

宫颈癌的治疗方法

□黄小娟

宫颈癌被称为子宫颈癌,是发生于宫颈位置的恶性肿瘤,临床上被认为是女性生殖道最常见的妇科恶性肿瘤。HPV(人乳头状瘤病毒)是宫颈癌最主要且最危险的因素。如果能够早期发现,宫颈癌可以获得相对理想的治愈率,预后也更好。

当前,宫颈癌的治疗包括手术治疗、放疗、化疗、靶向治疗及免疫治疗等,通常需要根据患者的病理类型、身体状况、生育需求、年龄、肿瘤大小及扩散转移状况决定最合适的治疗方案。和其他实体肿瘤一样,宫颈癌的早期或孤立复发病灶适合手术治疗,而且宫颈癌绝大部分是鳞癌,对放射线敏感,体外及腔内放疗能以肿瘤致死最大放射剂量照射宫颈局部。因此,中晚期肿瘤多采用放化疗结合的治疗方式,而免疫靶向治疗则是近年来出现的、用于治疗晚期复发性宫

颈癌的新方法。

放疗:放疗指的是使用高能射线杀死癌细胞或抑制癌细胞生长,常规状况下的宫颈癌放疗多采用内外照射相结合的模式。其中,外照射需要放疗专业医生确定放疗部位,针对肿瘤本身、转移位置等,通常需要在一定时间内反复进行多次照射;内照射又被称为后装腔内放射,是通过特质管道将放射源置于肿瘤组织附近或直接置于肿瘤内部。

化疗:化疗是指利用化学药物杀死癌细胞。宫颈癌化疗通常联合放疗,起到放疗增敏及协同的作用,在治疗晚期、复发性宫颈癌时也有应用。由于患者存在个体差异,化疗不存在最好的用药方式,需在医生指导下充分结合个体情况选择最合适的药物。常用的化疗药物包括顺铂、卡铂、紫杉醇、氟尿嘧啶、拓扑替康、博来霉素等。若患者处于

晚期、发生复发转移或所在医疗机构缺少放疗设备,也可用化疗控制亚临床病灶及肿瘤转移,或用于术前缩小肿瘤病灶。需要注意的是,化疗可造成恶心呕吐、骨髓抑制、脱发、便秘或腹泻等不良反应,还需采取对症治疗。

手术治疗:宫颈癌的手术治疗包括宫颈锥切术、全子宫切除术、根治性子宫切除术、改良根治性子宫切除术、根治性子宫颈切除术及超根治性子宫颈切除术,整体上可供选择的余地较大,但需结合患者的病情发展、身体状况及生育诉求进行综合考量。术前后均需做好相应护理工作,如术前48小时应避免性生活,术前8小时禁食,术前4小时禁水,在医生指导下排空肠道(可选择灌肠或口服泻药),术前3天需冲洗阴道,术前洗澡并注意个人卫生,以减少感染发生的概率。术后同样需要禁食,通常在术后6小时后可进流食,根

据患者恢复情况逐渐恢复至半流食及正常饮食。此外,术后需注意阴部、会阴卫生,若采用的是锥切术,则术后一周左右创面结痂脱落并伴有少量出血,这种情况属于正常现象。锥切术后一个月内需禁止性生活,其他术式3个月内需禁止重体力劳动、性生活、盆浴及任何形式的泡澡。术后可能会导致消化不良、尿路感染、切口愈合不良、尿漏留、下肢深静脉血栓形成等多种并发症,遵照医嘱进行相应处理,如尿路感染可通过勤换尿袋,鼓励患者多饮水,每日进行会阴部擦洗等,并在必要情况下配合抗菌治疗加以控制。切口愈合不良则需要患者在咳嗽时按压切口,系紧腹带;下肢深静脉血栓形成则可在术后由护理人员及家属陪伴,尽快进行下肢活动,必要情况下由医生给予肝素或其他抗凝药物,预防血栓形成。总而言之,家属需密切注意患

者术后病情变化,及时发现并采取针对性治疗措施。

靶向治疗及免疫治疗:靶向治疗是应用靶向制剂进行治疗,当前临床应用的靶向制剂以贝伐单抗等抗血管生成药物较为多见,多用于晚期复发性疾病。靶向治疗需重视不良反应,如高血压病、胃肠道症状、皮疹等。轻症可暂行临床观察,严重时需对症治疗,必要时情况下则应停止靶向治疗。免疫治疗是为了恢复或增强机体的抗肿瘤免疫反应,以实现了对肿瘤细胞的控制及清除,免疫治疗常用药以派姆单抗、帕博利珠单抗等居多。这些药物能够深度激活免疫系统,但同样会产生流感样症状、皮炎、内分泌失调、免疫相关肺炎及肾炎等。若不良反应严重且无法缓解,则需要停止免疫治疗。

