

子宫内膜增厚会癌变吗？

——访大同康复医院妇二科主任赵康

本报记者 王芳



不少女性在体检报告中看到子宫内膜增厚时,可能会想到子宫内膜癌。子宫内膜增厚真的会演变为癌症吗?大同康复医院妇二科主任赵康介绍,这要看子宫内膜增厚是哪种情况。子宫内膜增厚分为单纯型的增生、复杂型的增生和不典型的增生。单纯型的增生是不会致癌的,复杂型增生和不典型的增生则有可能引起子宫内膜癌。

同样的增厚、不同的结局

45岁的李女士最近经量变得特别多。例假的第5天,李女士赶紧到医院检查,B超结果显示内膜厚度7mm。医生建议再去做一个宫腔镜或者诊刮检查。检查结果显示为不典型的子宫内膜增生。这是不是内膜癌啊?李女士焦虑不已。赵康说,不典型增生的确存在潜在恶性以及进展为癌的风险,考虑李女士已生过宝宝,再无生育需求,医生建议她及早手术治疗。

另一位24岁的王女士在单位体检后,拿到B超单,也面临了同样的问题——子宫内膜增厚,并且有12mm。在网上查阅了资料后,她开始担心,将来会不会影响怀孕?会不会得癌症?王女士焦急地去了医院,医生详细地问了她的例假情况、生活习惯、服药情况、家族病史,然而这些都没有异常。医生告诉她,这次B超是经前做的,增厚很可能是正常的,等下次例假第5、6天再来做个B超看看。果然,一个月后,王女士的B超复查结果显示内膜厚度2mm,正常。

内膜到底多厚算增厚?

子宫内膜多少是厚?多少是薄?这

其实是个动态过程。赵康说,正常情况下,子宫内膜的厚度会随着例假周期发生“生长——增厚——脱落——变薄”。不同阶段子宫内膜的厚度也不同。

例假干净后,子宫内膜最薄,约1-2mm,随后卵巢产生少量雌激素,使子宫内膜进入增生期,逐渐增厚。这也是医生总让大家在例假第5、6天来复查B超的原因,此时内膜薄,如果有增生、占位也看得更清楚。

排卵后,进入分泌期的子宫内膜厚度可厚达10mm。例假快来时,内膜处于最厚的状态,增厚到15mm左右都算正常。

绝经期女性,子宫内膜厚度则≤5mm。若B超检查超过5mm,则考虑为子宫内膜增厚。

子宫内膜增厚会不会得癌?例假是否异常是判断标准。赵康说,如果子宫内膜检查出增厚,但没有不正常的阴道流血、不孕等症状,就不用太担心,可以等下次例假第5、6天,再做一次B超,比较能确定它到底有没有增厚。如果复查内膜厚度正常,那么说明只是生理性的增厚,没有问题。

如果复查持续增厚,或者平时还出现月经量多、经期长、淋漓不净、非经期出血等症状,可能与内膜息肉、内膜

增生甚至内膜癌等有关。这时候建议进一步做“宫腔镜检查+诊刮”,将子宫内膜细胞取出来做病理检查,看看子宫内膜是否有息肉、增生,再根据病理结果进行下一步治疗。

不过,也不用太担心,在子宫内膜病理性增厚中,内膜癌的发生率也只占很小一部分。赵康介绍,在发展为子宫内膜癌之前,内膜会有相当一段时期处于“子宫内膜增生症”的状态,包括子宫内膜单纯性增生、复杂性增生和不典型增生,这也给了医生早发现、早治疗的机会。这些既是例假失调的结果,又是继续造成例假失调的原因,所以如果持续一段时间出现例假不调,一定要及时就医。

绝经后内膜增厚尤其要注意

绝经后的女性由于体内雌激素缺乏,子宫内膜会变薄,一般不超过5mm。

如果停经后女性因更年期症状等问题有补充孕激素,子宫内膜会增厚,例假也可能来。如果没有补充孕激素,子宫内膜的厚度却超过5mm,特别是出现阴道流血、排液症状,就一定要引起警惕了。赵康强调,如果出现类似状况,需进一步进行诊刮或宫腔镜检查,看看子宫内膜是否有恶性病变。

频繁落枕可能与颈椎病有关

——访大同和平烧伤骨科医院院长郭永宝



落枕是一个比较常见的现象,很多人认为落枕跟颈椎病有关。事实果真如此吗?大同和平烧伤骨科医院院长郭永宝接受记者采访时说,如果是频繁落枕,就需要引起警惕了,因为频繁落枕是颈椎病的表现之一,说明颈椎已经出现病变了。

