

乳腺炎的临床病理表现

□冯晓辉

乳腺炎是女性常见病，其病因多样，最常见的是急性化脓性乳腺炎。这种乳腺炎常发生在哺乳期，特别是初产妇产后1个月~2个月内。由于乳汁淤积和细菌感染，患者会呈现急性炎症表现，包括红肿、热痛、寒战和高热等症状。对于急性乳腺炎，一般临床的望、触即可做出诊断。最常用的化验是血常规，白细胞或中性粒细胞多出现升高，彩超检查可判断脓腔位置与大小。穿刺或切开时取少量脓液做细菌培养加药敏试验，为应用抗生素提供指导。在早期，可以通过手法排乳和中药治疗来缓解病情，但一旦化脓，就需要切开引流。

临床病理表现

根据发病时期，乳腺炎可分为哺乳期乳腺炎和非哺乳期乳腺炎，两者的症状表现有所不同。

哺乳期乳腺炎通常在哺乳期急性起病，主要表现为感染性炎症反应。在疾病初期，患者会感到乳房胀痛，皮肤温度增高，并伴有压痛。乳房的某一部位会出现边界不清的硬结。随着炎症的发展，乳房局部皮肤会出现红肿、热、痛的症状，同时硬结会变得更加明显，触碰时痛感会加重。此外，患者还会出现全身症状，比如寒战、高热、头痛、无力、脉搏快等。腋下淋巴结也可能肿大并有触痛。如果病情进一步发展，数天后发生病变的部分会坏

死、液化，相互融合形成脓肿。浅表脓肿会向外破溃，而深部脓肿会延至乳房与胸肌间的疏松组织中，形成乳房后脓肿。

非哺乳期乳腺炎是一种相对较为少见的乳腺炎症，主要分为浆细胞性乳腺炎和肉芽肿性乳腺炎两种类型。这种炎症通常不是由细菌感染引起的，而是在自身免疫系统异常的情况下发生的。其主要症状包括：

乳腺肿块 这是非哺乳期乳腺炎的常见症状，肿块通常位于乳晕周围，质地较硬，边界不清，可伴有疼痛。

乳头内陷 当炎症侵犯乳头时，可能导致乳头向内凹陷。

乳头溢液 部分患者可能出

现乳头溢液，多为浆液性或脓性液体。

乳腺疼痛 乳腺炎症可能导致乳腺组织肿胀和疼痛。

在慢性病变的基础上，非哺乳期乳腺炎可能继发急性感染，形成脓肿。如果脓肿破溃，可能形成乳腺瘘管、窦道或溃疡，经久不愈。这种情况需要手术治疗，并配合药物治疗。

如何预防

清淡饮食，避免摄入辛辣、刺激性食物，有助于维持身体正常代谢，降低乳腺炎的发生风险。

保持良好心态，避免情绪紧张和焦虑，有助于维持激素水平稳定，减少乳腺炎的风险。

做好乳房部位的清洁卫生工

作，定期清洗乳头和乳房，避免细菌进入乳管，可降低乳腺炎的发生概率。

加强母乳喂养，有助于促进乳腺通畅，减少乳腺炎的发生。同时，母乳喂养还可以提高婴儿的免疫力，降低感染风险。

适当运动锻炼可以增强个人免疫力，提高身体抵抗力，有助于减少患乳腺炎的概率。

如果已经患有乳腺炎，建议在医生指导下使用阿莫西林胶囊或头孢克肟胶囊等药物治疗。同时，定期到医院进行健康检查，及时发现潜在的乳腺问题。

（作者供职于河北医科大学第三医院病理科）

儿童服用中药的注意事项

□张龙真

为宜。

儿童服用中药的副作用

尽管中药在许多疾病的治疗中具有一定的疗效，但并不意味着它没有任何副作用。对于儿童来说，由于其身体机能尚未完全发育成熟，对药物的反应会更为敏感，更容易出现不良反应。常见的儿童服用中药的副作用包括：

