

肿瘤预防大讲堂

在我国,宫颈癌的发生越来越呈现出年轻化趋势。不过幸运的是,宫颈癌是目前唯一病因明确、可防可控的癌症。因为导致宫颈癌的头号元凶是人乳头瘤病毒,也就是我们常说的HPV,而我们对付HPV的方法有很多种。

乐山市市中区肿瘤医院妇瘤科主任税晓玲副主任医师表示,每位女性朋友都应该了解如何预防、远离宫颈癌。



税晓玲 医院供图

# 对付HPV 不能仅靠疫苗 “三步走”筛查宫颈癌

## 身体出现这些信号 要警惕

宫颈癌的症状到底是什么,有没有希望在初期就发现呢?

税晓玲表示,宫颈癌和其他癌变类型相同,临床症状出现的轻重,和患者具体的患病类型、病情分期有直接关系。通常情况下,宫颈上皮内瘤变、镜下早期浸润癌,患者基本没有任何症状。大多在一次宫颈癌筛查时,才发现了宫颈已经癌变。而进入1、2期的宫颈癌患者则会逐渐出现症状,其最为典型的表现是以下两个:

**阴道出血。**阴道出血在最早期阶段表现为接触性出血,由于宫颈这个位置十分特殊,它是阴道和子宫的连接口,所以在性爱过程中、女性进行妇科双合诊检查时,就可能会对癌肿造成挤压、碰撞,导致肿瘤表面的血管破裂,出现私处排出鲜血、滴状鲜血等症状,临床将其称

为接触性出血。而接下来,癌肿逐渐侵犯间质内血管、自身发生糜烂坏死之后,就会出现非经期或绝经后的少量不规则出血,晚期病灶较大时表现为多量出血。

**分泌物异常。**宫颈癌患者可合并引导分泌物改变,比如宫颈粘液性腺癌,在病情发展期受到癌灶分泌粘液的影响,私处可有水样、类似黏液样的液体排出。

当然,症状并不是诊断宫颈癌的办法,它仅仅只是身体提示生病的信号。

税晓玲提醒,宫颈癌最为典型的表现就是以上两类。如果近期不明原因有私处出血、性爱过后出血,需要高度警惕是否为宫颈病变,患者应当积极就医,将自己的主要症状告诉医生,再按照医生建议进行相关筛查。而一旦确诊为宫颈病变,无论病情处于哪一分期阶段,都应当着手开始治疗。

## 预防宫颈癌 不能仅指望疫苗

虽然说注射HPV疫苗可以有效预防宫颈癌,但是目前已上市的HPV疫苗均未涵盖所有的高危基因型,且现有疫苗对已感染人群的保护效果不明,尚有

一些高龄人群处于疫苗适用年龄范围之外。税晓玲提醒,想要预防宫颈癌,莫只盯着疫苗,筛查也要定期做。

## 三个方法 筛查宫颈癌

第一步是细胞学和HPV检查,如果发现异常,可进行第二步的检查,也就是阴道镜,阴道镜可起到放大作用,配合染色,能更好地观察和判断有没有问题。在疑似有问题的地方,医生会通过钳子获取组织,就是接下来的第三步,组织病理学检查,这是宫颈癌明确诊断的最终标准,是诊断宫颈癌、确定癌变类型和分期的最佳方式,也是宫颈癌确诊和治疗中,最不能缺少的一种检查手段。

税晓玲表示,并不是每位女性朋友都需要经历上述三个步骤,大多数人都

处于第一步,我们平常说的宫颈癌防癌筛查,也都指第一步。

而至于什么时候开始筛查,税晓玲建议,有性事后21岁开始进行宫颈癌筛查。筛查的项目不同、检查结果不同,下次间隔筛查的时间也不同。一般来说,如果只进行细胞学检查,建议3年复查一次;如果细胞学和HPV同时检查,则建议5年复查一次,40岁以上女性则建议3年复查一次直到65岁。但是,如果检查发现有异常,需要根据检查的结果确定复查时间。

