



## 那些你没有重视的宫颈疾病

### 宫颈癌年轻化,如何防治? 周四上午来快报咨询专家

月初, 年仅28岁的女演员、“岩女郎”宋汶霏因患子宫颈癌悄然离去, 让粉丝惋惜不已。随后, 宫颈癌、乳腺癌等女性常见肿瘤又一次成为网友关注的热点。除了肿瘤、癌前病变, 宫颈还会被炎症、外伤等各类问题困扰, 有些问题虽然常见, 但常被女性所忽视, 以致埋下健康隐患。所以, 公益讲座的第二场活动将关注宫颈疾病。有需要的市民可通过快报读者热线96060预约座位。

现代快报记者 李鑫芳



#### 专家介绍



肖梅 副主任医师

八一医院妇产科副主任, 江苏省女性健康关爱中心资深专家, 从事妇产科临床工作20余年, 熟练掌握妇产科常见病、多发病的诊断和治疗, 擅长妇科肿瘤的综合治疗。对难产、妊娠合并各种疾病的处理经验丰富, 成功救治过多例妊高症、前置胎盘、羊水栓塞、产后大出血等危重病人, 在省市级刊物上发表专业论文多篇。

专家门诊时间: 周四下午

#### 【宫颈炎】

##### 20多岁的宫颈癌患者每月都能接诊到

“我是1986年毕业的, 毕业后的头10年里, 几乎没见过宫颈癌。但现在, 基本上每个月都要做好几例宫颈癌手术, 而且年轻患者不少, 二三十岁的姑娘经常能见到。”八一医院妇产科副主任肖梅说, 宫颈癌的年轻化与当下年轻人性生活过早有一定关系。初次性交的年龄越小、性伴越多、频率越高, 宫颈癌的发病率就越高。因为少女的宫颈组织细胞尚未完全发育成熟, 对外界致癌和促癌物质敏感, 易受致癌因素的刺激而致病。不同于其他肿瘤的是, 宫颈癌是目前人类所有癌症中病因明确、可以早期预防和治疗的癌症。但因为早期无明显症状又缺乏定期筛查意识, 不少宫颈癌患者确诊时, 已是浸润癌, 非常可惜。

##### 有了性生活就应进行宫颈癌筛查

现有的研究表明, 人乳头状瘤病毒(HPV)的持续感染是宫颈癌发生的危险因素。HPV有100多种亚型, 广泛存在于自然界, 性接触是其传播的主要途径。所以, 女性有了性生活, 应定期进行宫颈癌筛查, 不要把这项检查看成是中老年人的专利, 连续筛查三年, 如果结果都是好的, 那就每两三年查一次。不过, 有家族史等高危特征人群, 最好在医生指导下提早起始年龄或缩短检查间隔时间。

##### 接种宫颈癌疫苗最好在无性生活前

宫颈癌疫苗还未在内地上市, 所以不少女性专程飞到香港接种。世界卫生组织认为, 能够获得疫苗保护的人群年龄为9—26岁; 最适宜接种年龄为11—12岁, 或在发生性行为前。不过疫苗虽好, 但希望接种后一劳永逸是不可能的。欧美国家要求女性接种疫苗后, 仍要定期筛查, 与没有接种者一样。

#### 【宫颈糜烂】

##### 别被“宫颈糜烂”忽悠了

“宫颈糜烂”在育龄期妇女中很常见, 但一旦被查出有“糜烂”, 患者会惶惶不安, 甚至认为会得宫颈癌。事实上, “宫颈糜烂”不能按字面去理解, 因为它并非真正意义上的糜烂。“宫颈糜烂”有生理性与病理性之分。生理性变化是受体内激素影响, 通常在排卵前后、月经前后出现, 是正常表现。而病理性变化一般在宫颈有炎症, 或有宫颈细胞的恶变时出现, 通常将病理性的“糜烂”划为慢性宫颈炎, 才需要治疗。

