

# 小儿肺炎反复发作怎么办

□刘海新

小儿肺炎反复发作，来来回回在医院抽血、拍片子，孩子身体难受，家长更是心急如焚，心中发问：“真想知道到底哪里出了问题？”其实，纤维支气管镜检查就可以告诉家长答案。

## 小儿肺炎容易复发的原因

小儿肺炎主要表现为发热、咳嗽、呼吸急促等症状，严重的还会导致患儿呼吸困难，并且容易复发，给患儿的身体造成很大的伤害。小儿肺炎容易复发的原因主要包括以下几个方面。

**儿童免疫力差** 由于儿童的免疫力较差，细菌很容易侵袭肺部，导致肺炎反复发作。

**居住环境空气不流通** 肺部是人体气体交换的重要器官，如果患儿长期处于空气不流通或流通不佳的环境中，很容易导致细菌侵入体内，从而诱发肺炎。

**睡眠时间不足** 小儿肺炎反复发作与患儿的日常作息存在一定的关系。尤其是睡眠时间不足

的患儿，诱发肺炎的概率相对更高。如果患儿睡眠时间不足，容易使身体机能紊乱，出现免疫力变差的情况，诱发肺炎。

**感冒未完全康复** 儿童感冒的概率较高。如果患儿感冒后没有完全康复，肺部很容易出现炎症，导致肺炎复发。

## 什么是纤维支气管镜检查

很多家长听到纤维支气管镜检查时，第一反应都很迷茫，不知道这是什么检查，甚至会产生抗拒，认为没必要做纤维支气管镜检查。那么，纤维支气管镜检查到底是什么呢？

其实，对于呼吸系统疾病患者来说，纤维支气管镜是一种非常好的检查和治疗手段。纤维支气管镜检查是将细长的纤维支气管镜经口或经鼻伸入患者的下呼吸道，经过声门进入气管和支气管，医生可以直接观察气管和支气管病变，根据病变情况进行检查和治疗。

纤维支气管镜检查的应用，使肺部疾病在诊断和治疗方面取得了巨大的进展。该检查在临床上应用范围很广，可以使许多隐藏在气管内、支气管内、肺内的病灶，在无体表创伤的情况下得到诊断、治疗，让患者免受手术之苦。

随着呼吸系统疾病诊断水平的不断提升，纤维支气管镜检查已经成为医生诊治儿童呼吸系统的有力“武器”。

## 纤维支气管镜检查的适应症

**鉴别诊断** 支气管异物、支气管结核、气道肿瘤等疾病，都可能引起阻塞性肺炎、肺气肿等。尤其是支气管异物，1岁~3岁是高发年龄段。如果患儿吃东西时出现呛咳的现象，一定要注意排除支气管异物，纤维支气管镜检查就是一种可靠的方式。

**评估病情** 对于肺炎患儿，纤维支气管镜检查可以帮助医生直观地判断病变的范围。医生不仅

可以观察患儿有没有黏膜充血、糜烂、水肿等情况，还可以观察管腔内分泌物的情况，以及管腔是否出现变形、狭窄、闭塞等。该检查对于评估患儿肺炎的严重程度、治疗方案是否调整，以及治疗效果都有帮助。

**查找发病原因** 纤维支气管镜检查可以在患儿病变的部位留取肺泡灌洗液，再进行病原学检查，指导抗感染治疗。

**清理气道** 肺炎症状严重时，患儿会产生大量分泌物。如果分泌物黏稠，患儿无法咯出，时间长了就会引起气道变形、狭窄甚至闭塞，继发阻塞性支气管炎、支气管扩张等，影响患儿的肺功能。在这种情况下，患儿需要做纤维支气管镜检查，使用钳夹、灌洗等方式清理气道分泌物，有效减轻病情。

