

# 医院门诊数据和病例显示:乳腺癌、静脉曲张、慢性你是这六大疾病的高危

## 高危现象一

### 内分泌紊乱增加乳癌风险

**关键词:乳腺癌**  
**原因:压力大**

乳腺癌的发病呈现年轻化趋势,教师也是该病的好发人群之一。记者从医院获悉,乳腺癌一经发现,往往病情已发展至中晚期,极少有早期自我检查发现的病人,即使是有经验的病人,即使是有经验的医生通过手诊,发现肿块的几率仅为80%。因此,女教师每年应该主动做乳腺B超检查或钼靶检查。

**病例:**李老师今年34岁,她发现乳腺癌的经历十分偶然,去年冬天一次去浴室洗澡时,帮忙搓背的阿姨发现说她乳房里有一个包块,李老师当时吓了一跳,第二天便上医院检查,结果发现乳房里的肿块已长到了3厘米。无独有偶,李老师的双胞胎妹妹在今年也查出了早期

乳腺癌。

南京市第一医院普外科主任**医师姜鹏分析:**临床证明,乳腺癌的确存在遗传和家族倾向性。与此同时,现代女性青春期提前、不生育、不哺乳,内在脂肪蛋白质摄入过多、运动减少,可能是导致乳腺癌高发和病人,即是有经验的医生工作压力大内分泌紊乱也增加了罹患该病的风险。除了这些因素可能诱发乳腺癌外,现代女性还要警惕雌激素含量高的食品、补品和化妆品,由于雌激素是一把“双刃剑”,虽能延长女性的“青春期”,但也带来了乳腺导管上皮细胞增生,甚至癌变。专家认为,女性预防乳腺癌可以在月经后一周做乳房自查,如果自己感觉不确定,应立即去医院请医生帮助筛查。

重宾客的身心感受,她们从每一个细节入手,给宾客最无微不至的人性关怀。

术前等候区:超大的液晶电视播放着精彩的电视节目,座位旁随手可以拿到各种时尚、健康的杂志,还会有漂亮的导医小姐不时送来免费的甜点和茶水。

专家问诊室:医生在术前为受术者详细介绍各种手术方式的特点和适应症,建议最适合受术者的手术方式,并让她了解手术的安全性和医生技术的专业性,进行细心的开导和安慰,缓解受术者的紧张和恐惧情绪。

手术室:待受术者躺好后,医生会为她讲解手术过程并实施静脉的睡眠式麻醉,利用心电图、血压、氧分压等设备监控手术。

术后休息室:受术者醒来之后会被送到休息室休息,这时护士会送上加热好的牛奶和面包,为她补充体力。医生也会再次跟踪检查,为她仔细讲解术后各种注意事项,并根据需求,开配一些调理性药物。

副主任**医师专家亲自操作,更安全,更可靠**

众所周知,不当的人流手术很可能会引起女性终生不孕。在华世佳妇产科医院计划生育科,均由具有丰富临床经验的副主任医师以上专家亲自

# 如何让人意外早孕手术更安全,更具人性化

人流手术是小手术,但手术质量却关系到女性,尤其是未婚女性的终身健康和幸福。“人流手术”技术已很成熟,但操作态度和服务水准的差异会给就医者带来截然不同的感受和术后结果。这里,我们向大家介绍华世佳妇产科医院人流手术过程中为就医者提供的专业技术和更具人性化的关怀。为了便于广大就诊者进行更深入、更全面的咨询,华世佳专门开设了客服热线86577666。

## 私密保护,让您的隐私不受泄露

去做人流手术,总会让女人感觉尴尬。尤其是一个人去的时候,除了要独自承受对于手术的恐惧之外,最不能忍受的还是那些窥探的眼神和窃窃私语的谈论。在华世佳妇产科医院,管家的“英式皇家”服务理念,给予就医者“一人一诊室”的人性化服务,无论您是在整个病情还是在接受检查时,整个过程都会在最私密的空间中进行,确保您的隐私权。而且具有丰富计划生育手术经验的专家,具有高度职业素养的客服专员和医护人员都会让您倍感安心、贴心。