记者 宋宇凡

## 市中医院骨伤科 中西医结合 为“腰突”患者撑腰



患者正在接受治疗

中医熏洗、中药硬膏贴敷、中频电疗、中药内服外治……在乐山市市中医院骨伤科的日常诊疗中,中医药焕发着不一样的光彩。该科室在继承发扬中医骨科传统优势的同时,积极引进现代医学先进技术,中西医协调发展,齐头并进,不断创新和改进治疗方式,致力于运用中医药及中西医结合的方法治疗多类骨科常见病,使广大患者远离了病痛的折磨。

### 中西医结合 探索“腰突”特色疗法

中医治疗骨病历史源远流长。市中医院骨伤科利用中药熏蒸、贴敷、涂搽等治疗手段和方法,在治疗腰椎间盘突出等慢性骨病上取得了不错的疗效。

近年来,腰椎间盘突出发病率居高不下且呈年轻化趋势,是较为常见的疾患之一。据市中医院骨伤科主任曹忠介绍,腰椎间盘突出是一种慢性劳损性疾病,腰痛是大多数患者的发病前兆,如果不积极有效治疗,会出现腰部钝痛、酸痛、行走困难、腰部活动受限,严重者会出现下肢放射性疼痛,甚至无法行走活动、大小便困难等。

去年11月,62岁的李先生在家中搬东西时不慎扭伤致腰部疼痛,加重了其腰椎间盘突出症,活动严重受限。

“我们将中医特色疗法贯穿全部诊疗环节,坚持中西医并重。”曹忠告诉记者,结合李先生病史,该患者早期治疗上予以服用活血化瘀、行气止痛的药物为主;因肝肾亏虚,筋骨失其濡养,加之起居失当,待急性症状缓解后加之补益肝肾药物;期间还辅以物理治疗低频脉冲电以缓解肌肉紧张,以及中药熏洗、中药热奄包治疗以活血化瘀、舒经通络。李先生住院8天后,病情得到缓解。

近年来,市中医院骨伤科充分发挥中医特色优势,对椎间盘突出等疾病予以中医辨证施治,对收治的病人坚持使用口服、外敷中草药,同时采用中医的牵引疗法、推拿按摩、针灸治疗、针刀治疗、中成药穴位注射等方法治疗各种颈肩腰腿疼痛。同时,自主研发了活血散、黄金散、热敷灵、中药熏蒸液、中药药酒等外用中药制剂,用于治疗骨关节退变引起的疼痛及受伤后的消肿止痛。

### 以人为本 跑出康复“加速度”

在市中医院骨伤科门诊室外的墙壁上,腰椎间盘突出症等骨病的健康指导宣传展板随处可见,供前来就诊等候的患者学习;在该科室病区内,护理人员常态化带领病人做康复训练等功能锻炼。

“在门诊和住院病房,我们不仅为病人开出了中医药特色处方,也有配套的健康教育处方。”曹忠介绍,科室注重疼痛管理和运动疗法,致力于指导患者进行功能康复训练,使他们克服因运动缺乏导致的关节僵硬、下肢水肿等问题;同时,坚决贯彻中医“治未病”理念,对患者进行健康宣教,讲解压力性损伤、便秘、肺部感染等常见并发症的预防措施,并制定健康宣教资料分发到病室;建立健康宣教线上平台,通过图文、视频多形式传播骨科常见疾病健康宣教,助患者了解疾病的健康知识、注意事项,助力患者早日康复。

中医认为,“上医治未病”。“随着人们的健康观念和医学模式的转变,中医预防保健的服务需求也在不断增加。”曹忠告诉记者,俗话说,伤筋动骨一百天。可见骨科疾病少不了长期治疗和维护,骨科患者的治疗并不是在出院后就停止,还应该注重住院后的维护以及复发前的预防,做好治疗与预防相结合。

记者 宋宇凡 文/图