疼痛和僵硬症状。鱼所含的欧米伽3脂肪酸能预防类风湿关节炎症，有效保护患者膝盖软骨。营养学家建议每周吃两次富含油脂的鱼，如三文鱼等。 （卢凯）

C 桌上放面镜子可缓解疲劳

高大的写字楼中，办公区通常会被划分成很多隔断。上班族每天工作也就围着办公桌转，视野不开阔、环境压抑，难免情绪烦躁，工作效率下降，不妨在办公桌上放面镜子改善心情。

美国哈佛大学研究指出，从心理学的角度来说，照镜子可以培养人的自信心。办公桌上放面镜子，当工作中出现困难或者心情不好时照一照，可以有效减轻心理压力和烦躁情绪。另外，长时间盯着电脑看，眼睛就会发干发涩，疲劳酸胀。这时如果看看镜子，依靠其反射原理，可从视觉上增加房间的通透性，拓宽人的视觉范围，从而起到缓解视疲劳的作用。 （周晓云）

看天气讲健康

天气干燥眼睛也干燥 市民宜多吃蔬果

本周仍然维持晴朗干燥的天气，冬至可能迎来新一轮降温，大风天气将加剧空中的干燥程度。

专家表示，由于近期天气干燥，来医院看干眼症的患者明显增多，尤其是常用电脑的年轻人。眼睛干涩、瘙痒、疲劳、有异物感，还有的动不动就流眼泪，这都是干眼症的症状。专家指出，天气干燥，泪液蒸发较多，加上用眼不当，是容易致病的原因。

专家建议，多吃蔬菜和水果，豆制品、鱼、牛奶、核桃、花生，增加维生素A、B1、C、E的摄入，每天可适当饮些绿茶或者花茶，保持水分的充足。其次要让眼睛得到充分休息，养成多眨眼的习惯。每次看电脑超过半个小时要看看远方，或者闭上眼睛休息一会儿。如果你最近感觉眼睛总流泪，眼部瘙痒、干涩，有异物感，经常视疲劳，特别是长期从事电脑作业的应及时就诊。 （李飞）

药膳

西洋菜排骨汤 清燥润肺止咳

组成：西洋菜500克、排骨500克、生姜3～4片、蜜枣2枚、调料适量。

制法：将排骨用开水洗干净，蜜枣洗净、去核、稍浸泡，西洋菜洗净，将各种材料放入瓦煲内，加清水，武火煲沸后改为文火煲30分钟，调味即可。

功效：西洋菜有清燥润肺、化痰止咳和利尿等功效，是治疗肺热咳嗽、鼻出血的理想蔬菜，用它煮成的汤素有“天然清燥救肺汤”之美誉，对慢性咽喉炎、咳嗽有一定的辅助治疗作用。排骨含有蛋白质和丰富的钙与磷，对促进儿童身体的生长发育及防止老年人骨质疏松有一定作用。 （刘欣）

编辑：杨璐 组版：左晓明