

月经量增多或是患上子宫肌瘤

出现月经紊乱或阴道不规则出血时应及时就医

如何辨别月经和异常子宫出血？异常子宫出血的调经治疗有哪些方法？3月23日上午，市场星报健康热线0551-62623752，邀请了中科大附一院西区（安徽省肿瘤医院）妇科外住院部主任医师江文静与读者交流。

■ 崔媛媛 记者 马冰璐 文/图



江文静 毕业于安徽医科大学，硕士研究生学历，熟练掌握妇科常见疾病的诊治，尤其是子宫异常出血，宫颈疾病，子宫肌瘤，卵巢良恶性肿瘤的综合治疗。

月经量增多最常见的是子宫肌瘤

读者：月经过多常见于哪些疾病？

江文静：月经量增多最常见的是子宫肌瘤，尤其是黏膜下子宫肌瘤。其次是子宫腺肌病，子宫内息肉。另外还可以是青春期或者围绝经期无排卵性子宫出血，甚至是宫颈癌、子宫内膜癌等。流产或者引产后宫腔残留，也可以造成阴道大量出血。

异常子宫出血的病人

需告诉医生五方面内容

读者：异常子宫出血的病人要告诉医生哪些内容？

江文静：医生采集病史非常重要，异常子宫出血的病人需要叙述清楚以下内容：

①阴道出血的病史：包括平时月经周期、经期、月经量。这次阴道出血情况，院外是否治疗，如何治疗，治疗效果如何。②月经量是重点，可以用使用卫生巾的多少来粗略计算。以前月经量有多少，现在是怎么样。比如现在月经量是以前的2倍，这就说明月经量增多。③现阶段用药史。比如：是否服用雌激素、孕激素或者避孕药。④子宫相关疾病症状，如盆腔炎、盆腔痛、性交痛、性生活出血。⑤有无全身性疾病。肝、肾、血液病等也会造成子宫出血。

异常子宫出血可做多项检查

读者：异常子宫出血如何检查？

江文静：①妇科检查，窥阴器检查阴道和宫颈，观察分泌物性状及气味。双合诊检查子宫大小、质地，附件区有无肿块及压痛。

②经腹部或者经阴道超声，检测子宫内膜厚度及有无宫腔占位性病变（子宫内膜息肉及黏膜下肌瘤等）。

③宫腔镜检查+刮宫术。宫腔镜检查可以直视看到宫腔内有无占位，还可以定位内膜活检。必要时行刮宫术，刮宫既能够迅速止血，又能将刮出子宫内膜组织送病理检查，根据病理结果可以调经治疗。

④血常规、凝血五项、性激素六项、甲状腺功能等化验。

宫腔镜检查

在异常子宫出血中的作用

读者：宫腔镜检查在异常子宫出血中有哪些作用？

江文静：以往常用的诊断性刮宫获取内膜检查是凭借手术者的感觉及经验，宫腔镜则是在直

视下操作，对宫腔内的情况一目了然。宫腔镜不仅能确定病灶存在的部位、大小、外观和范围，且能对病灶表面的组织结构进行细致的观察，并在直视下取材或定位刮宫，大大提高了对宫腔内疾病诊断的准确性，更新、发展和弥补了传统诊疗方法的不足。

宫腔镜检查适合于异常子宫出血，尤其是围绝经期阴道不规则流血、彩超提示子宫内膜不规则增厚的病人，通过宫腔镜检查，可以发现子宫内膜息肉和早期子宫内膜癌；子宫内膜息肉可以在宫腔镜检查的同时进行内膜息肉摘除，对于早期发现的子宫内膜癌，可行微创治疗，如腹腔镜下子宫内膜分期手术。

宫腔镜检查前后注意事项

读者：宫腔镜检查前后有哪些注意事项？

江文静：宫腔镜检查时间最好选在月经干净3~7天内，这段时间内子宫内膜较薄，宫腔内病变可以比较清晰地看到。另外，也不容易使过厚的子宫内膜通过输卵管进入腹腔。对于阴道大量流血的病人需要先止血治疗，待流血减少后再行宫腔镜检查。阴道少量淋漓出血的病人随时可以行宫腔镜检查。

宫腔镜检查前避免性生活，需妇科检查排除生殖道炎症，做心电图检查，以及必要的化验检查如：血常规、尿常规、凝血五项、免疫组合等。宫腔镜检查后一般有少量阴道血性分泌物，这是正常的，不必担心。检查后抗生素预防感染并针对检查结果进一步治疗。

