

烟雾病的诊断和治疗

□郭松波

烟雾病是一种罕见的脑血管疾病，会引起儿童和青年人卒中。烟雾病会导致颅内动脉狭窄或阻塞，使大脑血流减少，使卒中的发生风险上升，严重影响患者的生活质量。随着磁共振血管成像(MRA)等脑血管无创检查技术的出现和发展，烟雾病的检出率在世界范围内均呈上升趋势。烟雾病的发病率在不同国家和地区有所不同，在东亚国家发病率最高。

烟雾病的症状因年龄和病情而异。其临床表现主要有脑出血和脑缺血两种类型。在儿童中，烟雾病的首发症状通常是卒中或

反复发作的短暂性脑缺血性，经常伴影响身体一侧的肌肉无力或瘫痪。在成年人中，烟雾病的最常见症状是脑出血（出血性卒中）。目前，尚没有方法可以预防烟雾病。但是，早期诊断和早期治疗可以帮助管理症状并减少并发症的风险。

如何诊断烟雾病
对于烟雾病的诊断，通常需要经验丰富的神经外科医生详细了解患者的症状、家族史和既往病史，并进行身体检查。另外，还需要进行多种影像学检查，来诊断烟雾病和发现潜在问题。

磁共振成像(MRI)。磁共振

成像通常用来检查患者有无脑血管病变引起的缺血或出血灶，而磁共振血管成像可显示颅内血管的图像，可用于烟雾病的筛查。

脑灌注成像(PWI或CTP)。脑灌注成像用于检查脑皮层血流灌注的情况。

脑血管造影(DSA)。脑血管造影是诊断烟雾病的金标准。如果出现颅底烟雾血管形成，以及双侧大脑前或大脑中动脉闭塞，可诊断为烟雾病。但是，脑血管造影检查为有创检查，需要患者到介入手术室，并注射造影剂，然后使用X线或CT扫描来查看大脑血管。

血液化验。这些检查可以帮助医生排除其他可能导致类似症状的病变。

如何治疗烟雾病
烟雾病的治疗包括药物治疗和手术治疗。药物治疗主要是为了预防卒中，可使用抗凝剂和抗血小板药物。手术治疗主要是为了改善脑部血流，包括直接和间接血管重建手术。直接血管重建手术包括外侧颈动脉-内侧颈动脉搭桥手术，间接血管重建手术包括颅内外动脉贴敷术和脑膜动脉贴敷术等。

烟雾病患者的预后
烟雾病患者的预后因年

龄、病情严重程度、治疗方法等因素而异。手术治疗是目前最有效的治疗方法。大量研究证明，烟雾病的直接或间接搭桥手术可以明显改善患者预后，明显降低患者脑出血或缺血的发生风险。但是，手术后的预后仍然存在很大的不确定性，一些患者可能会出现术后脑出血、脑梗死等并发症，而且目前的治疗手段不能消除只能降低患者的出血风险，更不能使患者的脑部血流变得像正常人一样。

（作者供职于郑州大学第一附属医院）

绝经后阴道出血，当心子宫内膜癌

□金 洋

大多数女性进入青春期以后，便会来“大姨妈”(月经)。“大姨妈”月复一月、年复一年地陪伴着我们走过数十载。到了绝经的年龄，想着终于可以送走“大姨妈”了，却不料这位老朋友又带来了新的困扰。

高女士已经绝经3年了，上个月“大姨妈”突然又来了。赵女士今年55岁，之前“大姨妈”每个月准时来，这几年大姨妈半年来一次，一来就是一个月，真让人头疼。

对于正常女性，月经是伴随卵巢周期性变化而出现的子宫内膜周期性脱落及出血。

月经周期为21天~35天；经期2天~8天，平均4天~6天；月经

量平均20毫升~60毫升，超过80毫升为月经过多。而月经停止一年后再次出现阴道出血，就是我们常说的绝经后阴道出血。

绝经后阴道出血的常见原因：

1.女性生殖系统疾病：这是绝经后阴道出血最主要的原因，包括老年性阴道炎、子宫内膜炎、子宫黏膜下肌瘤、子宫内膜息肉、子宫肉瘤、卵巢肿瘤、输卵管癌、子宫内膜癌、宫颈癌等。