**局部用药** 有一些病情较严重的肺炎患儿，增强CT(计算机断层成像)检查结果提示局部肺

组织缺血甚至坏死。纤维支气管镜检查可以直接在病变部位利用抗生素或化痰药物进行灌洗、保留，有效提高病变部位的药物浓度，增强药物疗效，有利于患儿康复。

**出现不明原因的症状** 如果患儿出现不明原因的症状，例如咽喉疼痛、声音嘶哑、异物感、长期咳嗽等，可以进行纤维支气管镜检查。该检查可以帮助医生查明这些症状的原因，并提供准确的诊断依据。

需要注意的是，患儿在做纤维支气管镜检查前，家长一定要遵医嘱，严格控制患儿的禁食时间。检查完成后，家长要仔细观察患儿的反应；如果出现意外情况(如出血、呼吸困难等)，要及时告诉医生。

综上所述，小儿肺炎并不可怕，纤维支气管镜检查是非常好的“医生助手”。(作者供职于梧州市人民医院)

# 揭开宫颈癌的神秘面纱

□曾凤金

宫颈癌是女性常见的癌症之一，其死亡率越来越高。其实，宫颈癌并不是一种无法预防和治疗的疾病。随着科学技术的不断进步，病理学在宫颈癌防控中发挥着越来越重要的作用。本文主要从病理学的角度，介绍宫颈癌的相关知识，帮助女性更好地预防这种疾病。

## 什么是宫颈癌

宫颈癌是发生在宫颈部位的一种恶性肿瘤，通常表现为阴道分泌物增多、异常阴道出血、性交后出血等症状。宫颈癌的发病因素包括HPV(人乳头瘤病毒)感染、不安全性行为、免疫系统功能异常、长期口服避孕药、吸烟等。其中，HPV感染是宫颈癌发病的主要原因。长期口服避孕药的女性，患宫颈癌的风险会显著增加。不安全性行为也是宫颈癌的重要危险因素之一，例如有多个性伴侣、性生活过早、性行为不卫生等，都会增加高危型HPV感染的风险，从而增加宫颈癌的发病风险。

## 病理学检查在宫颈癌诊断中的价值

病理学是医学中的一门基础学科，主要研究疾病的病因、发病机制、病理变化和转归。在宫颈癌的诊断中，病理学检查发挥着非常重要的作用。首先，病理学可以对HPV检测结果进行分析，帮助医生诊断患者是否存在癌前病变或宫颈癌。其次，病理学在手术治疗中也有着不可替代的作用。手术切除的标本需要进行病理学检查，以确定病变的侵犯范围和程度，为后续的治疗提供依据。最后，病理学还在新药研发和临床试验中扮演着重要的角色，为寻找更有效的治

## 治疗方法和药物提供支持。

**怎样预防** 接种HPV疫苗 接种HPV疫苗是预防宫颈癌的有效手段。目前，我国已经引入二价HPV疫苗、四价HPV疫苗和九价HPV疫苗。

**定期进行宫颈癌筛查** 宫颈癌筛查是早期发现宫颈癌的重要手段之一。女性应从开始性生活后的第三年开始，每3年进行一次宫颈细胞学检查，或者每5年进行一次高危型HPV检测。

**养成良好的生活习惯** 良好的生活习惯有助于增强免疫力，降低患宫颈癌的风险。女性应保持规律的作息时间；坚持合理饮食、适度运动，戒烟限酒；保持良好的心态，学会自我缓解压力。

**安全性行为** 安全性行为是预防HPV感染的有效手段。同时，避免过早开始性生活，减少性伴侣数量，也有助于降低感染的风险。

**注意个人卫生** 女性应保持个人卫生，避免使用刺激性强的清洁用品清洗私处。

**避免长期使用口服避孕药** 长期使用口服避孕药，可能会增加患宫颈癌的风险。

## 如何筛查

早期发现宫颈癌，对于提高治愈率和降低死亡率具有重要意义。宫颈细胞学检查和HPV检测，均为临床上常用的宫颈癌筛查方法。宫颈细胞学检查较为经济、方便、快捷，可以直观地观察宫颈脱落细胞的形态，从而判断有无异常改变。宫颈细胞学检查联合HPV检测，可以进一步提高筛查的敏感性和特异性。检查结果为阳性者，应尽早进行阴道镜检查及病理活检，以便及早发现病变，评估