(作者供职于广西壮族自治区百色市人民医院)

小儿肺炎如何护理

□刘华娟

小儿肺炎是一种很常见的儿童疾病,患上肺炎之后,身体会有发热、拒食、烦躁、喘憋等症状,需要及时去医院进行治疗。家长可以通过了解肺炎发生的原因,有效避免宝宝得肺炎。

首先,若感冒没有得到及时治疗会引起肺炎,这是一个导致小儿肺炎的主要因素。尤其是到了秋冬季节,气温逐渐下降,很多孩子没有及时增添衣服保暖,就会导致身体着凉感冒,从而增加发生肺炎的概率。还有,身体抵抗力低下的孩子也会引起肺炎。而有些孩子本身还有其他疾病,同样也会降低抵抗力,增加肺炎的发生率。各种细菌和病毒都可能引起肺炎,例如葡萄球菌、肺炎链球菌、麻疹病毒、流感病毒等,这些都是可以造成小儿肺炎的常见病菌。如果居住的环境较为恶劣或者生活环境阴冷潮湿、空气污浊,同样也会增加小儿肺炎发生的可能性。小孩子的呼吸发育还不够完善,比如鼻咽和气管等部位比较狭窄,并且其中的纤毛运动能力差以及黏液的分泌量较少,再加上肺功能低下,被病菌入侵后很难清除干净,容易造成肺炎等疾病。

小儿肺炎的症状

“我孩子压根就没有发热咳嗽,怎么可能是肺炎。”几乎每个家长都会心生这样的疑惑。虽然咳嗽发热是肺炎的常见症状,但也不是绝对的,还会有其他症状。家长需要了解这些症状,以免对孩子健康造成影响。一般情况下,孩子得了肺炎,会有明显的呼吸急促的表现,严重情况还有可能会引起呼吸困难,呼吸每分钟40次~45次,当每分钟呼吸超过60次就是呼吸急促,有些情况严重的还有可能会出现点头样呼吸。除此之外,还可以观察孩子在呼吸时胸壁有无明显凹陷,是否出现“三凹征”;肺通气不足、动脉血氧饱和度降低,会造成发绀;小儿肺炎大多数会发热,体温多在38摄氏度以上,并且还会持续2天~3天以上无法退热,服用退热药只能暂时退一会。去医院检查时,如果医生在肺部听到固定的细湿啰音,也可以考虑为肺炎,但还需要进一步检查来确诊。

小儿肺炎的护理

小儿肺炎如何护理是需要进行学习的,主要包括这些方面:患儿年龄较小,生病后通常都会身体不舒服,容易产生烦躁的情绪,还需要进行吃药、吸氧、雾化吸入等治疗,很容易产生恐惧和抗拒的心理反应,家长需要给予足够的关心、安抚和鼓励,耐心亲切地沟通,让患儿能够积极地配合治疗。还可以适当为患儿安排有趣的小游戏,播放动画片来转移患儿注意力,从而促进康复。小儿肺炎经常会有发热的症状,高热容易造成惊厥抽搐,所以发热的护理也极为重要。对于低热,可应采取温水进行擦浴或者使用退热贴等物理方式进行退热处理。一般不推荐采取冰水或乙醇擦浴的方式进行退热,否则很容易突然引发惊厥、酒精中毒等。对于体温高于38.5摄氏度或者高于38摄氏度有多次高热惊厥的情况,一般采取药物退热,常用的药物有布洛芬等。如果出现服药困难,也可以利用栓剂塞入直肠进行退热处理,不建议采用激素退热,容易掩盖病情,抑制免疫功能,加重病情;居住环境勤通风换气,让孩子保持充足的睡眠和适量的运动,提高抵抗力。还要注意保暖,随着天气的变化及时增减衣服,避免着凉;选择清淡、营养丰富且易消化的食物,减少油炸、寒凉肥腻的刺激性食物,多吃瓜果蔬菜,适当补充水和电解质。

家长在平时要多加强孩子的营养,培养良好的卫生及饮食习惯,增强体质,按时带孩子接种疫苗。一旦发现症状,需要及时去医院进行治疗,使疾病早期就受到有效控制,帮助孩子早日康复。

(作者供职于广西壮族自治区钦州市第一人民医院)