## 细节服务,备感人性的关怀

华世佳妇产科医院十分注

操作,连麻醉师都是来自三甲医院的副主任**医师**,确保手术的安全。针对人流手术对于女性产道的伤害,术前医生将周详地为受术者进行一套完整产道健康评估,确生产道健康后制定手术方式和方案。同时,全方位的产道维度测评,精确测定产道、宫颈、胎囊的角度和位置,为手术的安全、精准护航。先进产道维护型终止妊娠术,会将手术对女性身体的伤害降到最低,更具人性化。

## “机能调理”,专业维养女性健康

华世佳计划生育科负责人丁**西京主任**指出,在选择终止妊娠时,大多数女性往往只考虑手术对于肉体的损伤及疼痛,却很少意识到激素变化对人体的影响。事实上,现在的妊娠终止术以无痛人流为主,尤其是产道维护型人工流产术的开展,可以将手术对人体的直接伤害降到最低。相对于肉体的损伤,内分泌变化对人体的影响更不容易恢复。女性一旦怀孕,体内的各个系统都会发生很多微小的变化,为10月怀胎做好准备。人为终止妊娠,体内内分泌水平急剧下降,如果没有一定的适应过程,就会影响人体各方面的机能,尤其是卵巢和乳腺。如得不到及时调理,复原不完全、不彻底,就会诱发各种相关疾

## 高危现象二

### 站得太久“蚯蚓”爬上树

**关键词:静脉曲张**  
**原因:久坐**

下肢静脉曲张,在我国的发生率可达10%。轻者感觉腿部沉重胀乏,重者红肿疼痛,甚至严重溃疡,经久不愈。而长时间站立工作则是发病诱因,尤其是在教师、民警等人群中发病率更高。

**病例:**半老师执教近二十年,以前站着讲一堂课一点不费力,可最近两年站久了就会腿部酸累无力,双下

肢皮肤色素逐渐加深,小腿血管像蚯蚓一样附在皮肤上,皮肤科治疗症状有所减轻,可后来右下肢内侧又出现了溃疡,疮面还不断扩大,外科确诊为下肢静脉曲张。

南医大二附院血管外科**科杨其鹏主任分析:**教师站立时间过长,会使下肢血液回流受到影响,躯体重量全由脊柱及骨盆、下肢的关节超负荷承载,造成下肢肿胀、腰背肌肉劳损酸痛、膝软足麻,还会引起静脉曲张。

## 高危现象三

**关键词:突发性耳聋**  
**原因:加班劳累**

“近年来突发性耳聋患者增多。”南京鼓楼医院耳鼻喉科主任**高下**指出,医院经常能接诊到突聋患者,其中不乏工作繁忙的白领和老师。由于40岁左右是突发性耳聋的高发年龄,因此年轻白领和老师应警惕突发性耳聋袭击。

**病例:**周老师毕业分配在南京某中学任教,由于学校对新来的老师制定了考核

方案,周老师拍落后于他人,经常备课加班到深夜,每次感觉累的时候,除了头晕,常常还伴有几分钟的耳鸣。过了半年,周老师的耳朵里总是会接连不断出现轰鸣声。一次加班到深夜后他又累又头晕,回家睡了一觉,第二天起床,他发现听不清近距离的说话声都听得不清楚了。

南京鼓楼医院**耳鼻喉科科主任高下分析:**突发性耳聋的病因和发病机制尚不清楚,一般认为是耳内血管管



值得提及的是,整个手术在国际标准层流净化手术室进行,该手术室采用空气层流净化装置,将空气中的尘埃粒子和细菌高效过滤、消毒,空气洁净度达到99.98%,室内恒温、恒湿、恒压,每小时换气600次,有效避免了术中感染,免除了后顾之忧。

后进行健康培养的专业妇产医院。医院采用目前国内最为先进的微创人流术——超导可视无痛人流和微管可视无痛人流。避免了传统人流手术中漏吸、子宫穿孔、人流不全等弊端,手术中,医生通过可视系统清晰定位,操作精准,规避了盲视可能造成的流产不全等并发症,并将一般人流几十分钟的操作过程缩短为几分钟,减少腔内接触时间。独特的无痛技术让女性朋友感觉轻松、舒适,没有疼痛感,放松的状态同时也保障了手术的顺利进行。很多女性在手术结束后,往往以“小睡了一会”来描述。