## 病变的程度。

**早期发现的意义** 早期发现癌前病变，医生可以根据病变程度进行分级管理及相应的治疗，防止其进一步演变为宫颈癌。若早期发现宫颈癌，可以降低治疗难度和改善患者预后。早期治疗宫颈癌，可以控制癌细胞的扩散和侵犯，减小手术范围，降低术后并发症的风险。早期发现宫颈癌，还可以为患者提供更多的治疗选择，如保守治疗、放疗和化疗等，提高患者的生存质量和生存率。

**治疗方法** 宫颈癌分为3类：鳞癌、腺癌及腺鳞癌。其中，鳞癌是最常见的类型，发病年龄为45岁~50岁。然而，我国宫颈癌的发病人群出现年轻化趋势。

腺癌和腺鳞癌患者的发病年龄比鳞癌患者年轻，通常为40岁以下，其发病除了与HPV感染相关外，还与激素水平有关。长期口服避孕药或使用激素替代疗法，都会增加宫颈癌的发病风险。

一旦确诊为宫颈癌，及时进行手术是关键。医生可以根据肿瘤的类型、分化程度和侵犯范围，制定个性化的治疗方案。对于早期宫颈癌，手术切除是临床上常用的治疗方法。对于晚期宫颈癌或复发宫颈癌，患者需要使用放疗、化疗、靶向治疗、免疫治疗等综合治疗方法。

预防宫颈癌，需要个人和社会的共同努力。病理学的不断发展，使我们能够揭开宫颈癌的神秘面纱，为女性的健康和幸福保驾护航。(作者供职于梧州市人民医院)

# 乳腺癌的治疗及预防

□陈燕红

## 什么是乳腺癌

乳腺癌是一种发生在乳腺上皮组织的恶性肿瘤。近年来，我国乳腺癌的发病率逐渐上升。同时，乳腺癌也是造成女性死亡的主要原因之一。虽然乳腺癌的病因尚未完全明确，但是控制高危因素，可以降低乳腺癌的发病风险。

## 有哪些典型症状

乳腺癌典型症状及体征表现为：乳房区域无痛性肿块、乳头溢液、皮肤改变、乳头乳晕改变、腋窝淋巴结肿大等。

## 高风险人群

有乳腺癌或卵巢癌家族史者；月经初潮过早(12岁以下)或绝经较晚(55岁以上)者；未育、晚育及未哺乳者；长期服用外源性雌激素者；活检证实患有乳腺不典型增生者；绝经后过于肥胖者；长期过量饮酒者等。

## 如何降低乳腺癌的发病风险

女性应保持健康的生活方式，不吸烟，不喝酒，作息规律，坚持合理饮食，保证营养均衡；保持良好的心态；适龄生育，坚持母乳喂养；积极治疗不典型增生等乳腺疾病。

## 定期进行乳腺癌筛查的重要性

女性定期进行乳腺癌筛查很有必要。乳腺癌早期无明显症状，女性只有定期进行乳腺癌筛查，才能尽早发现病变。及时诊断和规范治疗，可显著提高乳腺癌的治愈率，提高患者的生存质量。

## 乳腺癌筛查的时间

18岁~25岁的女性，应每个月进行1次乳房自我检查；26岁~40岁的女性，应每个月进行1次乳房自我检查，以及每年到医院进行1次乳腺B超检查；41岁~70岁的女性，应每个月进行1次乳房自我检查，以及每年到医院进行1次乳腺B超检查和乳腺影像学检查；70岁以上的女性，应每个月进行1次乳房自我检查，以及每年到医院进行1次乳腺B超检查(有不适症状或可疑体征时，及时进行影像学检查)。

## 乳腺癌筛查项目

乳腺癌筛查项目包括乳腺临床体检、乳腺B超检查。如果初筛结果异常，患者还需要进行乳腺钼靶X线检查等。

## 得了乳腺癌怎么办

确诊乳腺癌后，患者应尽快到正规医疗卫生机构进行规范化治疗。医生会根据乳腺B超检查、乳腺钼靶X线检查，以及其他检查结果，明确乳腺癌的类型，以及是否存在转移情况，制定适合患者的治疗方案。