什么是小儿语言发育迟缓

□卢晓芳

谈到“语言发育迟缓”这一问题,很多孩子的家长并没有感到奇怪,因为这是发生在孩子身上的一种比较常见的疾病。但是,一旦家长没能重视,或是没能及时带孩子到医院治疗,可能会产生更加严重的后果。

小儿语言发育迟缓的表现

身体发育方面具体表现为运动能力差,喂养困难,导致身材矮小及身材消瘦。运动发育迟缓的状况下,孩子表现得不够灵活、肢体缺乏协调性、无法准确构建障碍,以及跳跃和跑步的范围比较小。语言发展方面,不能清晰发音,不能说出一个完整的句子,不能唱歌等。智力发育迟缓包括脸上没有表情、没有微笑,或是不自觉地笑,没有悲伤的表现等。对于一些孩子,严重的情况下会流口水,没有同龄孩子聪明。如果在日常生活中家长发现孩子出现以上症状,就要第一时间到专科医院让孩子接受早期治疗。

小儿语言发育迟缓的主要原因

家长一旦发现孩子不会说话或语言发育迟缓,就要格外注意以下多个方面的原因。听力障碍或听力下降。一般情况下,听力受损后极易导致孩子语言发育延迟,或是出现言语不清的现象。

发育器官存在问题。一旦孩子自身的发音器官处于异常状态,就会增加出现语言发育延迟的概率。

神经系统发育落后。孩子出生时患有缺氧缺血性的脑病,对大脑已经造成严重的损伤。孩子患有先天性脑发育不全,使语言发育情况落后于正常的儿童,以及出现语言发育迟缓等神经系统疾病。

自闭症。家长需要对孩子进行细致观察,具体包括观察是否存在典型的不爱交流、不对视、刻板动作等多种现象,并依据观察到的结果判断孩子是否患有自闭症。对于自闭症的孩子,除了存在社会交往障碍之外,还会出现交流障碍,并且语言交流障碍的可能性更大。这种情况下,孩子不会说话、语言发育迟缓、语言内容比较少,甚至难以听懂他人表达的内容,或是自言自语、答非所问,这些都是自闭症的主要表现。

环境因素造成的严重影响。要格外注意孩子所处的家庭环境中是否缺乏培养语言的环境。比如:家长在日常生活中与孩子沟通交流的机会比较少,没能陪孩子说话、为孩子讲故事等,这些都会对孩子的语言发育情况造成影响。对此,家长应以改善养育环境为主,多陪孩子说话和聊天,从而促进孩子的语言发育。

小儿语言发育迟缓的解决方法

为孩子提供大量的环境刺激。3岁之前是儿童语言发育过程中十分重要的一个时期,如果孩子在2岁~3岁仍然处于不会说话的状态,实际上已经出现了语言发育迟缓的情况。排除儿童自闭症或者脑发育的其他问题,可知单纯是语言发育迟缓。解决这部分孩子语言发育迟缓问题,应从环境角度出发给予大量刺激,家长积极主动地与孩子互动交流。比如:孩子在玩耍期间,家长可以遵循一加一原则。如小孩在玩车,可以说“车车”。之后,小孩每一次推车,家长就开始说“车车”,多说几次之后小孩也会跟着说“车”。在此之后,家长开始说“推车车”,孩子会推车后说“推车车”,从原本的一个字,到后续的两个字,再到三个字和四个字,这样一个字一个字地加上去,可以让小孩跟着家长说更多的词语。但是,家长应注意循序渐进,不能突然增加词语,否则小孩根本听不懂家长说的话,极易出现小孩不说话的情况。

依据不同原因采取不同的治疗措施。小儿语言的发育与大脑、咽喉部肌肉的发育、听觉完善程度存在紧密关联,这就要根据不同的原因采取相应的治疗措施。首先,针对不同病因做相应的治疗。对于听力障碍,应寻找导致听力障碍的原因,并制定和实施相应的处理方案,可以为其佩戴助听器;对于髌裂导致的话语表达障碍,可以通过外科手术手术治疗的方式解决语言迟缓发育方面的问题。

(作者供职于广西壮族自治区百色市人民医院)

女性的困扰:压力性尿失禁

□李 慧

年过六旬的刘女士近来颇为烦躁,她发现在家照顾孙子时,稍微用力抱孙子,小便就会不自觉地流出来,虽然量不多,但很不舒服,不知道该怎么处理。其实,这是典型的压力性尿失禁的表现。

