

乳腺核磁让女性远离“胸”险

——访大同新建康医院副院长兼影像中心主任刘利

本报记者 王瑞芳

乳腺癌是女性最常见的恶性肿瘤之一，严重危害女性的健康和生命安全。由于早期乳腺癌的症状不明显，往往被忽视。传统的检查方法主要依靠乳腺超声和乳腺钼靶X线摄影检查来诊断。随着影像学的不断发展，在乳腺癌诊断中，磁共振检查技术的作用日益明显，MRI成像除了能够提供各种形态学信息来诊断乳腺疾病之外，还能够联合动态增强成像技术，将病变的血流动力学信息充分显示出来，对乳腺癌的早期发现、早期诊断、早期治疗具有非常重要的作用。



今年9月中旬，56岁的李女士发现自己右乳有肿块，但没当回事，后来开始胀痛，在家人的劝说下，来到大同新建康医院检查。做B超时发现右乳约2cm×1cm的肿物，且甲状腺多发结节，最重要的是现在肿物的性质不好确定良性或恶性。后在影像中心主任刘利的建议下做了磁共振检查，很快明确了性质，考虑为恶性肿瘤，并确定了肿瘤的侵及范围。病理结果也证实了肿物确为恶性肿瘤。后经右侧乳房肿物切除术、甲状腺肿物微波消融术和乳腺癌改良根治术治疗，效果明显，手术圆满成功。

无独有偶，日前，患者刘女士在我市一家医院进行健康体检时，发现左侧乳房有两个1厘米大小实质性结节，性质不确定，随后行钼靶检查也未见异常。后来，她在医生的建议下到大同新建康医院做

了乳腺核磁共振平扫加动态增强检查后发现3枚实质性结节，结节在腺体和脂肪衬托下清晰明了。

据了解，这两例患者都是受益于装备在核磁共振上的乳腺核磁线圈展现的神奇威力，最终发现了病灶，为早日治疗赢得了时机。

目前，大同新建康医院开展的乳腺核磁检查是继乳腺超声、乳腺钼靶X线摄影检查后的又一乳腺癌诊断新利器。该院副院长兼影像中心主任刘利介绍，超声检查是利用了病变与正常腺体之间的回声差，得到成像后进行诊断的，可以从多个切面来观察乳房的结构，对乳腺组织的层次显示清楚，定位较准确，对青春期、妊娠期或高度小叶增生患者的乳房肿块更具敏感性。但由于有些乳腺腺体多的人或会出现回声差不明显，甚至没有回声差，易导致误诊。此外，超声对直径低于1厘米的恶性肿瘤容易遗漏。

钼靶检查能清楚地观察肿瘤边缘情况，清晰地显示钙化，尤其是细小的毛刺和肿瘤内的细小钙化点，能发现具有微小钙化的临床早期乳腺癌。但是，钼靶射线诊断时分辨率相对较低，难以清晰地显示乳腺软组织，对于年轻女性或致密型腺体组织，效果也并不理想，临床会出现误诊、漏诊，而且对检查者有一定的放射损伤。

而乳腺核磁检查对患者无放射性损伤，敏感性高，具有良好的软组织分辨率，能

够更加清楚地显示乳腺疾病的形态，更加准确地反映出病灶的动态强化特征，可定位<5毫米以下的微小乳腺肿瘤，其特异性、灵敏性、准确性显著高于钼靶X线和B超，非常适合有乳腺癌家族史等乳腺癌高危因素以及需要进一步确诊的患者。对乳腺癌有保乳手术意愿的患者，乳腺核磁可协助临床医生决定是否适合做乳腺部分切除。

刘利介绍，乳腺磁共振是继乳腺彩超和乳腺钼靶之外的另一项检查。如果说，彩超对乳房肿物敏感，钼靶对乳房钙化灶敏感，那么，磁共振则对乳房病灶良恶性判断更加敏感。磁共振乳腺扫描是目前乳腺疾病检查中的有效无创检查，与B超、钼靶结合对乳腺结节良恶性判断有效手段相比，磁共振乳腺扫描具有定位准确、侵犯范围明确的特点，能为临床提供可靠的诊断依据。然而，磁共振并不作为常规体检项目。他建议，初诊时乳房检查以触诊、彩超、钼靶为主，如果这三者中任一检查结果提示恶性病变可能，或者无法明确诊断时，才选择乳腺磁共振。同时，他提醒说，所有的乳腺检查最好在月经结束后的第7~10天进行，以避免因月经周期中乳腺生理变化而造成的干扰。

据了解，自2017年5月，大同新建康医院影像中心在我市率先开展乳腺磁共振检查以来，不仅填补了医院该领域项目的空白，更是为乳腺疾病患者诊疗带来了福音。



冬季谨防骨病发生

——访大同和平烧伤骨科医院院长郭永宝

本报记者 王瑞芳

今天迎来了二十四节气中的“大雪”，气温的下降，也意味一些与季节性相关的疾病进入高发状态。大同和平烧伤骨科医院院长郭永宝介绍，人体的骨骼相对比较脆弱，在冬季更是如此。尤其是天气转冷后，人体血液循环较慢，会使人反应迟钝，肢体协调性下降，容易摔伤。不少中老年人的关节一到这个季节就开始怕冷、怕风，有的甚至出现小腿骨痛的情况。另外骨质疏松的人群，一旦跌倒很容易发生骨折。