## 乳腺癌患者的预后

乳腺癌的疾病分期不同，患者的预后也不同。一般来说，乳腺癌晚期患者的生存率较低。乳腺癌早期患者的生存率非常高，5年内生存率可达95%以上，10年内生存率可达85%以上，中晚期患者的生存率则大幅下降。

## 治疗方法

**手术** 手术是常用的治疗乳腺癌的方法之一。  
**放疗** 放疗一般在手术后进行，以清除潜在的癌细胞残留。  
**化疗** 化疗使用的抗癌药物有环磷酰胺、多柔比星等，以静脉注射或口服的方式杀死癌细胞。

**靶向治疗** 靶向治疗可以阻断癌细胞的生长和传播。  
**内分泌治疗** 内分泌治疗是一种常见的治疗方式，主要适用于激素受体阳性的乳腺癌患者。

## 乳腺增生一定会发展成乳腺癌吗

乳腺增生不一定会发展成乳腺癌。乳腺增生是一种良性疾病，恶变的可能性很小，患者不用过度恐慌。但是，乳腺不典型增生有恶变为乳腺癌的风险。

## 怎样预防

**定期进行乳房自查** 女性应学习正确的乳房自查方法，每个月进行1次乳房自查，以便及早发现乳房任何异常或变化。  
**避免接触污染源** 女性应尽量减少暴露于有害化学物质和致癌物质的环境中，如工业污染、环境污染、农药和化学品等。

**合理饮食** 女性应养成良好的饮食习惯，适量摄入新鲜的蔬菜、水果，以及健康脂肪，避免摄入高脂肪、高糖和高盐食物。

**限制酒精的摄入量** 过量饮酒与乳腺癌的发生有关。女性应限制酒精的摄入量。  
**适度运动** 女性在日常生活中，应坚持适度运动，每周至少进行150分钟的中等强度有氧运动或75分钟的高强度有氧运动。

**保持心理健康** 女性应保持心理健康，积极应对压力和情绪问题。女性长期精神压力过大，可能对免疫系统和整体健康产生负面影响。

总之，乳腺癌的发生是多因素综合影响的结果。乳腺癌虽然存在诱因，但是并不是每个人都会受到诱因影响。保持健康的生活方式，坚持合理饮食、适度运动，戒烟限酒，定期进行乳腺癌筛查，可以帮助女性预防乳腺癌。(作者供职于玉林市红十字会医院)

很多人都有疑问，地中海贫血只发生在地中海地区吗？事实上，地中海贫血是一种与地中海地区关系不大的遗传性疾病。患者可能会出现轻度贫血，甚至会遗传给下一代。因此，对于准备生孩子的夫妻来说，有必要提高对地中海贫血的认识，避免地中海贫血患儿出生。

## 什么是地中海贫血

珠蛋白生成障碍性贫血(简称地中海贫血)，因其最早在地中海沿岸国家发现而得名。地中海贫血是一种遗传性溶血性贫血，由珠蛋白基因缺陷引起。该缺陷减少或阻止血红蛋白中一个或多个珠蛋白肽链的合成，使血红蛋白组成变化，导致患者慢性溶血和贫血。根据血红蛋白中珠蛋白肽链的损伤程度，地中海贫血主要分为α地中海贫血和β地中海贫血两种。根据临床症状，α地中海贫血可分为静止型α地中海贫血、轻度型(即标准型)α地中海贫血、中间型(即血红蛋白H病)α地中海贫血和重度型α地中海贫血；β地中海贫血可分为轻度型β地中海贫血、中度型β地中海贫血和重度型β地中海贫血。

## 地中海贫血与普通贫血的区别

贫血是指血液中红细胞数量或血红蛋白含量下降。一般情况下，轻度贫血不会对人体造成影响，但重度贫血会导致人体组织供氧量不足，从而引发疾病。贫血有多种类型，其中，较常见的是营养性缺铁性贫血和地中海贫血。营养性缺铁性贫血是由于铁摄入量不足引起的。铁摄入量不足可能是由于食物摄入量不足，也可能是由于失血过多导致铁丢失。使用铁剂补充剂或经常食用含铁量高的食物，可以纠正这种类型的贫血。

