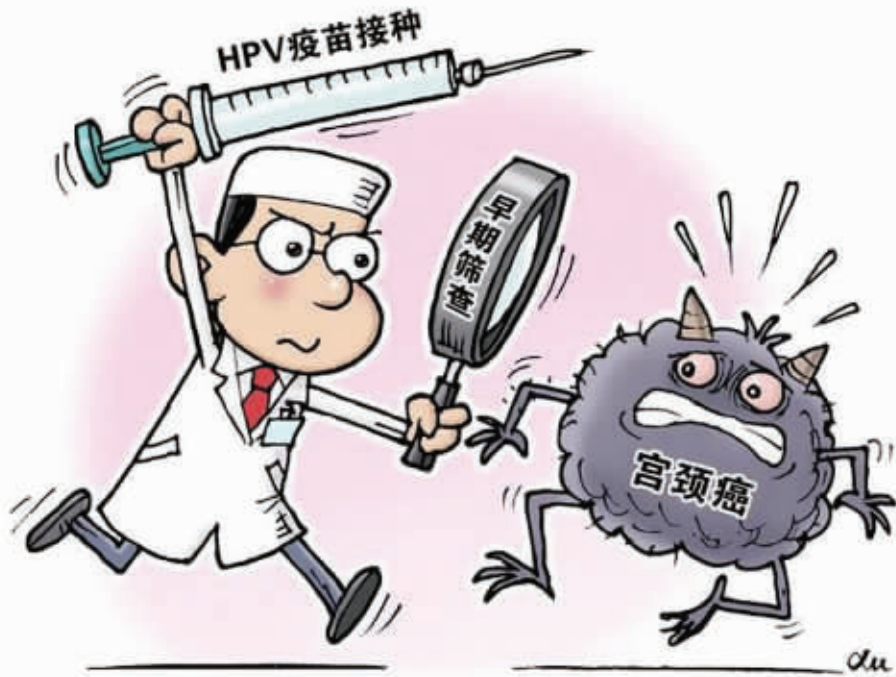


八成女性都有可能感染HPV! 科学预防很关键



“今天下午社区HPV疫苗放号,我还要去预约。”近年来,宫颈癌HPV疫苗的预约接种都处于“一针难求”的状态,这样的“出圈”也意味着公众对肿瘤疾病的预防越来越重视。随着“两癌筛查”工作的深入进行,很多女性被检出早期宫颈癌及癌前期病变。据统计,2021年在南京市妇幼保健院接受治疗的妇科恶性肿瘤患者中,宫颈癌患者占据第一。专家表示:子宫颈癌是一种可防可治的疾病。认真做好三级预防,才能将宫颈癌扼杀在“摇篮”中。

通讯员 王凝嫣 实习生 李文清 现代快报+记者 安莹

想打九价疫苗等了两年,至今没约到

2021年11月,江苏省卫健委发布《江苏省“十四五”妇幼健康事业发展规划》通知。文中提到江苏省“两癌”检查已经达到2130.3万人次。最近几年,女性朋友对HPV有了更多更深入的了解,HPV疫苗变得炙手可热,很多地区都出现“一针难求”的情况。

近日,南京23岁的小雯(化名)又一次预约HPV九价疫苗失败,她向现代快报记者表示,还会继续进行疫苗预约。早在两年前她就开始在社区医院咨询HPV疫苗的相关事宜,均被告知“货源不

足、需要排队”,一直处于等待状态。为了尽早接种九价疫苗,小雯也一直在寻求其他途径预约,在电商平台上咨询众多关于疫苗预约的产品。在价格上,某店铺的现货九价苗超出规定价三千多元,预约四价苗也超出规定价两千多元。“溢价有点高,我也没法接受这样的价格。”小雯说。

面对目前HPV九价疫苗难接种的现状,近日,江苏省卫生健康委疾病预防控制处处长石健峰在“政风热线·我来帮你问厅长”节目中表示,主要还是疫苗产能跟

不上。国产疫苗只有二价,进口的有二价、四价、九价,九价疫苗在全球都比较紧张。据了解,江苏省采购了九价疫苗30万剂次,已经打了29万剂次,实在是供不应求。此外,现在许多女性也陷入“非九价不可”的误区。实际上,HPV二价、四价、九价疫苗在免疫原性及预防HPV16、HPV18病毒的效力和效果方面无显著差别。如果预约不到九价疫苗,接种二价和四价疫苗也能起到很好的预防效果,专家建议,尽早接种合适的价数疫苗,以免错过最佳的预防时机。

三级预防,将宫颈癌扼杀在“摇篮”中

南京市妇幼保健院妇科主任医师李大可介绍,子宫颈癌是最常见的妇科恶性肿瘤,发病呈年轻化趋势,35岁以下宫颈癌所占比例从20世纪70年代的1.22%逐年上升至现在的9.88%。子宫颈癌的病因十分明确,与HPV感染有关。HPV即“人乳头状瘤病毒”,70%~80%的女性在一生中的某个阶段都会感染HPV,这些病毒在大多数情况下,会被机体免疫系统清除。只有长期持续的高危型HPV感染,才有可能导致宫颈上皮内病变,甚至发展成宫颈癌。

从HPV感染发展成宫颈癌需要经历“感染”“持续感染”“宫颈低级别病变”“高级别的病变”“浸润癌”五大过程,整个过程约8~10年。对于女性来说有足够的时间

在早期发现病变,将癌变过程阻断或逆转。

李大可表示,其实,子宫颈癌是一种可防可治的疾病。认真做好三级预防,才能将宫颈癌扼杀在“摇篮”中。

一级预防

科学宣教:普及防病知识,提高全民健康意识。

HPV疫苗接种:由于宫颈癌疫苗的接种,近些年在发达国家宫颈癌的发病率明显降低。随着我国二、四、九价宫颈癌疫苗的上市,将成为预防宫颈癌的有力武器。

二级预防

定期进行宫颈癌筛查:建议有性生活的女性,均应做TCT检查;

