

# 战胜内异症，从了解开始

◎柳州市人民医院 陶源源

子宫内膜异位症（Endometriosis，简称内异症）是一种常见的妇科疾病，其特点是子宫内膜组织（包括腺体和间质）生长在子宫腔以外的部位。这种异位生长的内膜组织可导致一系列临床症状，对女性的身心健康造成严重影响。本文将详细介绍子宫内膜异位症的基本知识，包括其发病机制、临床表现、诊断方法、治疗策略以及预防措施，旨在提高女性对该疾病的认识，关爱女性健康。

## 发病机制复杂

子宫内膜异位症的确切发病机制尚未完全阐明，目前被普遍认可的是子宫内膜种植学说。该学说认为，月经期脱落的子宫内膜随着经血逆流，可沿着输卵管进入盆腔，种植在卵巢和盆腔腹膜，并继续生长和蔓延，形成盆腔内异症。

此外，还有以下几种学说：子宫内膜炎通过淋巴及静脉向远处播散，远离盆腔部位的器官（如肺、手或大腿的皮肤和肌肉）发生的内异症可能就是通过淋巴或静脉播散的结果；卵巢的表面上

皮、盆腔腹膜均由胚胎期具有高度化生潜能的体腔上皮分化而来，这些来源于体腔上皮的组织，在受到激素、经血或慢性炎症的反复刺激后，被激活而转化成子宫内膜样组织，从而形成内异症；随经血逆流的子宫内膜，像一种异物，会激活身体内的免疫系统，动员出大量的免疫细胞来消除，且有证据表明内异症与亚临床腹膜炎有关，主要表现为一些与炎症相关的因子含量异常。