地中海贫血与营养性缺铁性贫血是完全不同的。地中海贫血是一种由基因缺失或突变引起的遗传性贫血，目前无法通过药物治愈。

## 主要症状

静止型α地中海贫血和轻度型α地中海贫血患者无明显症状，不影响日常生活。这种类型很容易被他人忽视，如果不仔细检查，患者不会发现自己得了地中海贫血。

中间型α地中海贫血临床表现有显著差异，患儿出生时无症状，婴儿期逐渐发展为不同程度的贫血、乏力、虚弱、肝脾肿大、轻度黄疸、骨骼改变等症状。病情较轻的患者不需要输血，而病情严重的患者需要定期输血和治疗。当患者感染或服用抗氧化类药物时，可诱发急性溶血并加重贫血，甚至危及生命安全。

重度型α地中海贫血大多数于妊娠30周~40周时，胎儿死于宫内或娩出后短期内死亡。胎儿表现为严重贫血、黄疸、水肿、肝脾肿大、腹水和胸腔积液等。

重度型β地中海贫血的患儿出生时没有症状，3个月~12个月开始发病。患儿表现为慢性进行性贫血，特点是面色苍白、肝脾肿大、发育不良，常伴有轻度黄疸症状。随着年龄的增长，患儿的症状会越来越明显。地中海贫血患者的面部特征是头部增大、前额抬高、颧骨高、鼻梁塌陷、眼眶间距变宽。

如果不进行输血治疗，5岁~10岁的患儿就会死于感染引起的心力衰竭。此外，如果输血治疗不搭配除铁治疗，铁可能沉积在患儿的心脏、肝脏、脾脏、胰腺、甲状腺等器官内，就会导致患儿心功能不全、肝功能不全、生长迟缓等。

## 如何预防

首先，要详细了解家族遗传史。了解妻子(或丈夫)是否来自地中海贫血高风险地区，以及该家族是否生育过地中海贫血患儿。

其次，夫妻双方应在结婚或怀孕前进行地中海贫血筛查，内容包括血常规和血红蛋白电泳检查；如果结果异常，则需要进一步的基因检测。如果夫妻双方都是轻型地中海贫血的携带者，那么每次怀孕都有25%的概率生下患有重型地中海贫血的孩子。因此，同类型地中海贫血的夫妻应进行羊水产前诊断。提取少量羊水进行基因诊断，可以避免重型地中海贫血的患儿出生。羊水穿刺检查的最佳时间为妊娠17周~23周。需要注意的是，地中海贫血的筛查和诊断，应在妊娠前或妊娠早期进行。

最后，夫妻双方都要进行基因检测。如果地中海贫血筛查结果表明一个或多个指标异常，夫妻双方应进行地中海贫血基因检测。夫妻双方携带的不同遗传条件对胎儿会造成不同的影响。

(作者供职于百色市田阳区妇幼保健院)

# 如何避免地中海贫血患儿出生

□石凤江

# 青少年儿童怎样预防近视

□徐莺歌

## 预防措施

**学校预防** 对于少年儿童而言，在学校的时间比较长。因此，少年儿童在学校时做好预防工作非常重要。

学校可以改善教室的环境，为学生提供基本的保障。在校园内，学生的主要学习场所是教室，学校应确保每个教室的光线达标。在每个学期开学前、学期中、学期末时，学校应对教室的照明情况进行检查，及时更换损坏的灯管；每一间教室都要配备深色的窗帘，以免黑板反光；统一采购课桌椅，选择可升降的课桌，并且每周对椅子位置进行调换，避免学生长时间同一视角看黑板，对眼睛发育造成影响。