30岁以上者,建议TCT及HPV联合筛查。筛查异常者建议进一步进行阴道镜检查,必要时活检送病理检查明确诊断。

三级预防

对于组织病理检查确诊的宫颈病变患者,根据病变程度给予治疗,高级别宫颈鳞状上皮内病变具有癌变潜能,建议尽早进行宫颈环形电刀切除(LEEP)或子宫颈锥形切除术,根据病理决定后续治疗方案。

对于宫颈癌患者,医生会根据不同临床分期选择手术、放疗、姑息治疗等手段进行个体化治疗。早期宫颈病变患者,只要发现及时并积极治疗,将有很大机会得以治愈。

早产儿音乐疗法 隔空架起一座亲子桥梁

快报讯(通讯员 韩亦念 记者 刘峻)近日,南京同仁医院的新生儿科通过临床的实践探索升级,开展了“早产儿音乐疗法”。该疗法是指通过播放轻音乐帮助患儿缓解哭闹烦躁,有助于早产儿宝宝呼吸更顺畅,减少呼吸暂停发生的频次。

早产儿因其生理原因,出生后几周甚至几个月都要在新生儿重症监护室(NICU)度过。有数据表明,出生时新生儿的大脑发育尚不成熟,对于一出生就离开妈妈的早产宝宝来说更是如此。新生儿特色音乐疗法借助了轻松优雅的古典音乐和抒情性强的轻音乐,在一定程度上改善宝宝的焦虑或紧张状态。让早产宝宝在乐曲声中,通过听觉器官的信号刺激,调节神经系统,减轻呼吸暂停,降低心血管、内分泌和免疫系统紧张的生理反应。对早产儿稳定心率、血压,促进改善氧供,增进大脑发育、增强免疫力,提高奶量都有很大的帮助。有效促进其身心健康发展。

据了解,该院新生儿科护理人员在优服项目中不断努力,积极创新改进音乐疗法。科室护士黄凤明介绍:“我们查阅相关文献,新的研究发现,妈妈舒缓的声音更可能有助于早产儿呼吸顺畅。”因此医务人员鼓励家长尤其是母亲录制祝福话语、哼唱儿歌,讲绘本故事给孩子听。科室为此还专门购置了硬币大小的蓝牙播放装置。让宝宝们可以听到爸爸妈妈的声音。

音乐疗法服务项目不仅仅服务于宝宝,更服务于家长,让家长参与进宝宝的治疗中,成为连接



“早产儿音乐疗法”能帮患儿缓解哭闹烦躁
通讯员供图

亲子之间的一道桥梁。这不仅纾解早产儿住院期间因父母无法见面引起的焦虑情绪,也缓解父母自身的压力,对于缓解宝妈产后抑郁焦虑的效果也十分明显。

在疫情特殊时期,应防疫要求新生儿科取消了每周两次的探视。为了提供更好的优质护理服务,让家长放心,除了对早产儿开展音乐疗法外,同仁新生儿科还建立科室专用微信号、视频号,不定时会抓拍一些宝宝的照片发给家长,缓解他们对宝宝的思念。这一举动不但增进了医护人员与家属之间的亲近感,也揭开了NICU让人看不透的神秘感。使家属感受到新生儿科的用心服务与付出,极大促进了医患关系的和谐。

冬季暖气常伴? 小心“暖气病”找上门!

快报讯(通讯员 朱诺 记者 任红娟)“太干了!特别是到了下午,喝好多水还是没用,整个人都感觉燥得慌。”市民王女士说,不管在办公室或是家里,似乎一直待在暖气房里,她总有些不舒服。

寒冬已至,人们的生活和工作都离不开暖气。有许多人反映,长时间待在暖气房间后出现了口干鼻燥,甚至胸闷、头晕的情况,心情也烦躁不安。近日,记者采访到了南京市第二医院呼吸与危重症医学科副主任医师白巧红,她表示这很可能是出现了“暖气病”。

白巧红介绍,“暖气病”从医学上来讲,冬季开暖气后室内室外温差大、空气不流通导致了室内干燥。在这种情况下,人体的免疫功能和抵抗力下降,会引发一系列症状,例如流鼻血、头晕眼花、全身乏力、情绪上烦躁不安等。

当问及“暖气病”的危害,白巧红表示,开暖气后,室内空气质量差且室内温度又高,这为室内病菌的滋生传播提供了环境。由此诱发了一些呼吸系统的疾病,

比如说支气管炎、哮喘等。并且,“暖气病”并不只病在呼吸系统,有些人会出现胸闷甚至诱发更严重的疾病。“年纪大的人在出汗多了之后,可能会有心血管疾病的症状,例如血液黏滞度增高、血容量不足导致血压下降、心绞痛等。还有小朋友,可能因为鼻腔黏膜没有发育好,空气特别干燥会导致鼻子出血。”白巧红说。

如何预防缓解“暖气病”?白巧红认为,自身保养很重要,她建议每天要多喝水,至少2000毫升;多吃苹果、梨、番茄、萝卜等温性水果蔬菜,少吃辛辣食物;在洗澡时水温不要过高,避免瘙痒症的发生。

同时白巧红建议,在室内,房间的温度控制在18℃~24℃,湿度控制在50%~60%;在保证合适的温度湿度的情况下,勤开窗通风,保持室内空气清洁;也可以在室内放一些绿色植物,起到净化空气的作用;如果使用加湿器,则要注意添加纯净水或蒸馏水,每天要定时换水,避免长时间使用滋生细菌。