## 临床表现多样

子宫内膜异位症的临床表现多种多样，可能因个体差异而有所不同。常见症状包括——

**痛经：**这是内异症最常见的症状，通常表现为继发性、进行性加剧的经期腹痛。疼痛多位于下腹、腰骶及盆腔中部，有时可放射至会阴部、肛门及大腿，可能伴随恶心、呕吐、腹泻等症状。

**月经异常：**患者可能出现月经量增多、经期延长、月经淋漓不尽或月经前点滴出血等症状。这些症状可能

与子宫内膜出血、体积增大或卵巢子宫内膜异位性囊肿等因素有关。

**不孕：**内异症可能导致不孕，不孕的原因可能与盆腔微环境改变、免疫功能异常、卵巢功能异常等因素有关。异位的子宫内膜可能干扰受精卵的正常着床，导致不孕。

**性交痛：**部分患者在性交时可能出现盆腔深部疼痛，表现为深部性交痛。这可能与异位的子宫内膜在性交时受到刺激，引发炎症反应和疼痛有关。

**急腹痛：**在某些情况下，如卵巢子宫内膜异位囊肿破裂时，患者可能出现突然的剧烈腹痛，伴有恶心、呕吐和肛门坠胀等症状。

**肠道症状：**当异位的子宫内膜侵犯肠道时，患者可能出现腹痛、腹泻、便秘、便血等症状。

**膀胱症状：**若异位子宫内膜侵犯膀胱，患者可能出现尿频、尿急、尿痛等症状。

## 腹腔镜是诊断“金标准”

子宫内膜异位症的诊断通常是一个综合的过程，涉及多种检查手段和临床症状的综合分析。常见诊断方法包括：

**妇科检查：**医生通过妇科双合诊检查来了解子宫的大小、形态和位置，初步诊断是否存在子宫内膜异位症。

**B超检查：**B超检查是诊断子宫内膜异位症的重要手段，可以了解子宫

和附件的情况，进一步判断是否存在病灶。

**腹腔镜检查：**这是诊断子宫内膜异位症的金标准，通过腹腔镜检查可以观察到子宫和附件的病变，并进行活组织检查以明确诊断。

**磁共振成像（MRI）：**MRI检查可以利用磁共振设备扫描患者的腹部，判断子宫内膜是否存在异常的病灶。

**血清CA125水平检测：**子宫内膜异位症患者可能会出现血清CA125轻度升高的情况，但特异性较低，仅可作为参考指标。

## 治疗需综合考量

子宫内膜异位症的治疗需综合考量，建议结合生活方式调整、药物治疗、手术干预等方法，以达到控制症状、保护生育能力、提高生活质量的目的。

**生活方式调整：**鼓励患者保持良好生活习惯，适量运动，避免剧烈运动和过度劳累。辅助疗法如热敷、按摩可缓解疼痛，心理支持帮助患者应对疾病压力，提高生活质量。注意饮食调理，减少咖啡因、酒精摄入，多吃富含纤维的食物，有助于平衡激素水平。

**药物治疗：**采用口服避孕药、孕激素、非甾体抗炎药等，目的是调节激素水平，抑制内膜异常增生，缓解疼痛。药物选择需依患者情况而定，长期用药需监控副作用。⊙

# 别让大病拖成大患： 小儿肺炎防治全攻略

◎沧州市人民医院 高洁

小儿肺炎是婴幼儿阶段常见的疾病之一，也是导致婴幼儿死亡的原因之一。它主要由病毒、细菌等病原体感染，或过敏反应、吸入羊水等因素引发。从病程上看，小儿肺炎分为急性（1个月以内）、迁延性（1~3个月）和慢性（3个月以上）。从严重程度上看，则分为轻症（病情轻微、治愈迅速、无其他器官系统病变）和重症（病情较重、多系统伴随症状）。小儿肺炎一般仅累及肺部，但严重时会影响全身，包括消化道、心脏和大脑等器官。因此，“早发现”和“早治疗”对于小儿肺炎至关重要。

## 早发现：发热、咳嗽是常见“信号”

小儿肺炎的症状有时容易与普通感冒混淆，导致病情延误，甚至发展为重症肺炎。因此，家长需要了解小儿肺炎的常见症状，以便更准确地识别。

### 1. 常见反应

**发热：**小儿肺炎早期常见发热，体温一般在38℃~39℃，少数小儿可能达到40℃及以上，体温还可能呈现不规则波动。

**咳嗽咳痰：**发病早期，小儿会出现频繁刺激性干咳，无痰。随着病情发展，咳嗽减轻，开始有痰，痰的性质可能不定。

**气促与呼吸困难：**表现为呼气表浅且频率加快，严重时呼吸频率可达80次/分钟。呼吸过程中，可能出现鼻翼翕动和三凹征（指吸气时锁骨上窝、胸骨上窝、肋间隙同时发生凹陷的征象）。病情严重时，还会出现口唇青紫、喘憋等呼吸困难的征象。

**全身反应：**小儿可能表现出精神不振、烦躁不安、疲乏无力和食欲减退等症状。部分小儿还可能出现轻度呕吐或腹泻。

### 2. 重症反应

**消化道反应：**剧烈咳嗽后可能呕吐，或出现上腹部腹胀、疼痛等症状。腹胀严重时，膈肌上移会压迫胸部，导致呼吸困难加重。

**循环系统反应：**心率可能加快至140~160次/分钟。心率再增加时，可能出现四肢水肿、口唇青紫和尿少等症状。

**神经系统反应：**小儿可能异常烦躁易怒，严重时甚至昏迷、意识障碍。

## 早发现：改善症状，控制进展

若小儿出现持续发热、呼吸急促/困难、咳嗽咳痰、精神状态不佳等症状时，应及时就医，切忌擅自服药！目前，小儿肺炎多采取综合治疗的方式，旨在控制炎症、治疗并发症和改善通气功能。

### 1. 药物治疗

**抗生素：**主要用于杀灭细菌和抗感染，常用药为头孢类药物。

**镇咳药：**用于缓解咳嗽症状，常用药为止咳糖浆、右美沙芬等。

**祛痰药：**用于化痰和辅助痰液排出，常用药为溴己新、盐酸氨溴索等。

**激素：**用于抑制炎症反应，常用药为甲泼尼龙、地塞米松等。

**解热镇痛药：**用于降温 and 止痛，常用药为布洛芬、对乙酰氨基酚等。

在使用药物治疗时，必须先进行病原学检查，由医生制定准确的治疗方案。家长切忌自行选药和用药！

### 2. 其他治疗

**降温：**体温较高时，可采取温水擦拭全身的方式进行物理降温。具体操作时，应选择适宜温度的水，用干净的毛巾蘸取适量温水后轻轻擦拭身体各部位，尤其是腋下、颈部和腹股沟等血管密集区域，因为这些地方散热更快，有助于更有效地降低体温。同时，在擦拭过程中要注意动作轻柔，避免给患儿带来不适感。此外，还可以结合其他物理降温措施如使用退热贴或冷敷袋等，但需注意不要直接将冰块放在皮肤上以防冻伤。

**氧疗：**用于增加体内含氧量，常见方法包括面罩吸氧和鼻导管吸氧。病情严重时，可能需要采取呼吸机通气的方式。

**雾化吸入：**用于稀释痰液和辅助痰液排出。同时，也可在雾化液中加入激素类药物，实现针对性治疗。

此外，在治疗小儿肺炎期间，家长还需密切观察小儿的体温变化、痰液性质和量、咳嗽频率等情况。适当补充蛋白质和维生素，让小儿多喝水、多休息，注意卫生，切忌食用辛辣刺激的食物。通过综合治疗和细心护理，帮助小儿尽快康复。⊙