## 意外早孕术的安全、人性化的表现:

\*在睡眠状态下手术,消除紧

张、病情严重的会因为下肢皮肤营养不良,造成小腿局部慢性淤汤或小腿皮肤发黑,好多人因此去皮肤科看病,但皮肤科的治疗只能治标不能解决大隐静脉曲张这个本质的病因。

治疗下肢静脉曲张,最可靠的办法是做大隐静脉高位结扎加剥脱术或穿袜疗法。教师要预防该病,应该注意减少站立时间,适当增加小腿肌肉活动次数,通过肌肉运动将静脉血压到心脏,达到预防下肢静脉曲张的目的。

## 忙忙碌碌突然听不见了

塞和病毒感染等因素造成内耳神经细胞损伤,诱发因素常为感冒、劳累、精神紧张和受刺激等。耳聋常为最早出现的症状,多发生在单侧,听力在24小时内急剧下降。可伴耳鸣、眩晕等症状。专家认为,基于病毒感染和血管栓塞这两个病因,治疗一般是针对栓塞和扩张血管,同时大剂量激素减轻耳内病变反应。该病越早治疗,效果越好。预防突发性耳聋,应该规律生活,尽量避免熬夜和过度劳累。

## 高危现象四

### 追求完美带来精神紧张

**关键词:抑郁焦虑**  
**原因:竞争激烈**

社会竞争激烈,教师抑郁焦虑发病率增多。记者从南京脑科医院获悉,教师是当今社会压力最大的群体之一,一方面,他们承受着学校种种考核评价制度的压力,另一方面还要面对学生学习、升学乃至生活方面的压力。这些压力令他们不堪重负,于是一些教师出现了心理问题,严重的还发展为心理疾患。

**病例:**46岁的谷女士是毕业班的班主任,每天除了上课,就是在批改作业,她不仅在学校要管理学生,还要和学生家长及时沟通,针对每个学生的不同(好、中、差),更好地有针对性地教育学生。由于在学校接触的学生太多,回家后也没有心情关心自己的孩子,而她最近总是心慌,晚上失眠,脾气越来越坏,常常控制不住自己,无缘无故冲丈夫,孩子发火,事后却又后悔得要

命。一开始家人认为谷女士这是更年期症状,但经医生诊断认为她已经染上了焦虑症,需要进行心理疏导和药物治疗。

南京脑科医院**医学心理科副主任医师林万贵博士分析:**近年,教师队伍中患抑郁症的人逐渐增多。这类人群更加追求完美,超越自我,希望在同类人群中出类拔萃。这些优秀的品质决定了他们在事业上习惯领跑。然而,这些追求完美的个性,也使他们的精神高度紧张。特别是理想和现实存在巨大反差时,由于心理压力得不到释放,他们很容易产生抑郁、焦虑等症状,积累到一定程度就成了心理疾病。建议工作压力大的老师们学会换位角度看问题,学会凡事都做坏的打算,譬如你眼前的处境真的不太乐观,但也不要逃避,试想一下最糟糕的结局可能是什么,做最坏的打算,这时你就会发觉,其实眼前的这些不如意没什么大不了的。这样一来,心情也就自然舒畅了。

## 抗肿瘤明星系列介绍

### 病魔突然降临

1997年,64岁的陈立平作为退休返聘的工程师,负责深圳一工程的监理工作。5月的一天,在骑自行车去工地途中,陈先生突然感到右腹部疼痛无比,被同事紧急送往医院。家人都以为是急性阑尾炎,但在赶去医院的路上,他的女儿

希红却有了不良预感。她明白,父亲平日虽然生活习惯良好,不抽烟不喝酒,爱吃水果蔬菜,血压心脏都正常,但性格内向,和人的外表背后,很多影响健康的不良情绪长期郁结心中,危害身心。