郭永宝指出，例如风湿骨病就是好发于冬季的一种病症。风湿骨病中医统称“痹证”，其原因主要由于正气虚弱，风寒湿邪乘虚而入流注于经络、关节、肌肉，气血运行不畅所致。多由寒冷、潮湿、季节气

候变化而引起、发作或加重。因此，在寒冷的气候环境下，患者需要避免一切可致病情发生的细节，如不碰凉水、注意保暖等。

采访中，他还提醒大家，要想拥有健康的身体状态，就需要从日常小事做起，远离不良的生活习惯。除了做好自身日常的护理，预防骨折、骨关节炎、颈椎病的产生，还可以从以下几个方面预防骨病的发生。

郭永宝说，冬季适度锻炼可以促进腰腿肌肉的血液循环，改善局部营养，增强腰腿部的力量与灵活性，对于预防腰腿痛的发生很重要。但他同时提醒，冬天因寒冷可导致肌肉收缩，会影响身体动作的灵活性，所以在锻炼时不要进行腰腿部急剧的运动，避免造成腰腿部的损伤。

此外，在饮食方面还要控制高脂肪膳食，脂肪在体内氧化过程中能产生一种酮体，过多的酮体对关节有较强的刺激作用。有人做过实验：让16名关节炎病人每天吃高脂肪膳食（肥肉、油炸食品等），结果关节炎症状明显加重，有的甚至出现关节肿胀、强直、活动障碍等。当停止吃高脂肪膳食后，症状很快缓解或消失。因此，关节炎患者宜控制高脂肪膳食。不过，食物的选择宜丰富，特别要吃富含蛋白质的食物如鸡蛋、瘦肉、大豆制品，还宜多吃富含维生素C的蔬菜水果。维生素C可抑制炎性渗出，促进炎症吸收。风湿活跃、关节红肿热痛时，要忌吃辛热燥火的姜、辣椒、葱、羊肉、狗肉之类。



冬天吃醋好处多

冬季干燥寒冷，各种病菌也伺机向人们侵袭，适当吃醋对身体是有好处的。

一、醋能杀菌 每次流感一来，大家都在家熏醋，就是为了杀灭细菌。醋能在30分钟内，杀死化脓性葡萄球菌、沙门氏菌、大肠菌、赤痢菌、腐败中毒菌、好盐性菌等。所以吃海鲜时沾醋，也是为了杀菌。

二、消除疲劳 醋里有丰富的有机酸，可以促进糖类代谢，分解疲劳物质，可以消除我们的疲倦感。

三、帮助消化 醋含有挥发性物质及氨基酸等，能刺激大脑神经中枢，使消化器官分泌大量消化液，增强消化功能。

四、扩张血管 醋可以防止心血管疾病，可以降低我们的血压，还可以降低尿糖含量，对糖尿病有预防的作用。

五、防感冒 有些人身体抵抗力比较差，一到病毒繁殖的季节，就容易中招，用醋也可以预防感冒。用醋涂抹鼻孔，可防止病毒从鼻腔进入，预防感冒。王瑞芳



大同市田源酿造有限责任公司
联系电话号码：5555559

市卫健委举办

艾滋病科普宣传活动

“生命至上 终结艾滋 健康平等”，是今年我国艾滋病宣传活动的主题。12月3日，由大同市卫生健康委员会主办的大同市艾滋病科普宣传活动在大同市平城区举行。

当天，大同市卫生健康委员会志愿者先后前往老年大学、社区、工地以及医院开展防艾宣传活动。活动现场，通过悬挂横幅，展示宣传海报，发放防艾纪念品等形式，向不同人群讲解艾滋病传播途径、预防措施和相关常识，倡导文明健康的生活方式，呼吁大家共同参与防艾宣传，帮助广大群众正视艾滋病、关注艾滋病、预防艾滋病，营造全民参与艾滋病防治工作的良好氛围。

大同市第四人民医院联合新侨妇产医院为医护人员做防艾专题讲座。主讲人第四人民医院刘卫东主任表示，妇产医护人员也是容易接触艾滋病病毒的群体，要在工作中注意防护，学会保护自己。讲座从“解读艾滋病相关知识”、“当医护人员遇上艾滋病，该如何保护好自己？”、“医务人员艾滋病病毒职业暴露的防护及处理”、“艾滋病对家庭的影响”、“我国对于艾滋病治疗的政策与保障”等五个方面向大家进行详细讲解。

通过此次宣传活动，进一步增强了群众对艾滋病的防范意识，牢固树立了健康第一的理念，提高了群众艾滋病防治知识知晓率，营造了一个全民关心、支持、参与预防艾滋病宣传的良好氛围。王瑞芳