

不同年龄，妇科检查有差别

——访大同康复医院副院长、妇科专家郭美莲

本报记者 孙晓娟

随着生活水平的提高，人们对健康问题日益重视，很多人每年一次甚至半年一次做体检。客观讲，健康检查非常必要，通过体检，可以比较清楚地知晓自己身体健康状况，及时发现健康方面的问题。只是眼下体检项目分门别类，尤其是妇科体检项目更多，有时真不知道该如何选择。项目选少了，怕遗漏了健康隐患，选多了又怕浪费时间金钱。带着这些问题，记者采访了大同康复医院副院长、妇科专家郭美莲，请她谈谈女性健康体检有关问题，了解一下除了血、尿常规基础体检外，还需要做哪些妇科专科检查以及需要注意的事项。

年龄不一样，检查有差别。除了那些血、尿常规生化、胸片、心电图等项目之外，女性体检套餐种类繁多，根据年龄不同，妇科体检项目也有所差别。采访中，大同康复医院副院长、妇科专家郭美莲详细介绍了女性在各个生理年龄段不同体检项目。

青春期主要检查月经和性征发育情况；性成熟育龄期除了宫颈癌筛查外，还需进行腹部和子宫附件B超检查；绝经过渡期需要关注肿瘤和心脑血管疾病筛查；绝经后仍需进行常规妇科检查和生殖系统肿瘤筛查，以及心脑血管疾病和骨密度筛查。有遗传病史或其他病史的女性，还要注意进行相关内容的检查。

女性健康体检有必要

健康体检的重要性已成为大众共识，对于女性而言，其重要性亦然。郭美莲介绍说，女性定期进行妇科检查可以帮助保护女性身体健康，并预防许多疾病的发生风险。

早期发现和治疗：妇科检查可以帮助医生及时发现许多问题，如癌症、感染、子宫内膜异位症等，并及早给予对症治疗，增加治疗成功机会。

调节月经周期：妇科检查可以帮助医生检测月经周期是否正常，并帮助调节周期不规律等问题。如果月经周期不正常，这可能是生殖系统中某种问题的前期迹象，可能需要进一步检查和治疗。

健康计划：妇科检查还可以帮助制定个人健康计划，例如制定避孕方法、妊娠计划等。这些都可以帮助女性更好地了解自己的身体和健康需求。

总之，定期进行妇科检查对于女性健康是很必要的。

妇科体检因年龄而定

一般来说，大多数女性每年应进行一次全面体检，以便及早发现和预防潜在健

康问题。具体到每个年龄段与体检频率大致应该是：

18~39岁，每两到三年进行一次全面体检。如果存在家族病史或其他健康风险因素，则应遵循医生建议，增加体检频率。

40~64岁，每年进行一次体检。因为随着年龄增长，患慢性疾病的风险增大，如妇科常见病、高血压、糖尿病和心血管疾病等。

65岁及以上，同样每年进行一次体检，老年人群更需密切监测身体状况，预防和及时处理慢性病。常规体检的内容主要有血常规和尿常规检查，帮助检测贫血、感染和其他潜在健康问题。

血糖和血脂检测是评估糖尿病和心血管疾病风险。

肝功能和肾功能检查，评估肝脏和肾脏健康状况。

心电图是检查心脏功能，有助于早期发现心律失常、冠心病等问题。

妇科疾病种类繁多，常见的检查项目有妇科超声检查、白带常规检查、TCT检查、性激素六项检查、肿瘤标志物检测等。若对妇科检查存在疑问或发现异常，及时就医，遵医嘱处理。

妇科超声检查：通过超声波观察子宫、卵巢、输卵管等器官的形态、大小和结构，适用于检查子宫肌瘤、卵巢囊肿、盆腔积液等疾病。其原理是利用声波的反射和接收形成图像，能清晰显示内部情况。

白带常规检查：主要检查阴道分泌物的清洁度、有无病原菌等，常用于诊断阴道炎、宫颈炎等炎症性疾病。是通过显微镜观察白带中的细胞、细菌等成分，判断是否存在感染。

TCT检查：即液基薄层细胞检测，是一种宫颈癌细胞学检查技术。它主要用于检查宫颈细胞并进行细胞学分类诊断，不仅能判断女性是否存在宫颈病变，还能发现部分微生物感染，如霉菌、滴虫、病毒、衣原体等。

性激素六项检查：检测体内的雌激素、

孕激素、雄激素、促黄体生成素和催乳素水平。可帮助诊断内分泌失调相关的妇科疾病，如月经不调、闭经等，通过测定血液中的激素含量来反映内分泌功能。

肿瘤标志物检测：如CA125、CA199等，对卵巢癌、子宫内膜癌等肿瘤的诊断有一定的参考价值。是通过检测血液中特定的蛋白质或物质含量，辅助判断是否存在肿瘤。

如遇有特殊情况的女性还需要进行有关专项检查，比如，孕妇要根据孕期不同阶段，遵循产科医生的建议，定期进行特定体检项目。更年期的女性则可增加骨密度检测，评估骨质疏松风险等。