2.由血小板减少性紫癜、再生障碍性贫血等全身性疾病或宫内节育器引起的阴道出血。

其中，最需要警惕的是子宫内膜癌。要知道，绝经后阴道出

血绝不是带您重返青春，而是来敲响警钟的。

绝经后阴道出血，是在发出以下警示信号：

1.不规则阴道出血（主要表现为绝经后阴道出血）、阴道排液（多为血性或浆液性，并发病变时可出现脓血性排液、恶臭等），以及下腹痛或腰骶部疼痛。

2.妇科检查时发现子宫增大、压痛及出血等。

3.B超检查结果提示子宫内膜增厚（绝经后的子宫内膜超过5毫米、回声不均或见异常回声团等）。

4.实验室检查结果提示肿瘤标志物如CA125升高等。

哪些女性容易在绝经后出现阴道出血？

大多数子宫内膜癌的发生与雌激素的长期作用密切相关，常见于以下人群：初潮早，绝经晚者；无排卵型异常子宫出血患者；多囊卵巢综合征患者；不孕不育者；肥胖、高血压、糖尿病患者；卵巢颗粒细胞瘤、卵泡膜细胞瘤等功能性肿瘤患者；长期使用雌激素、他莫昔芬或有雌激素增高病史者；有乳腺癌、子宫内膜癌家族史者。另外，少数子宫内膜癌患者的发病与雌激素无明显相关性。

普通女性一生中罹患子宫内膜癌的风险约为2.6%，林奇综合征女性高达50%~60%。

小儿肺炎的防治

□王 艳

小儿肺炎是由细菌、病毒等病原体及其他因素引起的肺部炎症。

大多数肺炎患儿会有发热、烦躁、厌食、憋喘等症状，发病早期体温可达到38摄氏度~39摄氏度；随着疾病的发展，体温可能超40摄氏度。另外，患儿在发病期间，还会有精神萎靡、食欲不振、腹泻等症状；年龄较小的患儿可能出现呛奶、吐奶，甚至呼吸困难等症状。

如何防治小儿肺炎？
1.加强空气流通。小儿肺炎多是由病菌、病毒侵袭肺部所致，如果居住环境空气流通性差，极易导致细菌滋生。因此，建议家长定期开窗通风，加强所处环境的空气流通，从而预防小儿肺炎。
2.定期接种疫苗。接种流感

病毒疫苗、肺炎链球菌疫苗是目前预防小儿肺炎较为有效的手段。建议家长积极带婴幼儿接种相关疫苗，从而降低小儿肺炎的发病率。

3.增强体质。提倡母乳喂养，提高婴儿免疫力。身体素质较好的婴幼儿能够凭借自身免疫力，有效抵御病菌、病毒的侵袭，从而避免小儿肺炎的发生。建议家长多带婴幼儿到户外进行活动。

4.注意饮食。在日常生活中，尽量选择一些好消化、易吸收且富含能量及维生素的食物，确保营养均衡。

5.采取相关防护措施。被动吸烟、接触被污染的物品或肺炎患者，均有可能引发小儿肺炎。建议家长在带婴幼儿外出时戴好口罩，适当远离人员密集的公共

场所。
6.注意卫生。防止病从口入，外出回家及饭前便后及时清洗双手。定期清洗家里可能被病原菌污染的地方，比如电话、玩具、门把手、冰箱把手等。

7.患病后要做到早诊早治。当患儿仅有发热、咳嗽症状时，可在家中及诊所治疗；如果出现明显呼吸困难时，应送医院治疗。注意不要包裹太严密，以免患儿窒息。

8.孩子患了肺炎会出现发热症状，家长要鼓励孩子多喝水，酌情对孩子进行温水擦浴，进行物

理降温。擦浴部位有四肢、腋下、腹股沟、腘窝等血管丰富处，适当延长擦浴时间，以利于增加散热。如果物理降温效果不佳，体温达38.5摄氏度以上，可使用世界卫生组织推荐的较为安全的退热剂（布洛芬或对乙酰氨基酚）。

如果孩子不到6个月，发热以物理降温为主；3个月以下不推荐使用退热剂。如果孩子持续发热（体温高于38.5摄氏度），退热药需间隔4小时重复使用，4小时内发热，应进行物理降温。