##### 宫颈炎会导致不孕

许多女性急性宫颈炎症状不太明显, 一般常被忽略而直接发生慢性宫颈炎。慢性宫颈炎会造成女性不孕, 这是由于宫颈炎会导致宫颈黏液黏稠, 使得精子难以通过; 炎症分泌物可消耗精子的能量, 细菌还会使精子丧失活力, 从而造成不孕。

#### 活动详情

时间: 3月14日(周四)上午 10:00—11:30

主题: 《那些你没有重视的宫颈疾病》

主讲专家: 肖梅

讲座地址: 现代快报8楼会议室(南京市洪武北路55号置地广场8楼, 南京文化艺术中心旁)

公交线路: 2、26、30、46路至新街口下, 68、29、163、27、60路至长江路下。

特别提醒: 参与活动之前请先拨打快报读者热线96060预约。如果您想现场咨询专家治疗或用药问题, 不妨带上病历及相关检查报告。

#### 三月女人月之讲座回放



于红娟主任做专题讲座

## 保护卵巢功能从身边做起

卵巢早衰可导致生殖能力降低、皮肤弹性下降, 甚至心血管、骨骼系统疾病发生率明显增高。近日, 健康周刊举办的三八妇女节女性健康专题讲座受到读者追捧, 主讲人——南京市中医院妇科于红娟主任建议听课的女同胞们, 除了避免各种直接的卵巢损伤, 对卵巢的保护可从一些身边事做起。

于红娟主任介绍, 女性一生各阶段身体变化无不与卵巢发育及其功能息息相关。女性的性别特征及生育能力、衰老、皮肤弹性、容颜改变、月经变化, 都是以卵巢功能

的改变为基础。专家告诉听课女同胞们, 40岁之前出现绝经的状况称为卵巢早衰, 而卵巢功能的减退却可能出现在各个年龄段。卵巢的自然生命周期主要与年龄有关。但现代研究发现, 目前我国女性卵巢功能相比20年前普遍下降, 生育能力降低, 卵巢衰老年龄明显提前。

预防卵巢早衰, 除了坚持科学的生活方式之外, 在合适的时机要尽早妊娠, 避免反复流产。孕前补充维生素, 不仅可以预防胎儿异常, 还可改善卵巢功能。注意自我调整情绪, 适当减压。如果出现明

显月经频发、情绪失控、潮热、盗汗、长期不孕不育等卵巢功能减退症状, 建议提早到妇科门诊进行咨询并评估检测卵巢功能, 及早干预。

##### 预防卵巢早衰的食疗方案:

##### 猪肝红枣煮木瓜

原料: 猪肝100克、红枣20枚、木瓜1个

做法: 洗净放入炒锅, 先用大火煮沸, 再改用文火慢煮

功能: 补气养血调经

主治: 气血虚弱型卵巢功能早衰  
现代快报记者 金宁

#### 强生婴儿新妈帮专栏——第九期

## 每天只要一刻钟职场妈妈轻松“触”动宝宝心弦

研究显示, 每天15分钟的抚触是母婴之间情感传递最科学的方法之一, 通过抚触, 不仅能有效增进妈妈和宝宝间的情感关联, 还有助于宝宝的健康成长。就让我们跟着强生婴儿新妈帮一起来学习怎样通过抚触来和宝宝共享“触”动心弦的那一时刻吧。

#### 婴儿抚触益处多

抚触是宝宝的生理需要, 通过妈妈双手对宝宝各部位有次序、有技巧的抚摸, 让大量温和的良好刺

激通过皮肤的感受器传到中枢神经系统产生生理效应, 从而促进宝宝的消化吸收和生长发育, 有效改善睡眠, 提高宝宝免疫力。同时, 抚触对宝宝的早期智力开发十分有益, 能帮助宝宝视、听、触、动和平衡觉的综合发展。通过亲子间亲密互动, 宝宝还能获得更多安全感和对妈妈的信任感, 弥补职场妈妈们不能每时每刻陪伴宝宝成长的缺憾。