消化系统反应 比如恶心、呕吐、腹泻等，这可能与药物的刺激有关。

过敏反应 比如皮疹、瘙痒等，可能是由于儿童的体质对某些中药成分过敏。

肝肾损伤 某些中药成分会对孩子的肝肾造成损害。因此，长期或大量使用时需要特别注意。

神经系统反应 比如头晕、头痛、失眠等，可能与药物对神经系统的影响有关。

因此，在儿童使用中药时，家长应密切关注其反应，一旦出现任何不适症状，应及时就医并告知医生正在服用的中药。此外，

家长还应注意不要随意给孩子使用非处方中药或所谓的“偏方”，以免造成不必要的健康风险。

如何让孩子安全使用中药

为了确保儿童服用中药的安全性，家长可以采取以下措施：

咨询专业医生 在使用中药前，应先咨询儿科医生或中医专家的意见，以确保药物适合孩子的病情。

选择合适的药物剂型 根据儿童的年龄和病情选择合适的药物剂型，比如汤剂、丸剂、片剂等。

注意药物的剂量和用法 严格遵循医生的建议，按照儿童的年龄和体重计算药量，并按照规定的使用方法给予用药。

观察孩子的反应 在使用中药过程中，家长应密切观察孩子的反应，如果出现不适症状，应及时就医。

避免长期或大量使用 中药并非万能药，要避免长期或大量使用，以免造成不必要的健康风险。

（作者供职于河南省漯河市中心医院儿科）

关于产前筛查 需要知道哪些

□韩咏梅

产前筛查是出生缺陷二级预防的重要手段。很多人会将产前筛查与产前检查混为一谈，并不了解产前筛查的作用。

产前检查与产前筛查的区别

产前检查也就是俗称的产检，主要指的是从怀孕到分娩整个孕期中在医院进行的常规性检查，主要目的是及时发现胎儿和孕妇的异常，并进行相应处理。产前筛查属于产检中的一个重要环节，指的是通过简单、经济及较少创伤的检测方法，在无症状的孕妇群中发现可能存在先天性缺陷或遗传性疾病胎儿的高风险孕妇，方便孕妇进行下一步的诊断。

产前筛查的主要内容

胎儿颈部透明带超声检查 胎儿颈部透明带超声检查也被称为NT检查。NT增厚的胎儿中会有一部分胎儿出现染色体异常，最常见的是21-三体综合征，俗称唐氏儿。NT增厚的胎儿出现先天性心脏病、畸形等疾病的风险也会大大增加。

早期血清学产前筛查 早期血清学产前筛查也叫唐氏筛查，可以分为早期唐氏筛查和中期唐氏筛查。早期唐氏筛查在孕11周到13周+6天进行；中期唐氏筛查在孕15周到20周+6天进行。主要通过抽取静脉血的方式来检测孕妇血清中部分生化指标。孕期血清学产前筛查与NT相结合可以计算胎儿出现唐氏综合征、爱德华综合征及开放性神经管缺陷症等疾病的危险系数。

无创产前检查技术 无创产前检查技术也被称为DNA检查。这种检查的原理是，怀孕期间，胎儿游离的DNA片段会通过胎盘进入孕妇的血液中，在这个时候抽取孕妇的外周血后，通过测序及基因分析可以评估胎儿是否存在21-三体综合征、18-三体综合征及13-三体综合征。最佳的检测时间是在孕12周到22周+6天。

无创产前检测的准确度比较高，唐氏儿的检出率能够达到

95%。早期血清学指标联合超声NT筛查时，唐氏儿的检出率为85%，中期唐筛唐氏儿的检查率60%~70%。早中期唐氏筛查联合，检出率还会进一步提高。但是孕妈妈妈需要注意的是，这三种产前筛查的结果都不是确诊，只是风险预测。如果产前筛查结果的风险比较高，则表明孕妇生出缺陷儿的可能性会比较高，需要进一步进行产前诊断。

产前筛查的注意事项

产前筛查中的生化指标会受多种因素的影响，比如孕妇的出生日期、孕周、体重等，所以这些资料都需要在检查申请单中正确且完整地进行填写。与正常体检抽血不同，血清学产前筛查的时候不需要空腹，但一般建议检查当天清淡饮食。如果出现严重溶血等问题，并不代表孕妇存在某种疾病，医生可能会通知孕妇再次抽血，所以不要过于紧张。