郭永宝说,落枕是指人在睡觉后突感颈部肌肉疼痛,尤以头颈部转动时更甚,临

床表现为晨起突感颈后部、上背部疼痛不适,以一侧居多,也有两侧俱痛者,或者一侧重、一侧轻。由于疼痛,使颈项活动不灵活,不能自由旋转,严重者俯仰也有困难,甚至头部强直于异常位置,使头偏向病侧。落枕一般是由于睡觉姿势不正确,或者是枕头的高矮、软硬度不适合,造成颈椎疲劳而出现的症状。偶尔的落枕不一定是得了颈椎病,但如果频繁出现落枕的症状,就可能是得了颈椎病。因为患有颈椎病的人,颈椎关节不稳定,颈部肌肉劳损明显,受到一点诱因的影响,如在睡眠姿势不正确或颈椎着凉的情况下,就会出现落枕的症状。

如何通过落枕来判断是否患了颈椎

病?郭永宝说,这一点主要参考落枕的次数,如果一个月发生几次落枕很有可能是颈椎出现了病变。因为从正常情况看,落枕应该是由偶尔的睡姿不良加上长时间深睡眠导致的,发生几率不是很大,几年内出现一次。如果是频繁发生落枕,就说明颈椎出现病变,长此以往必然会引起肌肉痉挛。频繁落枕,应及时去医院就诊。

郭永宝说,频繁落枕可能是早期颈椎病的表现,这时可以通过经常锻炼颈部肌肉、挑选合适的枕头、保持正确的睡姿等方式来缓解。但也可能是比较严重的颈椎病表现,此时就需要通过拍颈椎X光片,或者是做CT检查,早发现、早治疗,以免耽误病情。

锦秀



这些食物不宜与醋同吃(上)

醋是生活必备的调味品,不仅可以帮大家烹调美味菜肴,而且经常食用还会有意想不到的功效。市田源酿造有限责任公司总经理高瑞举说,适度、适时食用醋,才能真正发挥出醋的功效,但有些食物是不能与醋同吃的。

1.醋与牛奶

古人有“奶与酸物相反”的说法,醋中含有醋酸及多种有机酸。牛奶是一种胶体混合物,具有两性电解质性质,而且其本身就有一定的酸度。当食物酸度增加到一定程度时,则容易发生凝集和沉淀,不易被消化吸收。尤其是肠胃虚寒的人,更易引起消化不良或腹泻。所以,饮用牛奶或奶粉,不宜立即进食醋制食物。

2.醋与羊肉

羊肉大热,醋性甘温,与酒性相近,所以两物同食,容易生火。羊肉汤中不宜加醋,平时心脏功能不好及血液病患者更应注意。因为羊肉火热,功能益气补虚。醋中含蛋白质、糖、维生素、醋酸及多种有机酸,其性酸温,消肿活血,应与寒性食物配合,不宜与羊肉同食。

广告信息

大同市田源酿造有限责任公司
联系电话号码:5555559

如何远离癌症

这世界上,真有癌症免疫体吗?为什么有的人,明明年龄很大,却依然不会得癌;而有的人,明明很年轻,一发现就是晚期癌症。专家提醒大家,要想远离癌症,一定要保持良好的免疫力,但如何才能保持良好的免疫力呢?

没有什么特效的方法,最佳的方式就是养成健康的生活习惯,让自己的身体时刻处于最佳状态。

第一,爱喝水的人,离癌症会更远。水是生命之源,如果喝水很少,身体缺水,免疫力很快会下降。比如我们感冒的时

候,医生建议多喝水,其实就是为了补充水分,提高免疫力。

第二,爱运动的人,离癌症会更远。生命在于运动,每个人喜欢的运动方式不同,走路、健身、游泳、打太极、慢跑等,都是良好的运动方式,选择一种适合自己的运动,长期坚持。

第三,作息规律,不熬夜的人,离癌症会更远。长期熬夜,很容易降低免疫力,让身体更加疲倦,精神更加萎靡,时间长了,免疫力不差才怪。

第四,笑口常开的人,离癌症会更

远。笑一笑十年少,开心是一天,不开心也是一天,为什么不开开心心生活呢?良好的情绪会让你的免疫力更好。

第五,远离烟和酒的人,离癌症会更远。长期吸烟和酗酒,很容易降低免疫力。

第六,一日三餐规律的人,离癌症会更远。相反,不吃早餐,经常吃夜宵,会让癌症更近。

第七,爱吃蔬菜和水果,能够远离腌制、熏制、油炸等食物的人,离癌症会更远。

武珍珍