

# 子宫切除不会让腹腔器官下垂

——访大同康复医院妇科主任吴继英

本报记者 孙晓娟

在妇科临床诊疗工作中，子宫切除是一项应用多年、技术成熟且安全可靠的常规手术，并不会让腹腔器官下垂。该手术主要针对子宫肌瘤、重度子宫腺肌病、顽固性子宫异常出血、子宫内膜病变及子宫恶性肿瘤等病症，这类疾病往往通过药物调理、微创保守治疗等方式无法根治，长期迁延会让女性饱受腹痛、贫血、经期大出血等病痛折磨，严重损害身体健康和正常生活质量。实施子宫切除手术的核心目的，是精准切除病变子宫组织，从根源上消除病痛病灶，帮助患者摆脱长期身体煎熬，回归平稳健康的身心状态，是临床守护重症女性生殖健康、改善生活品质的重要治疗手段。

大同康复医院妇科主任吴继英介绍，她长期临床接诊中发现，绝大多数术前咨询、术后康复的女性患者，都存在一个普遍性顾虑，担心子宫切除后盆腔内部出现空缺，膀胱、肠道等腹腔盆腔重要器官失去依托，会随之出现下移、下垂等问题。事实上，这种担忧毫无科学依据，是女性群体中流传最广的妇科健康认知误区。

以下是吴继英结合人体生理解剖常识与临床手术实操规范，拆解背后核心原理，为女性破除恐慌、放下心理包袱，科学正视子宫切除手术所作的科普文章。

首先要明确核心生理常识：人体腹腔与盆腔内的每一个脏器，都配有专属且独立的固定支撑系统，器官位置稳定依靠自身配套结构维系，并非依靠子宫充当支撑依托。大家可以把盆腔和腹腔比作一台结构精密、构件分工明确的稳固腔体收纳结构，膀胱、直肠、小肠等各类脏器各司其职，且每个器官都有专属的韧带、筋膜及盆底肌肉结缔组织作为专属支撑支架。这些结缔组织质地坚韧、弹性适中、附着力强，牢牢贴合固定在盆腔壁与腹腔壁之上，形成稳定的力学支撑体系，能常年将各个器官精准固定在固有生理位置，保障排尿、排便、消化吸收等各项生理功能正常运转。这套天然固定支撑系统自成闭环、独立运行，即便没有子宫存在，也不会出现松动、

塌陷、移位等情况，器官支撑稳定性完全不受影响。

很多女性存在认知偏差，核心是误解了子宫的生理作用。子宫作为女性专属生殖器官，核心功能仅为孕育胎儿、生成月经周期，同时微量调节身体内分泌状态。全程不承担任何腹腔、盆腔器官的支撑承重作用，更不是盆腔整体结构的核心承重支点。临床专业医生开展子宫切除手术时，不会随意破坏盆腔原有支撑结构，手术仅精准剥离子宫专属连接组织，对于与膀胱、直肠等器官相关的支撑韧带和筋膜，都会进行细致缝合、科学加固与妥善修复。手术全程最大限度保留盆腔原生支撑体系的完整性，规避手术操作带来的不必要组织损伤。简单来说，子宫切除只是移除病变生殖器官，原本支撑其他脏器的韧带、筋膜、肌肉支架全部完好无损，各类器官的固定位置不会发生任何改变，自然不会出现腹腔器官下垂现象。主观臆断认为子宫是盆腔核心承重构件，一旦切除就会导致盆腔结构失衡、整体塌陷，进而引发脏器下垂移位，是大众深陷器官下垂的认知误区。

多年临床实践早已印证，绝大多数符合手术指征、顺利完成子宫切除的患者，只要遵循医嘱做好术后基础康复，身体恢复效果都十分理想。术后既没有出现任何器官下垂相关不适症状，也不会影响日常工

作、生活起居，反而彻底摆脱了多年顽固妇科病痛困扰，睡眠质量、精神状态和整体生活品质都得到大幅提升。

需要特别提醒女性患者，子宫切除术后科学休养护理必不可少，这是保障身体快速愈合、规避术后常见不适的关键举措。术后休养核心是促进手术创口愈合、恢复身体元气、强化盆底肌肉基础力量，并非专门为预防器官下垂而进行的特殊防护。患者术后需谨遵医嘱规律作息，保证充足静养时间，术后短期内严禁搬运重物、频繁下蹲、剧烈运动等增加腹压的行为；日常饮食注重营养均衡，多补充优质蛋白、维生素及膳食纤维，助力创口愈合与身体机能恢复；身体条件允许后，循序渐进开展温和的盆底康复训练，增强盆底肌肉收缩力与韧性，加快盆腔软组织修复，筑牢盆底健康基础，规避腹胀、下腹坠胀等常规术后不适。

总而言之，子宫切除手术只是针对性治疗妇科重症的常规医疗手段，仅切除病变子宫组织，不会破坏盆腔、腹腔原有器官固定支撑结构，绝对不会引发腹腔器官下垂问题。需要接受这项手术的女性，无需被不实认知困扰焦虑，无需过度心理内耗，要积极配合术前常规检查、遵从医生诊疗方案，保持平和稳定的心态去接受治疗。