9.在诊疗过程中，需要配合医生进行必要的化验和X线等检

查，以便明确病原体及肺炎的严重程度，给予针对性治疗。

10.在治疗期间，注意饮食清淡。孩子得了肺炎，饮食调养很重要。在孩子康复期间，饮食一定以青菜面条、粥为主。

11.孩子患肺炎后免疫功能有可能暂时降低，治疗后应休息1周~2周，方可正常活动。

对于孩子，一定要注意日常生活与饮食，降低患病的概率。平时多带孩子锻炼身体，接受日光照射，增强免疫力。

（作者供职于鹿邑真源医院儿科）

很有必要。

如何预防梅毒母婴传播？

为了保障母亲和胎儿的健康，孕妇在早孕体检时，最好在妊娠前3个月内，及早做梅毒血清学实验，明确感染状况。如果孕妇被确诊感染了梅毒，一定要及早、足量、规范进行梅毒治疗，首选青霉素治疗，禁用四环素、多西环素，一方面治疗孕期梅毒，另一方面预防婴儿患先天性梅毒。在妊娠16周前，胎儿的营养是由绒毛膜供给的，绒毛膜由两层细胞组成，梅毒螺旋体不易穿过；怀孕16周后，由于胎盘中的滋养层细胞逐渐萎缩，胎儿的营养供给由胎盘代替，此时梅毒螺旋体可以顺利通过胎盘并进入胎儿体内。因此，不管妊娠前是否进行过治疗，为了确保孕妇体内的梅

毒螺旋体已无致病性，一般在妊娠3个月内和7个月内要进行2个疗程的治疗。在整个孕期，要坚持对孕妇进行随访，产后还要对新生儿随访2年，到RPR（快速血浆反应素试验）阴性为止。在妊娠期间，按妊娠期梅毒规范治疗，可阻断98.5%的病例发生先天性梅毒。

并发梅毒，孕妇怎么办？
发生梅毒感染，孕早期容易发生自然流产，应密切关注阴道流血、腹痛等流产征兆，还要密切关注胎动变化，如果胎动频繁、减少、不动，要及时就医。发生梅毒感染，孕晚期容易发生早产，要密切关注阴道流血、流液、腹痛等早产征象，及时住院待产。

（作者供职于郑州市第六人民医院皮肤科病科）

性生活对于保持夫妻之间的亲密关系至关重要。然而，随着年龄的增长，女性的阴道可能会变得松弛，导致性生活质量下降。阴道松弛可能会导致尴尬和不满意的性生活，这种情况虽然很常见，但是很容易解决。在本文中，我们将探讨阴道松弛的原因及解决办法。

阴道松弛的原因

阴道松弛的主要原因是生育和年龄。在怀孕和分娩期间，阴道会被撑大，这可能会导致肌肉和组织的松弛。此外，随着女性的年龄增长，她们的身体会经历自然的衰老过程，这也会导致阴道松弛。

其他可能导致阴道松弛的原因包括激素变化，以及体重增加、缺乏运动、吸烟等不健康的生活习惯。

阴道松弛的影响

阴道松弛可能会导致性生活质量下降，甚至影响夫妻关系。阴道松弛可能会使女性无法获得足够的刺激，从而无法达到高潮。此外，阴道松弛可能会使男性感觉不到足够的摩擦力，从而无法达到高潮。这可能会导致双方对性生活不满意，增加夫妻之间的矛盾。

除影响性生活外，阴道松弛还可能导致尿失禁和其他健康问题。

解决阴道松弛的方法

阴道松弛很常见，是可以解决的。以下是几种常见的解决方法：

阴道紧缩术
阴道紧缩术是一种手术，可以通过切除阴道的一部分来缩小阴道。这种手术需要一定恢复期，但是可以有效地解决阴道松弛的问题。

阴道缩紧器
阴道缩紧器是一种可以自行使用的器具，可以帮助缩小阴道。这种器具需要经常使用，才能达到有效的效果。

保持健康的生活习惯
保持健康的生活习惯有助于预防阴道松弛的发生，或者缓解轻度阴道松弛。以下是一些健康的生活习惯：

1.坚持健康的饮食习惯，包括吃更多的蛋白质、蔬菜和水果，少吃高脂和高糖食品。

2.增加运动量，包括做盆底肌肉锻炼和有氧运动。

3.不吸烟，戒酒。

4.维持健康的体重。

盆底肌肉锻炼
盆底肌肉是一组肌肉，支撑着骨盆底部、膀胱、子宫、阴道等器官。盆底肌肉的松弛是导致阴道松弛的主要原因之一。因此，盆底肌肉锻炼可以有效地缓解阴道松弛。以下是盆底肌肉锻炼的方法：

