

30~40岁女性多发乳腺增生

专家:患者须注意调整心态,缓解压力

急性乳腺炎有哪些症状?哪些因素会导致乳腺癌?4月26日上午9:30~10:30,本报健康热线0551-62623752,邀请了中国科大附一院(安徽省立医院)甲状腺乳腺外科主治医师孔源,与读者交流。

□ 朱伟华 记者 马冰璐 文/图

乳腺增生多发于30~40岁的女性

读者:乳腺增生多发于哪个年龄段的女性?

孔源:乳腺增生主要是由于卵巢内分泌功能紊乱出现不同程度的腺体增生,主要临床表现乳房胀痛,乳房内大小不等的结节,多发于30~40岁的女性,可因情绪变化、月经周期变化。经期前疼痛,月经期后缓解或消失。乳腺增生症有多种病理类型,如单纯性小叶增生(占乳腺增生症的大部分),只要注意调整心态,缓解压力,就可能逐渐缓解。若乳腺小叶增生伴导管上皮增生,且呈现重度异形,则为癌前期病变(占极少部分),则需积极治疗定期检查,防患于未然。

急性乳腺炎好发于初产妇

读者:急性乳腺炎有哪些症状?

孔源:急性乳腺炎大多是由金黄色葡萄球菌引起的急性化脓性感染,好发于初产妇中。主要表现为:乳房胀痛、畏寒、发热,局部红、肿、热、痛,触及硬块,白细胞升高。对于这种情况,则应积极进行抗炎治疗。脓肿形成前排乳为主,脓肿形成后必须排脓。因此,每位产妇都应预防急性乳腺炎的发生。

乳腺癌的发生与多种因素密切相关

读者:哪些因素会导致乳腺癌?

孔源:乳腺癌的发生往往与遗传因素,饮食不当、不良生活习惯、精神压力大,生育因素等密切相关。常常表现有乳腺肿块、乳头溢液、皮肤改变、乳头乳晕异常、腋窝淋巴结肿大等。对于乳腺癌的治疗,外科手术有保留乳房手术(保乳手术)和乳房全切除术等方式。除此之外,乳房重建术越来越受到广大患者的青睐,可采用自体组织重建,也可采用假体重建,在保证治疗



孔源:主治医师,擅长乳腺甲状腺良恶性疾病诊治及全程个体化管理。

的同时,能够为患者赢求更高的生活质量。

适龄女性要学会乳房自查

读者:要想远离乳腺疾病,女性应该怎么做?

孔源:适龄女性要学会乳房自查,6~12个月进行一次专业体检,定期进行乳腺彩超、钼靶、磁共振等辅助检查,针对有危险的乳房结节或者肿块需要手术或者穿刺活检以明确病理性质,以求赢得最大的治疗效果。

态平和,凡事看开。她总是教育子女:凡事要大度,家庭邻里要和睦。

老人习惯早上散步,过去外出每天坚持走7000步,现在在屋内能走上三四千步。她还坚持做保健气功操。平日以素为主,极少吃油煮食物。烹调力求清淡、少油、少盐、少糖,每餐不过饱。

爱散步老人爱养生 心态平和凡事看开

星报讯(任苗苗 阚洋洋 记者 祁琳)于秀英今年95岁,家住合肥双岗街道万小店社区,老人年轻时一直在化肥厂工作,退休之后,赋闲在家,非常爱干净,身体看起来还是比较硬朗。

于秀英老人腰不弓、背不驼,思维敏捷,总是笑呵呵的,让人印象深刻。说起养生秘诀,她总结了一句话:遇事多忍百日无忧,心

春暖花开 当心花粉过敏

星报讯(朱沛炎 记者 马冰璐)春暖花开,风景宜人,可对于易过敏的市民来说,稍不留神就会遭到花粉过敏的“偷袭”。对此,合肥市二院皮肤科主任崔伟提醒,上午10点至下午4点空气中花粉等粉尘浓度大,易过敏者在这段时间尽量减少室外活动时间。

据崔伟介绍,花粉的成分极为复杂,除了含大约25%的水分以外,还含有多糖、脂肪、蛋白质和多肽,这些成分都可以引起过敏,但其中最主要的致敏抗原成分是蛋白质。一般人吸入花粉后,通常并不引起过敏反应;而对于某些过敏体质的人来说,对花粉特别敏感,微量的花粉就可使其产生大量相应的抗体,如果这种抗体再与相应的花粉