#### 抚触方法有讲究

抚触是源于心灵的安抚和交

流, 正确的抚触方式能有效提升抚触的效果。由于宝宝皮肤娇嫩, 所以天然温和的矿物质婴儿油是抚触中不可缺少的。在抚触过程中, 妈妈们要注意保护宝宝脊柱、颈部和关节的安全, 在脐带还未脱落时不要对腹部进行抚触。在按摩背部时, 双手平放在宝宝背部, 从颈部向下按摩, 然后用指尖轻轻按摩脊柱两旁的肌肉, 然后再次从颈部向脊柱下端迂回运动; 按摩手臂时要从手臂到手腕轻轻揉捏; 按摩大腿时应从大腿至踝部轻轻揉捏, 然后

按摩脚踝及足部。刚出生的婴儿先从5分钟开始, 然后逐渐延长到15~20分钟。宝宝哭了, 抚触就要停止, 等宝宝平静后才可继续。

想了解更多抚触技巧与注意事项, 欢迎访问强生婴儿新妈帮官方微博。

强生婴儿新妈帮的建立, 为新妈妈们互帮互助提供了网络平台。新妈帮, 凝聚你我力量。

强生婴儿新妈帮官方微博: <http://weibo.com/chinajohnsonsbaby>



**“现代快报健康俱乐部”招募会员啦!**

“快报健康俱乐部”是由快报健康周刊发起, 以传播和倡导“大健康”理念为己任, 旨在通过整合多方资源, 让广大市民在追求健康的路上更加省时省力。

**会员权益?**

1. 可以优先享受本俱乐部举办的各种健康活动;
2. 可以得到周刊每年上门探访的已故名科专家免费答疑;
3. 可以享受协议商广针对会员独享的优惠;
4. 可以免费获得健康小礼品一份

**如何加入?**

拨打现代快报电话96060, 留下您的姓名、年龄、电话、地址、关注的健康资讯等信息就可以立即成为“快报健康俱乐部”的会员。

**本期礼品: 价值198元磁疗枕一个**

赞助方 **上海五洲大药厂** 科学养生, 主动健康

#### 业界动态

## 乳腺癌“救命药”纳入江苏省医保目录

今天, HER2(人类表皮生长因子受体2)阳性乳腺癌靶向治疗药物—赫赛汀®已被江苏省人力资源和社会保障厅及江苏省医疗保险基金管理中心正式纳入江苏省基本医疗保险药品目录。今后, 凡省内参保城镇职工和居民在定点医院选用赫赛汀®治疗时, 将能获得江苏省医保基金和赫赛汀®乳腺癌患者援助项目的双重保障, 完成一个标准治疗周期最高可减少近九成的靶向治疗费用。

乳腺癌以其迅速上升的发病率, 成为女性健康的第一杀手。据研究, 乳腺癌并非一种单一的疾病, 根据基因不同可分为多种类型。在所有乳腺癌中, 有20%—30%的患者是较为凶险的HER2阳性乳腺癌, 此类疾病易复发和转移, 患者一般预后较差。HER2阳性乳腺癌患者如只接受常规综合治疗, 生存时间仅为非HER2患者的一半, 因此迫切需要更有效的治疗手段。以赫赛汀®为基础的抗HER2靶向治疗能为患者带来显著的临床获益, 使早期HER2阳性乳腺癌患者的复发风险降低48%, 死亡风险降低39%。

然而, 由于靶向治疗费用昂贵, 很多HER2阳性乳腺癌患者无力承担。为了帮助更多患者完成标准治疗, 中国癌症基金会于2011年8月启动了“赫赛汀®患者援助项目”, 为符合条件的乳腺癌患者减轻负担, 政府也一直在探索并推出惠民政策, 此次赫赛汀®被纳入江苏省医保目录, 将切实降低患者的医疗负担。参保患者的治疗费用将由江苏省医保基金、赫赛汀®患者援助项目及患者个人共同承担。