定期体检是维护健康的重要手段，通过早期发现并干预潜在健康问题，可以更好地预防疾病发生风险，提高生活质量。

HPV检查需关注

郭美莲强调，妇科体检要特别关注HPV项目。他指出，HPV是指人乳头瘤病毒，人乳头瘤病毒检测的作用主要包括及早发现感染、预防疾病恶化、指导治疗、评估治疗效果、减少病毒传播等，建议定期进行相关检查。

人乳头瘤病毒感染后可能会引起多种疾病，如尖锐湿疣特别是宫颈癌等。通过检测，可以及早发现体内是否存在病毒，从而及时采取治疗措施。其次，预防疾病，对于已经感染人乳头瘤病毒的女性，定期检测可以帮助监测病毒的活动情况，防止导致疾病或转化更为严重。再次，指导应对措施，HPV检测结果可以为医生提供重要的诊断依据，帮助医生制定更精确的防治应对方案，提高治疗效果。最后，评估治疗效果，在治疗过程中，定期进行该病毒检测可以评估治疗的效果，及时调整治疗方案。定期进行HPV检测，及时发现并治疗，不仅有利于患者健康，还可以提高患者防止病毒传染的自觉性，从而减少对他人乳头瘤病毒的传播。

哪些人群易患牙周病？

如果牙结石很多，牙龈红肿出血、发炎，这时就要当心牙周病了。牙周病不仅会影响口腔健康，严重时还会导致牙齿脱落，影响生活质量。下面一起来看看哪些人群易患牙周病？有对应情况的朋友们请特别关注牙周健康。

口腔卫生不良是导致牙周病的首要因素。不少朋友不注意口腔清洁，食物残渣、牙垢等长期堆积，钙化成牙结石，表面粗糙的牙结石持续吸引细菌附着，容易刺激牙

周组织，诱发牙周疾病。

长期吸烟是导致牙周病的一个重要因素。焦油会沉积于牙齿表面形成烟斑，粘附细菌，形成结石，刺激牙周组织产生炎症。吸烟不仅会增加患牙周病的风险，还会使牙周病的治疗变得更加困难。

牙齿拥挤是患有牙周病的高风险人群。牙列不齐容易出现口腔清洁不到位的情况，导致食物嵌塞，从而引发牙周病。

中老年人群随着年龄的增长，牙齿的

牙周组织也会随着年龄的增长而逐渐退化，导致牙齿松动、牙缝变大等问题，增加了食物残渣和牙菌斑的滞留，从而引发牙周病。因此，中老年人更应该注重口腔保健。

生活中我们应该如何预防牙周病呢？其一，养成良好的卫生习惯，坚持每天早晚刷牙，特别是晚上睡觉前刷牙非常重要。其二，饭后漱口，使用牙线、牙缝刷等工具清洁牙缝。如果在刷牙或吃东西时出现牙龈出血的现象，就需要引起重视，尽早到口腔机构就诊，定期(每三个月)进行一次口腔检查及洗牙，及时清除牙结石。



书荣齿科
国家资助窝沟封闭、涂氟指定医疗机构

固发护发有这些好方法

男人不爱照镜子？未必。四十不惑的刘先生每天起床头件事儿，就是要对着镜子左瞧右瞧自己的头发，并发出阵阵叹息。“望着自己头顶原来茂盛的‘森林’，变成了如今的‘地中海’。我心里那个难过，看着每天狂脱的秀发，又没有丝毫办法，这实属糟心。”刘先生十分郁闷地跟记者发着

牢骚。那么，人过中年，脱发的原因到底是什么呢？有什么好办法治疗吗？带着这些疑惑，记者采访了我市老中医专家张夫山，他行医多年，在许多中医领域有自己独到的见解。

张夫山说，并不是说只要掉头发就属于脱发，一般来讲，每天掉的头发50根左

右，且在头发脱落后还能重新长出来，那么此现象就属于人体正常的代谢情况，无需过多担心。但如果每天掉的头发超过估计有100根，且新发的生长远远跟不上掉发的速度，那么这就属于脱发了。

脱发的原因有很多，除了家族先天遗传的先天性脱发外，精神压力过大、熬夜、饮食失衡、抽烟、烫发、暴晒，伴有其他疾病等都可能诱发脱发。从中医的角度讲，内分泌失调、肾亏血虚、精神压力大这三大方面原因通常是脱发的主要因素。

对于脱发的治疗，在生活上张夫山建

议患者可以从以下几个方面来注意：一是少吃辛辣油腻食物，加强锻炼身体；二是不要用易产生静电的塑料梳子梳头，油脂分泌过旺的人每周应洗头2~3次；三是注意饮食均衡，可以常吃蔬果、海带、桑葚、核桃等，给头发增加营养；四是注意休息，尽量避免熬夜。

药物治疗方面，张夫山建议病人喝些生发的汤剂，常见的有首乌黄芪鸡蛋煲、首乌黑芝麻红枣汤等，但一定要经过医生的诊断后，再开方剂。

(晓娟)