研究表明,中国成年女性压力性尿失禁患病率为18.9%,在50岁~59岁年龄段患病率最高。女性压力性尿失禁就发生率低,但随着人民生活水平的提高,越来越多的患者开始寻求治疗,以改善症状,提高生活质量。

什么是压力性尿失禁

所谓尿失禁,即非主观意愿的排尿,储尿期膀胱内压力超过尿道阻力,造成尿液从尿道流出。尿失禁按照症状主要划分为五类:压力性尿失禁、充盈性尿失禁、急迫性尿失禁、神经源性尿失禁等。压力性尿失禁是指打喷嚏、咳嗽、大笑或运动等腹压增高时出现尿液不自主从尿道外口漏出。它的发病率随着年龄的增长而增加,与生育、盆腔脏器脱垂、肥胖、家族史等有关。

压力性尿失禁程度的诊断

轻度:一般活动及夜间无尿失禁,腹压增加时偶发尿失禁,不需要佩戴尿垫。
中度:腹压增加及起立活动时,有频繁的尿失禁,需要佩戴尿垫生活。
重度:起立活动或卧位体位变化时即有尿失禁,严重影响患者的生活及社交活动。

压力性尿失禁的治疗

压力性尿失禁的治疗分为非手术治疗及手术治疗,非手术治疗包括保守治疗和药物治疗。
非手术治疗 生活方式干预。可能与尿失禁有关的生活方

式因素包括肥胖、吸烟、缺少体育活动和 unhealthy 饮食等,生活方式干预可以改善尿失禁。

膀胱训练。分为提醒排尿和膀胱再训练,膀胱再训练是教育患者使用计划的排尿方案,逐渐调整排尿间隔。

盆底肌训练。通过自主的、反复的肌肉群的收缩和舒张,改善盆底功能,提高尿道稳定性,达到预防和治疗尿失禁的目的。训练时必须使盆底肌达到相当的训练量才能有效,站位和卧位都可以,收缩盆底肌(提肛训练)2秒~6秒,松弛休息2秒~6秒,如此反复10次~15次。每天训练3次~8次,持续8周以上。

生物反馈。借助置于阴道或直肠内的电子生物反馈治疗仪,监视盆底肌肉的肌电活动,指导患者进行正确的、自主的盆底肌肉训练。

电刺激治疗。利用置于阴道、直肠内,或可置入袖状线性电极和皮肤表面电极,有规律地对盆底肌肉群或神经进行刺激,增强肛提肌及其他盆底肌肉及尿道周围横纹肌的功能,增加尿控能力。

手术治疗 适用于非手术治疗效果不佳的患者;中度压力性尿失禁,严重影响生活质量的患者;生活质量要求较高的患者;伴有盆腔脏器脱垂等盆底功能病变需行盆底重建者,同时存在压力性尿失禁。手术类型分为尿道中段吊带术、膀胱颈吊带术、尿道填充剂注射术。

压力性尿失禁的预防

心理护理 压力性尿失禁是中老年女性的一种常见疾病,不会危及患者生命安全,但是会对

生活造成严重负面影响,大多数患者存在自尊心受挫、抑郁、焦虑等情绪,长期流尿会伴有异味,引发自卑心理。患者及家属要提高对该疾病的认知,尽早治疗,解除心理压力。

避免危险因素 根据尿失禁的危险因素,采取相应的预防措施。如采取改善生活方式等措施,减少压力性尿失禁的发生机会;进行盆底肌训练或生物反馈等均可有效降低压力性尿失禁的发生。

锻炼预防 女性压力性尿失禁的一个很重要且常见的病因,是分娩和肥胖。这提醒我们,体重过大的女性,应注意控制体重。在日常生活中,可以做一些适当的锻炼,来提升盆地肌群的功能,降低压力性尿失禁的风险。产后尿失禁发生概率较高,女性在怀孕期间及分娩之后,应当有意识地预防压力性尿失禁。如在怀孕期间,孕妇可以适当运动,但不要长时间、长距离步行,尤其是到了妊娠中后期,更要注意,如步行1公里左右,就可以停下来适当休息。怀孕期间,孕妇还可以做一些增强盆底肌肌力的运动(分娩后更需注意练习)。凯格尔运动就是一项很好的锻炼方式,现在网络上有很多运动指导视频,可以自行学习。

另外,烟酒刺激、过多摄入咖啡因等不良习惯,可能会引发咳嗽,而剧烈咳嗽会导致尿失禁,也会对盆底肌功能造成影响。因此,女性应该尽量戒烟戒酒,减少咖啡因的摄取,从而减少咳嗽。