(抗原)接触,就会引起过敏反应。过敏性疾病发病人群从新生儿到中老年人,各年龄段都有发生。

崔伟提醒,上午10点至下午4点空气中花粉等粉尘浓度大,易过敏者在这段时间尽量减少室外活动时间;户外活动与健身时,尽量选在清晨、傍晚或阵雨之后等。遇干热或大风天气,可关闭门窗,同时要保持室内湿度,以阻挡或减少花粉侵入,注意尽量避免阳光的直接照射,不要使用碱性的化妆品和香皂。外出时戴上口罩、眼镜等。

遗失声明
安徽阜南县万家和工艺品有限公司ANHUI FUNAN COUNTY WANJIAHE ART CO.,LTD.遗失奥柏国际货运(上海)有限公司宁波分公司海运提单HB/L一份,提单号:NB019091460,船名:MSC CAMILLE,航次:FL913W,箱封号:TCNU8319746/C303878,装货港:NINGBO,CHINA,卸货港:ALGECIRAS,声明作废。

孩子睡觉打呼噜,说明睡得香? 专家:可能是疾病在“作怪”

星报讯(记者 马冰璐)不少家长认为,孩子睡觉打呼噜说明孩子睡得香。不过,专家提醒,如果孩子睡觉时的鼾声较大,持续时间较长,甚至有憋气的症状时,就要留心是不是儿童阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征在“作怪”。

据了解,如果孩子白天玩得比较累,晚上睡得沉,偶尔出现一些轻微的鼾声,是正常的生理现象,家长们并不需要过分的担心。但如果孩子睡觉时的鼾声较大,持续时间较长,甚至有憋气的症状时,这时候就要考虑儿童阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的可能。

专家提醒,儿童阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的短期危害主要是影响孩子的睡眠。睡觉时鼾声响亮及憋气症状不但影响孩子的睡眠质量,对家长们也是一种煎熬。孩子晚上睡不好,白天精神差,注意力不集中,影响正常的学习和生活。

此外,患儿睡觉时因上呼吸道的阻塞导致缺氧,直接导致影响大脑的正常发育,所以其智力水平必然受到影响。长期的鼻塞和张口呼吸,可引起上颌骨发育异常,表现为上颌骨变长、腭骨高拱、牙列不齐、上切牙突出、唇厚、缺乏表情,即所谓的“腺样体面容”。腺样体肥大如果堵塞咽鼓管咽口,可反复发作分泌性中耳炎,导致听力下降和耳鸣,有时可引起化脓性中耳炎。

读者:儿童在日常生活中,该如何保护耳朵,防止听力下降?

专家:不要随意挖耳朵、不要用力拍耳朵,远离噪声,远离强大气浪、水浪的冲击,否则容易损伤鼓膜,造成听力下降。

□ 记者 马冰璐

问:选用降糖药有哪些原则?

答:药物降糖一直是糖友降糖的主要方式,都说降糖药的使用有大学问,今天就针对用药人群,先给大家介绍一下降糖药物使用的基本原则。

原则一:降血糖时千万别忽视药物引起的低血糖,严重的低血糖可能会危及生命。一次严重的医源性低血糖或由此诱发的心血管事件可能会抵消一生维持血糖在正常范围所带来的益处。低血糖有可能诱发心率失常、心肌梗塞、脑卒中等,对老年人及从事某些特殊职业的人,如驾驶、高空作业来说尤其危险。血糖的显著波动还会损伤血管、加速动脉硬化等,增加心脑血管疾病的发生率及死亡率。这些都会严重地影响到患者的生活质量。

原则二:对长期使用胰岛素注射的患者,尤其是对本身就伴有肥胖或超重的II型糖尿病患者来说,体重增加也是一大困扰。众所周知,体重增加会增加心脑血管病风险,但很多人大概还不太清楚的是,体重增加会引起或进一步加重胰岛素抵抗,直接影响血糖控制的效果。

原则三:关注肿瘤高危人群。由于糖尿病患者本身机体免疫力和抵抗力较正常人偏低,这类人群患某些癌症的几率可能相对高一些。专家建议,已经患有癌症的糖尿病患者,或有乳腺癌家族史的女性糖尿病患者,应该在向医生咨询后选择适宜的胰岛素药物以避免癌症的威胁。

□ 石跃新 记者 王玮伟



日前,合肥市一院西区在蜀山社区举行爱心义诊,心内科、骨科、外科、儿科、妇产科等多科室专家现场为市民把脉健康。

□ 陈宇 记者 马冰璐 文/图