（作者供职于山东省淄博市妇幼保健院）

腹泻，医学上称为急性肠炎，在儿童中尤为常见。它像一个不速之客，突然闯入孩子的生活，打乱原本宁静和谐的生活节奏。据统计，全球每年约有1.5亿儿童因腹泻而求医问药，这不仅是小患者的折磨，也是家长们心中的痛。因此，如何有效预防儿童腹泻，成为摆在每一位家长面前的重要课题。

要预防儿童腹泻，首要任务是了解其病因。腹泻的罪魁祸首通常是各种病原体，包括病毒、细菌和寄生虫等。此外，食物不洁、水源污染、个人卫生习惯差等因素也会成为腹泻的帮凶。

饮食安全是防线上的铜墙铁壁。家长应确保孩子的食物来源可靠，烹饪充分，避免食用生冷或未煮熟的食物。比如，给孩子准备的肉类和海鲜必须经过彻底烹煮至内部无血丝，蔬菜、水果要彻底清洗甚至削皮。可以想象，如果将食物比作城堡，那么彻底烹饪和清洗就是加固城堡的石块，让病原体无法轻易攻破。

个人卫生同样不容忽视。家长们应选择安全的饮用水，比如瓶装水或经过过滤的水。在户外活动时，要携带足够的饮用水，并教育孩子不要随意饮用未经处理的水。干净的水如同涓涓细流，为孩子的健康生活源源不断地注入清泉。

再者，要培养良好的个人卫生习惯，这是预防疾病的黄金法则。教育孩子饭前便后要洗手，使用肥皂并按照正确的洗手步骤进行，至少持续20秒以上。此外，咳嗽或打喷嚏时要用纸巾或肘部遮挡，避免用手直接接触口鼻眼等黏膜部位，减少病原体的传播机会。

除此之外，增强免疫力也是抵御腹泻的关键。保证孩子有充足的睡眠，均衡的饮食及适量的运动如同给身体装上了一个强大的防御系统。特别是营养均衡的饮食，能够提供各种免疫细胞所需的“弹药”，让孩子的抵抗力如同坚固的堡垒，不容易被病毒细菌攻破。

当然，及时接种疫苗也极为重要。疫苗就像是给孩子穿上了一层护甲，让他们在面对某些特定病原体时，能够拥有更强的防护力，比如轮状病毒疫苗就能显著降低儿童因该病毒引起的腹泻风险。

最后，家长应该密切观察孩子的健康状况，一旦发现腹泻症状，比如频繁的水样便或伴有发热、呕吐等，应及时带孩子就医。医生的专业指导和治疗往往能够迅速控制病情，防止腹泻进一步恶化。

（作者供职于山东省东营市河口区中医院内二科）

儿童肥胖 警惕糖尿病

□郭 优

糖尿病已成为威胁儿童健康发展的主要疾病之一。和成年人相比，儿童糖尿病的发生需要患儿和家长共同承担更长的病程和一系列并发症等问题。现阶段，儿童肥胖已经成为一个全球性的问题，而肥胖儿童患糖尿病的风险也显著增加。

糖尿病是由胰岛素分泌不足或组织细胞对胰岛素反应不佳而引起的代谢性疾病。在儿童中，1型糖尿病比较典型的症状为多饮、多食、多尿、消瘦、乏力。这种类型的症状比较容易发现。2型糖尿病起病比较隐匿、缓慢，没有明显的临床症状，常出现在酮症酸中毒等急性并发症时才被诊断出来。

那么，为什么儿童肥胖会引发糖尿病？如何预防和治疗因肥胖引起的儿童糖尿病呢？

病因

首先，过度肥胖会使身体对胰岛素产生抵抗，胰岛素是体内唯一能够降低血糖的激素，当身体对胰岛素产生抵抗时，胰岛素就无法有效地降低血糖，导致血糖升高，从而引发糖尿病。

其次，儿童过度肥胖与胰岛素抵抗之间存在恶性循环，肥胖会刺激脂肪细胞分泌多种脂肪因子，这些脂肪因子会促进胰岛素抵抗的发生，而胰岛素抵抗会导致血糖升高，进而促进脂肪的合成和储存，进一步加重肥胖。