**睡眠充足** 少年儿童阶段是身体发育旺盛的阶段，注重营养均衡和保证充足的睡眠对于消除疲劳和改善学习状态具有重要意义。在睡觉的过程中，少年儿童的内分泌激素水平明显升

高，对于生长发育具有重要意义。因此，家长应重视少年儿童的睡眠，保证其拥有充足的睡眠时间。在做眼保健操前和眼保健操后，短时间的闭眼其实也属于一段睡眠过程。

**增强体质** 加强体育锻炼，增强身体素质，是预防近视的重要手段。在阳光下进行户外活动，能有效预防近视发生和控制近视发展。

目前，少年儿童严重缺乏运动，没有充足的体育锻炼时间。相关调查结果表明，部分学校临近考试的时候，体育课常常被其他科目的老师占用；尤其在学期末、期末考试阶段，这种现象较为多见。

除此之外，在遭遇雨雪天气时，体育课就会改为自习课等其他课。因此，少年儿童的户外活动时间被缩减，眼睛无法得到充分的休息。对于此类现象，学校要强化检查监督工作，不要占

用体育课的时间。  
**家校合作** 关于预防近视，常有人说：“校内容易校外难。”许多老师表示大部分学生在学校都能保持良好的用眼习惯，而一旦回到家中，离开老师的监管，则开始放松自己；如果家长对孩子监督不严，各种用眼的坏习惯就会显现出来，例如歪头看电视、长时间玩手机等。

此外，学生的学习负担较大，既要完成家庭作业，又要参加辅导班。缺乏户外活动的时间，是造成学生近视的主要原因之一。

学校、社会和家庭应共同努力，将预防近视作为重要内容，帮助少年儿童保护好眼睛。少年儿童是祖国的花朵，是国家的未来，关爱少年儿童需要从多个方面入手。其中，预防近视非常重要，我们需要结合多方力量，共同维护少年儿童的视力健康。(作者供职于桂林市人民医院眼科)

眼睛是心灵的窗户，孩子是祖国的未来。但是，随着少年儿童接触电子产品增多，并且用眼卫生意识较为淡薄，使越来越多的少年儿童戴上了眼镜。少年儿童的视力处于未发育完全的阶段，在看电视、上网的过程中，没有养成正确的用眼习惯，并且不注意用眼卫生，对视力造成了较为严重的损害。本文主要介绍少年儿童预防近视的方法。

## 形成原因

**成因** 近视的发生与遗传因素具有一定的关系，若父母均存在高度近视的情况，则其子女患近视的风险将大大增加。另外，发育因素也是造成青少年儿童近视的原因之一。一般情况下，人的眼睛大概在15岁停止发育；若15岁之后，眼睛还继续发育，就会造成眼轴过长，导致青少年儿童近视。

**外用** 用眼不卫生是造成青少年儿童近视的重要因素之一。

用眼不卫生的常见行为有很多，例如在读书时眼睛距离书本过近，长时间看电视或电视、玩手机玩游戏，学习时环境灯光较暗或者较亮，视觉环境中存在的光污染等。

其中，光污染会对眼睛造成较大的损伤，是家长不容忽视的问题。光污染对眼角膜及虹膜均可造成伤害，对感光细胞的生长造成影响，导致青少年儿童出现视觉疲劳。在日常生活中，常见的光污染场景主要包括室内的不良光线、建筑物的玻璃外墙等。

饮食不合理也会造成青少年儿童出现近视的情况。随着生活水平提高，大部分青少年儿童摄入过多的高脂肪和高糖食物，而微量元素的摄入量减少。研究表明，近视患儿摄入的多种维生素、铁元素，以及蛋白质明显少于眼睛发育正常的儿童。

用体育锻炼的时间。

此外，学生的学业负担较大，既要完成家庭作业，又要参加辅导班。缺乏户外活动的时间，是造成学生近视的主要原因之一。

学校、社会和家庭应共同努力，将预防近视作为重要内容，帮助少年儿童保护好眼睛。少年儿童是祖国的花朵，是国家的未来，关爱少年儿童需要从多个方面入手。其中，预防近视非常重要，我们需要结合多方力量，共同维护少年儿童的视力健康。(作者供职于桂林市人民医院眼科)