父亲在医院做了两次检查,即被确诊为肝肿瘤。事先他并不知道,但希红觉得父亲敏感却不失理性,便把病情如实相告。果然,父亲在短时间的震惊后,很快镇定下来,反过来安慰她,并和她及医生一起商讨科学的治疗方案。经多方了解、商量,他们没有选择手术,而是决定实施副作用较少的介入治疗。第一次介入治疗很成功,为以后奠定了良好基础。

### 让人信服的经历

这时,陈先生的妹妹向哥哥推荐了中科灵芝,说是在提高身体免疫力、对抗化疗副作用和提高肿瘤治愈率方面均有帮助。希红了解后买了5个疗程的中科灵芝孢子油,在父亲第二次介入治疗后,就开

始服用。“父亲坚持服用半年后,免疫力大大提高,食欲、睡眠和脱发等情况有了明显改善,对于我们来说,真的是很振奋!”之后,父亲还配合服用了效果更好的中科灵芝孢子油。”希红喝了口茶笑着说。

“甲胎蛋白反映肿瘤细胞分化活跃的程度,癌胚抗原则反映全身肿瘤细胞指标,如果这两个指标正常,病人基本就可高枕无忧。”10年陪伴父亲走过抗肿瘤之路,希红差不多已成了半个医生。在父亲身体状况好转后,抗肿瘤心理无形中就松懈了,减少了中科灵芝的服用量,减少了到外面锻炼身体

的次数,降低复查的频率,早上起来的药膳粥也很少吃了。在2004年初复查时,甲胎蛋白超过正常范围上限的0.9倍,癌胚抗原超过正常范围上限的0.4倍。这时父亲及家人都很紧张,希红立即向中科灵芝的肿瘤专家周主任咨询,周主任建议先不急着重化放疗,在辅助治疗上加大力度。于是父亲加重服用了中科灵芝孢子油,两个月后再复查,甲胎蛋白仅有微量,癌胚抗原降到6.17%。由之前超正常上限的0.4倍降到只有正常上限的40%。若说先前希红对这些产品是半信半疑的态度,那么通过父亲的真实经历,她是真的信服了,特别是各项指标的稳定,给了他们全家更大的信心!

“这对全家及家属都是好的:不去医院、不用服药、省了钱,病人也不痛苦。”希红认

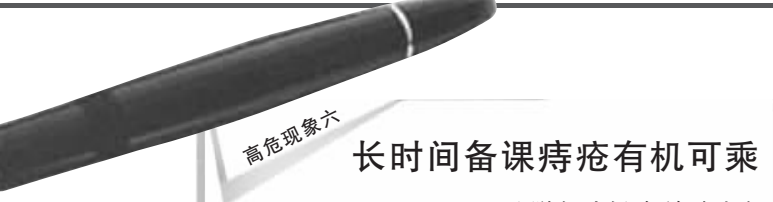
## 高危现象五

### 经常被误认成感冒的慢疲

**关键词:慢性疲劳**  
**原因:工作节奏**

一项调查显示,律师、医生、教师等职业是慢性疲劳发作的“重灾区”。而更为严重的是不少工作忙碌的白领对慢性疲劳有认识误区。或者将慢性疲劳等同于亚健康,以为休息一下就可以恢复;或者将慢性疲劳等同于感冒,自己买点感冒药吃就算了。

**病例:**范老师在幼师岗位上工作了8年,她对记者说自己每天的工作就是照顾这些不懂事的孩子们,生怕这些孩子会出事。一次,一个孩子的头被墙角碰到,吓得立即送到医院,虽然伤势不重,自己还是分别跟孩子的父母、奶奶、爷爷道歉,才得到他们的谅解。除了照顾孩子,每天回家后还要根据儿童的不同兴趣准备第二天的上课内容。周末还要抽出时



## 长时间备课痔疮有机可乘

**关键词:痔疮**  
**原因:久坐**

痔疮在教师中的患病率较高。记者从南京市中医院全国中医肛肠中心获悉,由于长时间处于坐姿,重力作用可使直肠静脉充血,并影响静脉回流。一旦腹腔血液循环不良,往往会为痔疮提供可乘之机。