最后，儿童肥胖还可能增加患2型糖尿病的风险，2型糖尿病是一种与生活方式密切相关的慢性疾病，其发生与饮食、运动、生活习惯等多种因素有关。如果儿童

长期摄入高热量、高脂肪、高糖分的食物，缺乏运动，就会导致体重增加，进而引发2型糖尿病。

如何预防和治疗

调整饮食结构 家长应注意合理安排儿童的饮食结构，要做到营养全面、搭配合理。在儿童饮食中，要多吃富含优质蛋白质的食物，比如鱼、虾、肉、蛋等，以及新鲜的蔬菜和水果，比如芹菜、苹果等，限制每日食物中的热量摄入。此外，要注意饮食清淡，少吃油腻、辛辣、刺激的食物，比如炸鸡、火锅等。在制作食物时，要注意少油、少盐，以免导致儿童体重增加过多，造成糖尿病。

增加运动量 适量运动可以帮助消耗体内多余的脂肪和糖分，有助于降低血糖。父母可以安排孩子进行适量的运动，比如慢跑、游泳、骑车等。

控制体重 对于超重和肥胖的儿童，应该通过合理的饮食和运动来控制体重，不仅可以预防糖尿病的发生，还有助于改善孩子的整体健康状况。

定期检查 定期进行血糖检测和相关检查可以帮助早期发现糖尿病并采取相应的治疗措施。因此，父母应该注意观察孩子的身体状况，如有异常及时就医。

对于已经诊断出糖尿病的孩子，需要采取综合治疗措施，包括饮食控制、运动、药物治疗等。家长和医生需要根据孩子的具体情况制定个体化的治疗方案，以达到最佳的治疗效果。

（作者供职于河南省儿童医院）

妇科肿瘤患者生活方式建议

□崔海涛

妇科肿瘤是一种常见疾病，会给患者带来身体和心理上的困扰。在治疗过程中，患者往往会出现一些副反应，比如恶心、呕吐、食欲减退等，这些副反应会影响患者的营养摄入，从而引发营养不良。因此，对于妇科肿瘤患者来说，家庭护理和生活指导非常必要，合理膳食、科学饮食尤为重要。