(作者供职于广西壮族自治区广西医科大学附属武鸣医院)

学习儿童保健知识 护航孩子健康成长

□孔 熠

一些父母觉得,孩子的生长阶段不需要做儿童保健,儿童保健就是对孩子的身高体重等方面进行检查,这些检查自己在家就能做,所以参加儿童保健的热情不高。造成这种现象的根本原因在于父母对儿童保健知识的缺乏,对儿童保健造成误解。

为什么要做儿童保健

儿童保健主要检查孩子的发育状况,有没有发育障碍,是否患有其他疾病。一般是建议宝宝在1月龄、3月龄、6月龄、8月龄、12月龄的时候进行一次体检,1岁~3岁每半年做一次体检,3周岁以后一年做一次检查就可以了。这样,在孩子生长发育中遇到问题可以早发现、早干预,而且在孩子成长过程中,爸爸妈妈也需要有专业人士进行指导。儿童保健时间没有硬性要求,需要按照孩子的具体情况确定检查的时间。但是对于高危孩子,可以根据具

体情况,适当增加儿童保健次数,这样可以帮助家长及时发现孩子发育中出现的問題。

儿童保健主要有哪些内容

生长监测 宝宝的体重、身高、头围和胸围都是成长监测的指标。根据婴儿的月龄,将有关资料输入成长曲线,看婴儿的成长有无规律性。体重是儿童成长最敏感、最重要的指标,也能反应儿童的营养状态。正常情况下,宝宝的体重在3个月内增加1000克~2000克,3个月到6个月,每月体重会增加600克~800克。6到12个月内,每月体重会增加400克左右。婴儿在1周岁以后,生长发育显著减缓,1周岁~3周岁婴儿每年的增重均在100克~2000克。假如孩子的成长比较缓慢,应该从孩子的饮食习惯和孩子是否患有疾病两个方面来判断。

体格检查 体格体检包括头、皮肤、心、肺、腹部、生殖器、

四肢及动作反应等。孩子的身体有没有问题,可以做个体检。比如,在进行心脏检查的时候,如果孩子的心脏出现了杂音,需要进行更多的超声检查,以明确孩子有没有先天性心脏病。

喂养与营养 母乳的喂养和婴儿的成长是息息相关的。可以为孩子的父母提供正确的引导,帮助他们达到对孩子进行科学喂养的目的,还可以解决母乳喂养过程中出现的一些问题,比如乳量不足、母乳性黄疸等。对于超过6个月的孩子,要根据孩子的成长营养需求,营养环境等因素来调整自己的食物,这样才能给孩子补充充足的营养,还能让孩子养成健康的饮食习惯。

发育监测 语言发育情况、适应能力、各种动作等都可以通过发育监控来了解孩子是否已经到达了这个年龄该有的程度。6月龄的孩子不会翻身,9

月龄的孩子不能自己坐起来,这都是孩子的发育出现了问题,这时候要对孩子的发育状况进行详细的检测和评价,一旦出现问题,就要马上采取相应的对策。

疾病筛查 孩子在成长期间会出现一些比较普遍的问题,比如多动症、喂养困难、营养不良、语言障碍等,这些都是儿童保健门诊检查的项目。有些医院还会将哮喘、过敏、矮小、肥胖等检查划到儿童保健门诊中。儿童腹泻是儿童保健中常见的问题,也叫消化不良,是儿童期胃肠功能失调引发的一种疾病。儿童期如果得不到有效处理,将会使儿童发生严重的水电解质失衡,从而危及生命。儿童保健中心在体检中发现,80%~90%的患者感冒是病毒引起的,10%~20%的患者感冒是细菌导致的。婴儿的免疫力还没有被完全开发出来,因此对

病毒、病菌的攻击更加敏感。孩子的感冒症状通常会持续7天~10天,如果孩子的年龄比较小,这种症状可能会出现14天。因为孩子的身体免疫力比较差,得不到及时处理,就会出现下呼吸道感染症状,比如支气管炎、肺炎等并发症。孩子的年纪比较小,生病以后还没有表现出来,而且宝宝无法准确描述自己的病症,所以在初期很难被察觉。孩子的疾病会加速发展,如果有发热或者咳嗽的情况,可以进行儿童保健,使孩子得到及时的治疗。

健康饮食 食物对儿童的健康生长至关重要,儿童饮食应以蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素、矿物质等为主。父母要避免喂孩子太多的垃圾食品及甜味产品,因为它们对孩子的身体有很大的伤害。

(作者供职于广西壮族自治区柳州市柳江区妇幼保健院)