**病例:**窦老师总是头晕无力,平日有便血出血的毛病,她以为自己可能是教学任务太重所致,所以没大在意,一直到同事提醒她脸色不好要注意身体,窦老师才想起去医院检查一下,结果发现贫血严重,经医生仔细门诊检查发现,窦老师的贫血竟是内痔惹的祸。

南京市中医院**肛肠科主任医师余苏萍教授分析:**痔疮最主要的症状是便血

和脱出,大便时反复多次出血,会使体内丢失大量的铁,引起缺铁性贫血。痔疮的另一个主要症状是内痔脱出。脱出于肛门外的内痔,受到括约肌的夹持,静脉回流受阻,而动脉血仍不断输入使痔核体积增大,直至动脉血管被压闭,血循环形成,出现痔核变硬、疼痛。对于没有症状的外痔,可以与之和平共处,有症状的痔疮可以通过中药治疗或手术治疗。此外,患有痔疮的老师应注意生活规律化,每天定时排便;经常清洗肛门;饮食清淡,避免刺激性食物。适当做提肛运动,方法是全身放松,臀部及大腿用力夹紧,配合吸气,将肛门向上收提。这种运动一次可以做五十或六十下,做的时候最好躺下或坐着进行。

**本版撰文 快报记者 金宁**

## 中国著名品牌

放疗期间请服用

**中科灵芝孢子油**

中科灵芝专卖:中央路131号  
咨询热线:025-83223131

放疗期间请服用

**中科灵芝孢子油**

中科灵芝专卖:中央路131号  
咨询热线:025-83223131

# 用信心和勇气战胜肿瘤

真地说。

## 良好心态+运动+食疗

父亲患病后,希红理智帮父亲分析:眼前有技术、有医生、有信息、有意志……还有什么理由不能活下去呢!这对父亲是一种很大的鼓励作用。希红还为父亲的心理暗示做足功夫,她特地写了很多激励的话语贴在父亲床头,比如:“肿瘤,我不怕你,我会战胜你的!”“今天阳光灿烂,肿瘤被我战胜了!”……让父亲每天早晚默念一遍,几年下来,父亲一直没有停止过这种心理暗示。

## 生命不容放弃

2000年,50岁的刘泽泉因发现颈前长了一颗肉粒,到医院检查后被确诊为甲状腺乳头状肿瘤。随后接受手术,切除了包括肿瘤在内的大部分甲状腺组织。从手术到现在已7年,刘泽泉在其抗肿瘤的道路上,始终用一种健康、乐观的心态面对,不但活下来了,而且生活得很好。今年4月份刘泽泉查的五项甲状腺指标都在正常范围内,未发现甲状腺肿瘤复发、转移。

在采访过程中,其健康的笑容和英挺之气却给记者留下深刻印象。回忆其患病过程,刘泽泉说,“听到诊断结果是甲

状腺乳头状肿瘤,当时我的大脑一片空白。才50岁呀!正是事业稳定、好好享受生活的时候,难道这辈子就到此为止?”和很多肿瘤患者一样,得知被确诊为恶性肿瘤的那一刻,刘泽泉感到伤心绝望,但他并没有被这突如其来的病魔打垮,冷静下来后,毅然决定鼓起勇气面对这“不速之客”。

## 调整好心态后,紧接着是住院,做手术,切除了包括肿瘤在内的大部分甲状腺组织,导致甲状腺激素分泌减少,因而必须终生甲状腺激素替代治疗补充外源性甲状腺激素以维持体内正常代谢的需要。

## 抗肿瘤是终身的事

手术后,缺乏康复期知识的刘泽泉由于咀嚼幅度过大,导致喉结下方的伤口内部出血而再度住院。出院后的刘泽泉对于康复期间的治疗再也不敢怠慢。

由于手术切除了包括肿瘤在内的大部分甲状腺组织,导致甲状腺激素分泌减少,影响了人体正常代谢,这几年来,刘泽泉身体一直比较虚弱,容易感冒生病。出院后,刘泽泉坚持参加适合自己的运动,或散步、或爬山,通过运动增强自己的

《深圳特区报》