家庭护理

保持清洁 在手术后，妇科肿瘤患者要保持私处清洁，避免感染。每天用温开水清洗外阴，避免使用刺激性强的洗液。

观察病情 密切观察患者的身体状况，比如出现异常出血、腹痛等症状后，应及时就医。

饮食调理 饮食应以清淡、易消化为主，多吃新鲜蔬菜和水果，避免食用辛辣、油腻、高脂肪食物。

休息与活动 合理安排患者的作息时间，保证充足的睡眠，同时适当进行锻炼，以增强身体免疫力。

生活指导

保持良好心态 积极乐观的心态对疾病的康复非常重要。患者应尽量保持心情舒畅，避免过度焦虑和紧张。

建立健康的生活方式 不吸烟、不饮酒，避免熬夜，保持规律作息，增强自身免疫力。

定期复查 按照医生的建议定期进行复查，以便及时发现和处理潜在问题。

注重心理健康 家人应给予患者充分的关心和支持，帮助她们渡过难关。必要时，可寻求心理医生的帮助。

营养支持

增加蛋白质摄入 在治疗过程中，妇科肿瘤患者身体消耗较大，需要补充足够的蛋白质来修复受损的组织。因此，患者应多吃一些富含蛋白质的食物，比如鱼、肉、蛋、奶等。

增加热量摄入 在治疗过程中，妇科肿瘤患者应适当增加热量摄入，以满足身体的基本需求。患者可以多吃一些富含碳水化合物的食物，比如米面、杂粮等。

增加维生素和矿物质摄入 在治疗过程中，妇科肿瘤患者容易出现缺乏维生素和矿物质的情况。因此，患者应多吃一些富含维生素和矿物质的食物，比如新鲜蔬菜、水果、坚果等。

注重膳食平衡 膳食平衡是保证患者营养需求的基础。患者应保证食物的多样性，合理搭配谷物、蔬菜、水果、肉蛋奶等食物，以满足身体所需的各种营养物质。

饮食建议

饮食清淡、易消化 在治疗过程中，妇科肿瘤患者容易出现恶心、呕吐等症状。因此，患者的饮食应以清淡、易消化为主，避免油腻、辛辣等刺激性食物。

多吃富含抗癌物质的食物 一些食物中含有抗癌物质，比如大蒜、胡萝卜、十字花科蔬菜等，患者可以适当多吃这些食物，以提高身体的抗癌能力。

避免过度加工的食物 过度加工的食物中往往含有较多的添加剂和防腐剂，会对人体健康产生不良影响。因此，患者应尽量避免过度加工的食物，选择新鲜、天然的食物。

注意水分摄入 在治疗过程中，妇科肿瘤患者容易出现水分丢失的情况。因此，患者应注意补充水分，以保持身体的水分平衡。

（作者供职于河南省人民医院妇科）

胎儿发育的神秘旅程

□徐春兰

怀孕这个生命孕育过程，充满了无尽的神秘和期待。在这段时间里，一个微小的受精卵逐渐演变成一个完整的胎儿，每一个发育阶段都充满了生命的奇迹。让我们一同踏上这神秘之旅，探索胎儿在母体内的每一个发育阶段，感受生命由虚无到实体、由渺小到壮大的美妙变迁。

生命之始：受精卵的奇迹诞生

神秘之旅的第一站始于一个肉眼看不见的受精卵。

当精子和卵子在母体的输卵管中相遇，生命的奇迹在瞬间展开。随着细胞分裂的不断进行，受精卵逐渐朝着子宫腔移动。这个短暂的旅程充满了挑战，受精卵必须不断适应变化的环境，同

时保持自身的稳定性和活力。最终，受精卵成功植入子宫内膜，开始了它的着床生活。这一过程标志着新生命的开始。在胚胎发育的这个阶段，胎儿的首要任务是从母体获取所需的营养，为自身未来的生长和发育打下坚实的基础。胎儿通过胎盘与母体相连接，这个器官充当了重要的媒介角色，将母体血液中的氧气和养料输送给胎儿，同时将产生的废物排出母体。胎盘的存在为胎儿创造了一个安全且舒适的生长环境，确保其得到足够的支持和滋养，有利于顺利生长。

成长之路：胚胎到胎儿的精妙变化

经过数周的安静成长，受精卵已经发展成为一个初具人形的胚

胎。

在这个早期发育阶段，胎儿的身体结构开始快速建立。神经系统、循环系统和消化系统等关键器官的基础框架逐渐形成。胎儿的心脏开始跳动，将血液在微小的血管中循环。尽管此时胎儿还非常微小，但其生命力已经令人震撼。随着妊娠的进展，胎儿的外貌也逐渐发生了改变。在这个阶段，胎儿的面部特征逐渐变得清晰可见，四肢不断伸长，手指和脚趾也开始形成。胎儿在母体的羊水中自由浮沉，不时伸展四肢，仿佛在练习出生后的动作。与此同时，胎儿的感官系统也开始逐渐发育。它可以听到母体内的声音，感知光线的变化，甚至对母体的情绪产生反应。

这个时期标志着胎儿的生长和发育进程，为未来的生命提供了坚实的基础。

准备降临：成熟胎儿的静待时机

在妊娠的最后阶段，胎儿已经发育成熟，准备迎接外面的世界。

在这个阶段，胎儿的体积达到了最大，母体的子宫被撑得满满的。胎儿的皮肤变得光滑细腻，头发和指甲也长到了合适的长度。此时，它们开始积累脂肪，为出生后的生活做好准备。同时，胎儿的肺部也进入了最后的成熟阶段。它们开始模拟呼吸动作，为出生后的第一次呼吸做准备。这个时期标志着胎儿在母体内不断发展壮大，为即将到来的出生做出了各种重要的生理准备。同时，胎儿的消

化系统也开始为接受母乳或配方奶做准备。在妊娠的最后几周里，胎儿的位置逐渐固定下来，头部朝向母体的骨盆。这个姿势有利于分娩的顺利进行。

在妊娠过程中，胎儿的成长是一段神秘而充满生命奇迹的旅程，充满了美妙的变化。从受精卵的诞生开始，到最终成熟胎儿的降临，这个过程的一个个阶段都蕴含着自然的智慧和母体的深切关爱。当我们回顾这段旅程时，不禁为生命的伟大和母爱的无私感动。这是一个充满奇迹和美丽的过程，让我们更加珍惜和尊重生命。

（作者供职于江苏省常州市武进区雪堰镇中心卫生院妇产科）