调经治疗非常必要

读者：异常子宫出血的调经治疗有哪些方法？

江文静：对于因异常子宫出血宫腔镜检查并刮宫的病人，以后的调经治疗非常必要。如果仅做了刮宫，不再调经治疗，病人很快就会再次出现异常子宫出血。常用的调经药物有：地屈孕酮、黄体酮胶囊、雌孕激素的周期治疗、口服避孕药、宫腔内放置曼月乐环。这些药物的使用需要详细询问专科医生。

再就是手术治疗：宫腔镜黏膜下子宫肌瘤电切术、宫腔镜子宫内膜息肉摘除术、宫腔镜下宫腔异物取出、腹腔镜下子宫肌瘤挖除术、腹腔镜下子宫全切术等。

最后，提醒广大女性朋友，月经和异常子宫出血不能混为一谈。当出现月经紊乱或者阴道不规则出血时，必须及时到正规医院检查和治疗。

健康传真

若想睡得好 抓住“黄金7小时”

星报讯（张薇 记者 马冰璐）3月21日是世界睡眠日，调查数据显示，5成网友承认有睡眠问题，包括多梦、持续浅眠、早上醒来头脑昏沉等。安医大一附院高新院区神经内科副主任医师谢成娟提醒：如果被睡眠问题困扰两周以上，自身难以调节，最好前往医院就诊咨询。

近半年来，肥西的程女士一直饱受“怪病”折磨。晚上躺到床上，两条腿就像有一群蚂蚁在爬一样，又痒又痛，还有酸胀感，有时还会不由自主地抖动，“几个星期没睡过一个安稳觉。”

经检查，神经内科副主任医师谢成娟告诉程女士，她是患上了“不宁腿综合征”，大多数患者会患上严重睡眠障碍，多数安眠药物治疗无效，部分患者会因此产生抑郁、焦虑；同时，由于睡眠质量差，情绪波动大，血压血糖容易出现异常，容易诱发心脑血管疾病。

谢成娟介绍说，睡眠疾病大致可以分为三类：一类是睡得太多，失眠，包括入睡困难、睡眠浅、早醒等；一类是睡得太多，嗜睡；另一类是睡眠中出现异常行为，包括睡行症、夜惊、梦魇、不宁腿综合征等。

从晚上11点到第二天早上6点是睡眠的“黄金7小时”。人体正常的睡眠时间为6-10小时，成人平均每天睡7.5小时。不健康的生活方式、精神压力过大、饮食不合理、睡眠环境差等都是造成睡眠障碍的原因。

半数先心病患儿 可在新生儿期得到根治

星报讯（王燕 高航 记者 马冰璐）记者从合肥市妇计中心获悉，自2011年，合肥市将“开展0-6岁儿童先心病免费筛查”纳入民生工程以来，全市共178158名儿童得到免费筛查，确诊先心病儿童2880人。

专家提醒，先天性心脏病可分为紫绀型和非紫绀型两大类，目前，约有一半的先心病患儿可以在新生儿期得到根治或进行姑息手术，从而减少死亡的发生，提高儿童的生命质量，使这些孩子有可能健康发育成长。因此，早期发现和早期诊断先心病就显得尤为重要，“一般情况下，建议家长在宝宝3个月-1岁之间，带孩子接受先心病免费筛查。”



随着生活水平不断提高，越来越多的人关注养生医疗知识。昨日，合肥市蜀山经开区邓店村联合共建单位为辖区农家书屋新添置了300多本养生医疗、文化类书籍，供广大居民借阅。

下期预告

什么是高压氧治疗？高压氧适用于治疗哪些疾病？更年期综合症也可进行高压氧治疗吗？3月30日（下周五）上午9:30至10:30，市场星报健康热线0551-62623752，将邀请合肥市二院高压氧科负责人齐胤良与读者交流。

齐胤良，合肥市二院高压氧科负责人，医学博士。2010年起从事高压氧科临床、教学、科研

工作并致力于高压氧的临床应用与基础研究。擅长处理脑外伤、脑血管意外等各类危重症患者的高压氧治疗。2017年获合肥市科技进步奖，近3年内发表高压氧相关论文7篇，SCI收录4篇，并获评第八届安徽省自然科学优秀学术论文三等奖。

■ 朱沛炎 记者 马冰璐

■ 王俊 胡正球 记者 马冰璐 文/图