

关爱女性防治「两癌」

「健康直通车」走进沐川县

记者戴余乐文图

活动现场

女性健康 积极防治两癌”知识宣讲走进沐川

乐山市“巾帼心向党 建功新时代”百千万巾帼大宣讲

乳腺癌和宫颈癌是女性恶性肿瘤高发病症,简称“两癌”,严重危害我国妇女健康。

为增强广大女性对“两癌”防治的了解,近日,乐山市妇女联合会联合乐山市人民医院“健康直通车”、乐山市护理学会走进沐川县美华幼儿园,开展“关爱女性健康积极防治两癌”知识宣讲活动。该园近百名学生家长和老师参加活动。

“乳腺癌早期症状为乳房出现一些异常的状态,比如皮肤凹陷、出现异常分泌物、皮肤呈橘子皮状或红肿热痛、乳房出现肿块或形状改变、静脉血管扩张及凸起、乳头异常变化及四周肿痛等。”“感染HPV常见的从症状有:出现阴道瘙痒感、压迫感、小红点、白带增多、摩擦出血,乃至肉眼可见的尖锐湿疣、甲周疣、扁平疣、丝状疣、跖疣、下生殖道上皮内病变等,就需要做进一步确定性检查了。”……活动现场,市人民医院乳腺外科主治医师祝琴,通过典型案例、漫画、模型等形式为大家详细讲解了什么是乳腺癌、导致乳腺癌的危险因素、乳房结节与乳腺癌的关系、乳房结节自查及治疗等科普知识。她表示,虽然目前乳腺癌的确切致癌原因还不清楚,但已经发现相关的高危因素,伴随着乳腺癌高危因素不断积累,患病风险逐渐增大。因此,20岁以上女性除了日常生活中的自我检测,在乳腺癌高发年龄段(40—70岁)根据临床诊疗指南,建议定期接受乳腺癌筛查。另外,月经初潮早、绝经晚、有乳腺癌家族史、未育或晚育大于35岁、未哺乳、使用激素替代疗法、肥胖、熬夜、饮酒、胸部放疗等都是患乳腺癌的危险因素,这部分女性更要注意乳腺癌防控,提早进行预防以及干预。

随后,市人民医院妇科主治医师窦曦为大家分享了HPV与宫颈癌的防治,从什么是宫颈癌、导致宫颈癌的危险因素、人乳头瘤病毒(HPV)与宫颈癌的关系、注射HPV疫苗的时机及注意事项等方面进行了讲解。“宫颈癌相比乳腺癌更容易防控,99%以上的宫颈癌与HPV感染有关,而有性生活的女性一生中感染HPV病毒的概率高达80%以上,但并不是感染HPV病毒就会得宫颈癌,只有长期持续8—10年感染高危HPV病毒才可能引发宫颈癌变。”窦曦表示,目前,国内推荐通过“三级预防策略”来有效防治宫颈癌,即一级预防是通过健康教育,接种HPV疫苗来减少HPV的感染;二级预防

是对癌前病变进行筛查、诊断和治疗;三级预防则是在错过了前两级预防后,对确诊的宫颈癌进行规范化的治疗,是最后的补救措施。

现场,两位专家运用鲜活的事例详细讲解了维护女性健康的重要性,并提醒女性朋友们可以通过定期检查做到早发现、早诊断、早治疗,更好地保护自身健康。

讲座结束后,现场医护人员还为大家进行了义诊,对学生家长和教师提出的问题一一进行解答,根据实际情况给予专业的就医及预防保健措施指导,并现场进行了“两癌防治”科普宣讲活动满意度问卷调查,发放“两癌”防治科普资料等。

“今天听了专家的讲解,让我们对‘两癌’有了更深入的了解。今后我一定要定期参与‘两癌’免费筛查,做到早检查、早诊断、早治疗。”现场学生家长和教师纷纷表示,参加此次活动受益匪浅。