1.收缩盆底肌肉，持续5秒钟，然后放松肌肉，重复多次。

2.慢慢地收缩和放松盆底肌肉，不要用力，持续约10分钟。

使用润滑剂

使用润滑剂可以使阴道更润滑，减少摩擦过大引起的阴道松弛问题。使用润滑剂可以改善性生活质量，减少疼痛和不舒适。

通过改变生活习惯，进行盆底肌肉锻炼，使用润滑剂，可以缓解轻度的阴道松弛。对于严重的阴道松弛，可以考虑手术治疗。不管采取哪种方法，都需要在医生的指导下进行，以确保安全性和有效性。最重要的是，不应该因阴道松弛而感到羞耻或尴尬，这是很正常的问题，需要勇敢地面对和解决。

（作者供职于郑州市妇幼保健院妇科）

女性养生保健的那些事

□赵英玉

在生活中，女性注重养生保健是有很多好处的，比如可以美容养颜，很好地排出体内的毒素等。每个女性都希望自己有娇嫩的皮肤，有迷人的身材，但是随着年龄的增长，皮肤和身材都可能出现各种变化，那么做好养生保健是很重要的。所以，女性养生保健的方法有哪些呢？下面，我们就来详细地了解一下。

保证充足的睡眠
良好的睡眠对于一个人来说是很重要的，保证充足的睡眠可以让心情舒畅，让精神饱满。另外，充足的睡眠可以促进身体代谢，增强免疫力。

适当运动
运动是很好的养生方式，能增加体内的肌肉含量，让身材更加迷人。运动的方式很多，建议选择自己可以坚持的有氧运动，比如游泳、快走、瑜伽及骑自行车等。运动需要长期坚持，每天的运动时间需要在半个小时以上。

选择合适的化妆品
正确使用化妆品对于女性来说是很重要的，如果化妆品使用不当，容易伤害皮肤。建议选择高品质的化妆品。另外，每天都要坚持护肤。

保护好子宫
子宫对于女性来说是很重要的，如果子宫受寒，容易出现月经不调、浮肿甚至闭经，且女性的脸色也会非常难看，没有血色。女性在平时要注意调理好自己的子宫，平时可以吃一些温经散寒的食物，比如红糖水。另外，可以多按摩腹部，多泡泡脚，对于祛除体内的寒气有一定作

用。不要吃冷饮，且采取保暖措施。

饮食调理
女性要想养生保健，饮食调理是很重要的一个环节。如果饮食不健康，长期吃辛辣油炸的食物，或者长期吃冰冻的食物，容易伤害身体。女性要少食多餐，不要暴饮暴食。平时可以吃一些海藻类的食物，比如海带、紫菜等，这些食物富含蛋白质及碳水化合物，可以给身体提供足够的能量，能起到延缓衰老的作用。另外，建议多吃一些豆制品，豆制品含有钙质及蛋白质，对于女性的骨骼健康有好处。豆制品主要有豆腐、豆浆、豆皮等。红枣含有丰富的钙元素、维生素及铁元素等，有益气补血的作用，建议女性每天适当吃一些红枣。另外，可以多吃一些含黑芝麻的食物。黑芝麻含有亚麻酸，可以起到延缓衰老的作用，同时还含有维生素E、不饱和脂肪酸等，可以维护皮肤的健康。含有黑芝麻的食物包括黑芝麻丸、黑芝麻糊等。

女性在平时要特别注意自己的饮食，饮食方面尽量清淡一些，不要吃高油、高盐、高糖、高脂的食物，同时注意多休息，不要过度劳累，不要熬夜，早睡早起很重要。要注意保持卫生，特别注意保持下体卫生，平时多月经不调、浮肿甚至闭经，且女性的脸色也会非常难看，没有血色。女性在平时要注意调理好自己的子宫，平时可以吃一些温经散寒的食物，比如红糖水。另外，可以多按摩腹部，多泡泡脚，对于祛除体内的寒气有一定作

（作者供职于高唐县妇幼保健院产科）

为什么会发生阴道松弛？该如何解决

□王玉霞

你了解妊娠期梅毒感染吗

□刘巧玲

妊娠期梅毒是什么？
妊娠并发梅毒指怀孕期间同时存在梅毒，主要由梅毒螺旋体感染引起，包括怀孕前已经发生的和怀孕后新发的感染。妊娠期梅毒可以通过怀孕传给胎儿，使胎儿一出生就成为先天性梅毒感染者，称为“先天性梅毒儿”。
妊娠期梅毒有哪些类型？
根据疾病病程
早期梅毒指梅毒感染的病程在两年内，包括一期梅毒、二期梅毒、感染一年内的早期潜伏梅毒。
晚期梅毒指梅毒感染的病程

