



卵巢囊肿不是已婚女性的“专利”

——访大同康复医院妇产科主任张雪峰

本报记者 王芳

说起“卵巢囊肿”，人们常常认为这是已婚女性才会得的病，而未婚女性应该不会得卵巢囊肿。大同康复医院妇产科主任张雪峰指出，卵巢囊肿不是已婚女性的“专利”。它可发生于任何年龄，但多见于育龄妇女，是妇科常见肿瘤，约占女性生殖系统肿瘤的三分之一。

“没想到昨天做的手术，三天就可以出院了，感谢康复医院为我解除了后顾之忧。”术后恢复良好的刘女士得知很快就能出院，非常高兴。

26岁的刘女士前段时间发现自己的腰腹部明显增大，尤其是早上平躺着的时候明显能摸到一个大包块，而且还出现了头晕、腹胀等症状，这让她觉得不太对劲，于是赶紧到医院检查。

在大同康复医院检查后，发现腹部增大的根源是患了卵巢囊肿，而且这个囊肿已经有十几厘米。妇产一科主任张雪峰说，幸好发现得及时，不然容易出现感染、扭曲、出血或破裂，到时就危险了。刘女士纳闷自己还没结婚呢，怎么就得卵巢囊肿，张雪峰主任告诉她，卵巢囊肿是女性生殖器常见良性肿瘤，各年龄段均可能患病，以20~50岁的女性多见，与是否结婚没有直接关系。

听到卵巢囊肿刘女士十分担心，她从来没做过手术，也没有想过会严重到这个地步。而且自己还没结婚呢，担心会影响将来结婚生宝宝。该院的专家团队为刘女士制定方案，利

用腹腔镜微创技术进行治疗。入院后第二天，主刀医生张雪峰凭借精湛的技术，在刘女士腹壁上开3个约0.5厘米的切口，不到一个小时便完成手术，手术既安全又顺利，术后刘女士生命体征平稳，安返病房。

门诊中，年轻女性患卵巢囊肿的并非少数。卵巢囊肿已不再是中年妇女的“专利”。张雪峰说，很多患者得了病都不知道，认为自己年轻，不可能出现这样的问题。甚至有人觉得囊肿还小，不以为然。实际上，这些想法都是不对的。卵巢囊肿可以发生在任何年龄段，一般高发于20~50岁女性。未婚女性如发现有月经失调、经量减少甚至腹痛等症状时，应提高警惕，及时检查，特别是身材偏胖的青少年女性更需注意。

腹腔镜微创是治疗卵巢囊肿、附件囊肿的成熟技术，对小到3厘米大到30厘米的囊肿均有较好的治疗效果，且对卵巢无任何损伤。由于不伤及卵巢，因此可以完整保留女性的生理功能，尤其适合于像刘女士这样有生育要求的女性患者，它成为目前治疗卵巢囊肿、附件囊肿的常用方法。

张雪峰介绍说，宫腹腔镜在妇科手术中的应用越来越普及，与传统手术方式比较，它具有创伤小、疼痛轻、恢复快、手术切口美容、并发症少等优点，已被广泛应用于妇科疾病的诊断和治疗。以往的传统开腹手术，直接在肚皮拉开一个十几厘米的口子，疾患是没有了，可术后恢复时间长，一些患者还存在伤口感染的问题和疤痕体质者的疤痕增生问题。她说，像卵巢囊肿、宫外孕、子宫肌瘤等绝大部分的妇科疾病都可采用微创手术。



子宫肌瘤会癌变吗？

——访大同凤凰妇产医院妇科(三)主任郭雨霞

的危害。

子宫肌瘤过大，导致月经量增多、经期延长，长期月经量太大会导致贫血，出现心慌、气短、乏力等不适，甚至引起贫血性心脏病；同时，月经量增多、经期延长往往会导致细菌侵害人体，引发盆腔炎、附件炎等妇科问题。

此外，如果子宫肌瘤出现在宫颈等影响生育的部位，可能会导致不孕不育，怀孕以后也容易流产。有一些人子宫肌瘤要切除后才可以备孕。

郭雨霞说，如果是体检偶然发现子宫肌瘤，平时没什么异常症状，而且子宫肌瘤体积不大，不影响生活，可以暂时不用治疗，继续观察3~6个月查看发展情况。接近绝经期的女性，绝经后肌瘤多可萎缩，症状可能会消失。但依然需要定期3个月做一次彩超检查，若出现恶变等问题就需要做进一步治疗。

在日常生活中怎么预防子宫肌瘤？郭雨霞建议，多吃蔬果、多喝水、忌食辛辣、忌烟酒等；保持心情

愉悦也是预防子宫肌瘤非常重要的一点；每年定期对身体进行检查，如果出现月经过多、白带异常等情况，要及时去医院做相关检查。

王芳



食醋好处多

对大同人来说，醋是必不可少的一种调味品，尤其是春节临近，家家户户餐桌上的荤菜多，那就更需要醋来调味、解腻。市田源酿造有限责任公司负责人高瑞举说，食醋的好处还有很多。

第一，醋能增进食欲。醋在调节食欲方面有一定的作用，最简单的调味方法就是用醋、酱油、蒜等凉拌菜。在饭前吃些醋拌的小菜，对食欲不佳的人有较好的开胃作用。

第二、醋能“减盐”。利用醋来提升食物的鲜美度比用盐要健康很多。在烹调时，少盐多醋不失为一种健康的饮食习惯。对于爱吃咸味儿的人来说，不妨在菜里加点醋。

第三、醋能抑菌。食醋中含有0.4%~0.6%的醋酸成分，可以在一定程度上抑制多种病菌的生长和繁殖。所以，人们在炒菜、拌凉菜时添加适量的醋，可以抑菌。

第四、醋能去腥解腻。醋可以消除内脏等一些食材的腥臭和异味。 广告信息