健康小贴士

“两癌”筛查的检查项目主要包括:
宫颈方面包括妇科常规检查、阴道/宫颈分泌物检查、HPV病毒检查、宫颈脱落细胞学检查等,如有疑问需要做病理检查。
乳腺方面包括乳腺的常规体检、乳腺B超,如有疑问则需要做乳腺钼靶检查等。
对于“两癌”筛查,有如下注意事项:
一、乳房筛查时尽量选择月经干净之后进行,不要在月经之前进行检查。
二、关于宫颈的筛查,最好选择在患者没有阴道流血的时候进行,时间最好选在排卵之后。
三、在筛查前2天,最好避免进行性生活。

健康

健康生活事业部总监:程和平

新闻热线:13981393110

邮箱:2008hepingy@163.com

从“生命起点”预防罕见病 我国产前筛查机构达4800多家

新华社北京10月29日电(记者 田晓航 李恒)做好出生缺陷疾病防治是罕见病预防的关键。记者从29日开幕的2022年中国罕见病大会了解到,近年来国家不断加大医疗卫生事业投入,完善出生缺陷防治体系,我国产前筛查机构已达4800多家。

国家卫生健康委员会妇幼健康司司长宋莉在会上介绍,全国婚前保健机构、孕前优生健康检查机构已有4000多家,产前诊断机构已达498家。对苯丙酮尿症等新生儿遗传代谢性疾病的筛查已经在很多地方普及,通过早期筛查、尽早治疗和干预,能够帮助患儿回归正常生活。

罕见病是诊疗挑战较大的疾病领域,也是全球共同的重大公共卫生问题。专家介绍,全世界发现的罕见病超过7000种,约80%为遗传性疾病,约50%起病于儿童期。

“出生缺陷疾病有8000多种,其中很大比例为罕见病。”宋莉说,罕见病要从源头上进行防控。我国采取三级预防措施防治出生缺陷,通过婚检、产检、新生儿筛查等实现关口前移,从“生命起点”把好关,降低罕见病发生率。

罕见病防治关口前移,离不开全社会对罕见病的关注和认知。近年来,我国印发第一批罕见病目录、组建全国罕见病诊疗协作网、开展罕见病病例直报、发布罕见病诊疗指南……为提升对罕见病的认知度和罕见病诊疗能力提供了全方位的政策措施保障。

国家卫生健康委医政医管局副局长李大川介绍,我国将进一步发挥全国罕见病诊疗协作网“中坚力量”的作用,通过这一网络向全国医疗系统推广罕见病诊疗基本知识,通过多种方式的培训提高罕见病诊疗能力;加快工作进度,适时发布第二批罕见病目录,更好解决罕见病患者的诊疗和保障问题。

乐山优倍视

让孩子们的世界“睛彩无限”

■ 记者 戴余乐 文/图

做精做强让更多患者受益

近年来,青少年儿童近视、弱视、斜视等眼病高发,威胁儿童眼健康。保护青少年儿童视力需要家庭、学校、医疗机构形成合力,构建青少年儿童视力保护网。

刘秀群,乐山优倍视高级护眼导师。2004年,怀揣着让青少年儿童恢复视力,控制或延缓近视发展,避免发展为高度近视的梦想,刘秀群进入视光行业。经过10年的学习专研,2014年,她正式与上海览迪光学科技有限公司签约,“优倍视”入驻乐山。

如今,乐山优倍视凭借专业、耐心的服务,赢得了良好的口碑。

干净明亮的环境,专业的护眼团队,耐心的指导服务……近日,记者走进乐山优倍视·眼视光中心,几位小朋友正在工作人员的指导下,进行视力锻炼,家长也在一旁学习如何科学的办法延缓近视加深的速度。

“孩子视力健康,不仅需要专业的帮助,还需要家庭、学校以及全社会的共同参与。我们不仅要最大限度的帮助孩子恢复视力,提升孩子的裸眼视力,还要帮助家长和孩子树立正确的爱眼、护眼意识,通过多方努力,全面保护孩子视力。”刘秀群表示。