在两年以上。

根据损害部位
根据梅毒损害的部位不同，分为皮肤、骨、眼等部位的梅毒和神经梅毒。

根据疾病的传播途径
先天性梅毒指在婴儿出生时即存在的梅毒，主要由患有梅毒的母亲传播给胎儿。

后天梅毒指后天通过性接触、血液传播等获得的梅毒。

孕妇感染梅毒会有什么影响？

妊娠梅毒分两种，一种是在

孕前就发现梅毒并且经过正规治疗的，另一种是在孕期发现梅毒指标异常但未经过治疗的。而梅毒对孕妇和胎儿均危害严重，妊娠16周~20周后梅毒螺旋体可通过感染胎盘播散到胎儿所有器官，引起死胎、死产或早产。胎传梅毒儿可有先天性皮肤、骨骼、牙齿、肝脾等脏器损伤，在出生2年后陆续表现出来，严重的可有眼盲、脑损伤等。梅毒孕妇即使病期超过4年，梅毒螺旋体仍可通过胎盘感染胎儿，所以及时规范治疗妊娠期梅毒

如何判断乳腺结节的良性、恶性

□杜书娜

体检时发现的乳腺结节，究竟有多少是乳腺癌？这个数字因检测手段、人群不同而不同，但是可以肯定的是，绝大多数人不需要担心。即便是乳腺癌高风险的女性去体检，确诊为乳腺癌的概率也小于5%。大多数人体检时发现的结节，离癌症很远。确定为良性的结节也不会突然变成癌症。那么，对乳腺结节，如何判断良性、恶性？

什么是乳腺结节？
乳腺结节不是疾病，是乳腺疾病的症状。乳腺结节可以是良性的，如乳腺增生、乳腺囊肿、乳腺纤维瘤等，恶性的乳腺结节

就是乳腺癌。大多数乳腺结节是良性的，只有少数乳腺结节是恶性的。导致乳腺结节的因素很多，包括体内激素水平、遗传因素、情绪、饮食等，具体的发病机制尚不明确。

发现乳腺结节要做什么检查？

体检报告单上的乳腺结节并不是疾病名称，而是一种影像描述。B超、X线、CT(计算机层析成像)等影像学检查发现的乳腺小肿块，在性质不明确时，都可以称为乳腺结节。乳腺癌筛查，主要是做乳腺彩超和钼靶检查，这两个检查是互补的。B超检查在结节的分辨、看淋巴结的

结构方面比较好；钼靶检查可以看到乳腺整体的结构，可以发现一些微小的钙化灶，通过钙化灶来判断良性或恶性。而乳腺癌患者，除了这两个检查外，还需要做乳腺增强型核磁共振判断肿块的大小、以及跟周围组织的关系，从而进一步确定治疗方案。

对乳腺结节怎么判断良性、恶性？

常用的“徒手检查”，指医生通过滑动触摸的方法，判断乳房内是否有结节并判断其良性、恶性。恶性结节通常形态不规则、质地坚硬，硬度接近石头，肿块表面不光滑，活动度

差，容易与皮肤及周围组织发生粘连，肿块生长迅速，有时伴同侧腋窝淋巴结肿大。良性结节呈圆形或者卵圆形，质地较韧，硬度接近橡皮，表面光滑、边界清楚、活动度较大，肿块生长比较缓慢。

影像学检查也是必要的选择。通常良性结节在影像学检查中边界清楚、包膜完整、表面光滑、活动度良好，与周围组织无明显粘连，通常无血流信号或信号较弱。恶性结节边界不清、凹凸不平，常并发微小钙化伴丰富的血流信号。

如果对诊断结果有疑问，病理学检查必不可少。病理学检

查能最终确认乳腺结节的良性、恶性。

此外，对于一些高风险人群，如果确诊乳腺结节，一定要重视起来，如年龄超过40岁且未婚、未育、未哺乳者，家族内存在乳腺癌患者、患有良性乳腺疾病者，年龄大于45岁、肥胖或长期高热量饮食及长期服用避孕药的患者。

女性朋友平时一定要保持良好的心态及积极生活的状态。研究发现，抑郁、悲观、多虑等负面情绪较多的女性，乳腺结节的发生率更高。

（作者供职于睢县中医院超声科）