## 皮肤病高发季 用错药可能适得其反

春夏之交，气温回升、草木复苏，正是皮肤疾病的高发期。记者走访多家医院皮肤科了解到，近期毛囊炎、过敏性皮炎、荨麻疹等患者明显增多，不少人出现皮肤红痒、起疹等症状后，图方便自行到药店买药膏涂抹，殊不知用错药反而会加重病情。

上周末，小刘和家人到郊外踏青，回家后不久，就觉得手臂发痒，仔细一看，原来手臂上冒出了不少针尖大小的红色丘疹，而且越抓越痒。情急之下，她就到附近药店买了一支常用的软膏涂抹，想着能快速止痒。可没想到，涂抹后不到一天，手臂反

而更不舒服了，原本细小的丘疹长成了直径5毫米左右的丘疱疹，又痛又痒。无奈，她赶紧到医院就诊，经过医生检查，其患上的是细菌性毛囊炎，而她用的软膏属于弱效激素药物，不仅不能杀灭细菌，还会加速细菌繁殖，导致病情加重。

市一医院皮肤科主任叶丽霞介绍，春夏之交，正是毛囊炎、过敏性皮炎、荨麻疹等皮肤病高发的时节。毛囊炎分为细菌性和真菌性两种。近来气温升高，市民外出踏青游玩时，如果接触了花草草上的菌群，或者不干净的水或者陈年旧物等，很容

易患上毛囊炎。此外，天气变热后身上出汗出油多，皮肤表面嗜油类细菌、真菌大量繁殖，如果不及时清洁，也容易引发毛囊炎。

过敏性皮炎则与季节密切相关，春季植物生长旺盛，花粉、树屑等分泌物接触皮肤或被人体吸入，就可能引发过敏反应。荨麻疹是全世界发病率最高的过敏性疾病之一，发病因素十分复杂，既有日晒、冷热刺激等外源性因素，也有情绪激动、运动等内源性因素，特点是身上起风团，时起时消，退后不留痕，但如果遇到发病严重的情

况，可能引发喉头水肿、窒息，危及生命，需立即送就近医院抢救。

叶丽霞提醒广大市民，外出踏青后若身上出现红色丘疹、瘙痒等症状，千万别自行乱用药，一旦用药不当，很容易加重病情。毛囊炎需用根据种类使用抗生素类软膏或抗真菌软膏；治疗过敏性皮炎首选抗炎、抗过敏的激素软膏；荨麻疹则以口服抗过敏药配合散热、消肿、抗过敏的外用药物，例如炉甘石洗剂、丹皮酚或者激素软膏，缓解症状为主。（王瑞芳）

## 预防高血压需劳逸结合

高血压为慢性疾病，是指以体循环动脉血压增高为主要特征，可伴有心、脑、肾等器官的功能或器质性损害的临床综合征。

大同新和医院综合内科张富明介绍，高血压被称为“无形的杀手”，一方面是由于大多数患者发病时毫无征兆，另一方面是因为高血压是一种极具危险性的慢性病症，它会导致冠心病、脑卒中等其他疾病，严重威胁着患者的生命安全。

张富明介绍，造成高血压的原因有很多，常见的有遗传因素、疾病因素和不良生活习惯3大类。遗传因素方面，比如父母或家族其他成员有高血压，患高血压的概率就会比其他人更高；疾病因素方

面，比如本身患有肾脏疾病、糖尿病等，也会引起血压升高；不良的生活习惯导致的高血压多发生于年轻人，如抽烟、经常吃高盐高脂食物、长期熬夜、作息混乱等都会造成高血压。

大部分高血压患者早期没有明显症状或者症状非常轻微，易被人忽视，然而一旦出现症状，常常伴随着突发性心脏病、心力衰竭、中风等致命性疾病。因此，我们必须对高血压引起重视。那应该怎么做才能有效预防高血压呢？

**合理膳食** 避免过多摄入糖类、脂肪、食盐等。

**劳逸结合** 生活起居一定要有规律，注意劳逸结合。平时适当参加一些娱乐活

动，放松心情。

**适度运动** 适当运动可以保持健康体重，有益身心健康。当然运动也要适度，每次运动时间以不超过2小时为宜。

**保持情绪稳定** 良好的状态会使身心健康获益匪浅，在生活中学会自我调节情绪，保持健康平和的心态。

**定时监测血压** 在无明显不舒服的情况下，建议每周测一到两次血压，如发现血压异常，可到医院进行检查。

如果已经患上了高血压，在日常生活中更应该多加注意，以免血压迅速升高带来生命危险。

首先，高血压患者的饮食要注意定时定量，不要吃得过饱，尤其是晚餐，切忌暴

饮暴食。其次，要注意低盐低脂，因为盐摄入过多会引起血压升高，而高脂高胆固醇的饮食也不利于血压控制，所以应减少盐和动物脂肪的摄入。再次，要注意膳食均衡，多食用蔬菜水果，吃一些富含钾和食用纤维的食物，比如新鲜的蔬菜水果或者豆制品等。最后，应注意戒除烟酒，远离二手烟，以免引起血压升高或加重其他心血管和脑血管疾病。

张富明最后提醒，当高血压患者出现血压异常升高的情况时，切不可大意，很可能是出现了危险状况，需要带上平时服用的降压药，立即去医院就诊。

（武珍珍）