入驻乐山至今,乐山优倍视一直致力于科学的护眼方案,从精准检测、专人定制、理疗按摩、视觉训练、营养保健、档案跟踪等多方面进行全方位防控,为青少年儿童提供专业、全面、完善的视力健康管理服务。同时,在预防近视方面,为青少年儿童提供营养保健、居家护眼等方面的服务,从“吃、喝、用、戴”多个方面入手,持续改善孩子的眼部环境,提升孩子的裸眼视力。

今年13岁的小茜,由于母亲是高度近视,小茜从读小学开始,每年近视度数都会大幅增加。9岁时,家人在朋友介绍下带小茜来到了乐山优倍视治疗。最开始,小茜的近视度数为300多度,综合评估孩子视力情况后,刘秀群团队为其制定了科学的护眼方案,并建立档案,定期调整。几年下来,小茜的近视度数数稳定在400度,有效控制了近视发展。

这样的案例在乐山优倍视还有很多。翻开视力档案,上万个成功案例,是对乐山优倍视的肯定更是动力。

“孩子和家长对我们的信任越来越高,我们就更要把质量做好。”刘秀群说。

目前,乐山优倍视在市中区、峨眉山市、犍为县、沐川县均设有专门的服务点。为更好满足青少年儿童近视防控需要,刘秀群高度重视人才培养、人员培训,不断提升团队专业技术水平。同时,为了更好地倾听孩子和家长们的声音,刘秀群和团队将微信号对外公开。每个咨询信息,他们都会耐心解答。患者如果有什么疑虑,有什么需要,他们也会及时作出回复,在线沟通已成为刘秀群团队日常工作的重要组成部分。

“我们每个人都满怀热爱,觉得在这里工作有情怀也有梦想。”对于未来发展,刘秀群表示,将带领团队用效果铸就口碑,用服务留住顾客,做精做细做强,让更多患者受益。

在做好自身工作的同时,刘秀群还非常关注青少年近视防控工作,积极参与相关公益活动。“每年,乐山优倍视都会组织专业人员走进校园,开展校园健康行动,为学生进行免费视力检测、公益健康讲座等,指导学生及家长健康用眼、爱眼护眼,有效提升视力,促进学生体质健康。”

除此之外,乐山优倍视还定期不定期组织开展各类线上、线下护眼活动,建立视力数字网络系统,让乐山青少年儿童和家长更深入地了解近视的危害,防控的必要。

“现在我国青少年的视力问题已经不是个案问题,而是普遍性的社会问题,这需要政府、学校、家长、孩子、视力防控机构共同努力,呵护好孩子的眼睛。我们希望汇聚各界力量,携手共进,为青少年儿童视力健康营造更光明的未来。”刘秀群表示,未来,她将和团队坚定地走下去,帮助更多孩子远离近视,拥有清晰明亮的美好未来。

刘秀群为学生做视力检查

乐山市卫生健康委员会 协办
乐山市健康教育协会 协办

乐山日报·健康周刊

技术支持单位

乐山市人民医院 急救:2119310 急救:2119328
仁爱济世 精诚行医

乐山市中医医院 院办:2441183 急救:2446120
倾心为病人 德技求双馨

乐山市妇幼保健院 院办:2131451
仁心仁术 呵护生命

乐山市精神卫生中心 心理咨询:5868866
仁爱 至善 笃诚 求精

乐山市市中区人民医院 急救:2121999
厚德诚信 精医创新

乐山老年病专科医院 急救:2150330
敬老·精医·创新·卓越

乐山市市中区中医医院 急救:2124120
是德济世 救死扶伤

乐山市市中区肿瘤医院 急救:2600241
敬慎 精诚 守正 弥新

乐山友谊医院 健康热线:2555120
仁爱·精诚·责任

接种新冠疫苗

保护自己

保护家人

中宣部宣教局 国家卫生健康委员会宣传司 中国疾病预防控制中心 中国健康教育中心