

女子太大意,乳腺肿块长了两年才就医

最终确诊为乳腺癌,错失最佳手术时机

乳房出现肿块却没有重视,两年后,肿瘤直径达到20公分……近日,东南大学附属中大医院乳腺病诊治中心收治了一名年轻女性患者,两年前发现乳腺肿块,近一年来乳房肿块迅速增长,长到足球大小,并破溃出血,这时才到医院就诊,最终被诊断为乳腺癌。

通讯员 田宇嘉 崔玉艳 现代快报+记者 安莹

发现乳腺肿块未就诊,2年后竟破溃出血

36岁的李女士(化姓)在两年前无意中发现自己的左乳有肿块。当时,肿块没有疼痛,没有皮肤红肿,也没有溢血或溢液的情况,她以为并无大碍,没有重视。一年前肿块逐渐增大,4个月前肿块甚至都已经突破皮肤至乳房表面,但李女士仍然没有当回事。不料,有一天肿瘤破溃出血,这下,李女士开始着急,来到东南大学附属中大医院就诊。

中大医院乳腺病诊治中心主任医师张亚男通过问询得知,李女士的既往史、个人史、月经婚育史、家族史没有特殊情况,为患者查体,发现她的左侧乳房明显增大,可见15厘米×20厘米大小的肿块,质硬,肿块突破至左乳表面,呈菜花样生长,破溃并伴有出血。于是立即安排患者在局麻下进行穿刺活检,病理证实为乳腺癌。

管床医生马晓医师说,李女士因肿块巨大,暂无法根治性切除,失去了最佳手术的时机。不过让人欣慰的是,患者病理类型是HER 2阳性型,有靶向药物可以应用治

疗,并且靶向药完全进入医保报销,可以为患者减轻经济负担。

关爱乳房健康,出现这些症状应重视

据介绍,目前乳腺癌新发病例数快速增长,成为全球第一大癌症。在女性恶性肿瘤中,乳腺癌发病率居第一位,且发病率仍在持续增长。我国的年轻乳腺癌发病比率约在15%~20%,远超欧美国家,并且年轻乳腺癌的恶性程度高,预后差,因此大家更需要重视年轻乳腺癌的早发现、早治疗。乳腺癌治疗方式包括放疗、化疗、手术治疗、内分泌治疗等。

张亚男提醒,如果出现乳房可触及质硬肿块、皮肤表面及乳头有凹陷、皮肤发红、溃烂、皮肤有橘皮样改变、乳头溢液、可触及肿大淋巴结等情况,一定要及时到专科医院检查治疗。

一方面,要注意自检,建议绝经前妇女选择月经来潮后7~14天进行。如发现异常需及时到专科医院进行处理,避免延误诊疗。另一方面,要定期体检,没有结节每年复查乳腺彩超;发现结节,每3~6月复查乳腺彩超,平时注意结节变化,变大了随时就诊。

专家建议,35岁以上每两年复查一次乳腺钼靶,必要时3个月复查;乳头溢液必要时做脱落细胞检查及MRI;风险人群乳腺筛查的起始年龄为40岁。但对于乳腺癌高危人群可将筛查起始年龄提前到40岁以前。乳腺癌是危害女性健康的恶性肿瘤之一,乳腺癌的早发现早治疗能够极大提高治疗效果。广大女性一定要关爱乳房健康,关心自己身体的变化。乳腺癌在前期具有一定的症状和前兆,早发现才能及时的检查和治疗。

春季高发! 带状疱疹这样预防

本报讯(通讯员 李娜 记者 刘峻)有一种谈之色变的痛,叫“带状疱疹神经痛”。“串腰龙”“蛇缠腰”“缠腰火龙”……老百姓传说中“长一圈会疼死人”的病症,其实是带状疱疹的别称。这个病很多人都听说过,近年来也频频上了热搜,尤其是春季高发。明基医院皮肤科副主任医师刘艳介绍,带状疱疹是一种由水痘一带状疱疹病毒经再激活引起的感染性皮肤病。两种疾病是同一个病毒感染的不同阶段。初发感染引起水痘,在得过水痘后,残余的病毒会潜伏在身体的脊髓后跟神经节处,当机体免疫力下降时,潜伏的病毒被激活从而大量复制,通过感觉神经轴转移到皮肤处引起带状疱疹。

带状疱疹的诱发因素主要包括:长期精神紧张、疲劳、熬夜;长期服用糖皮质激素;高龄;患有白血病、骨髓移植、HIV感染、恶性肿瘤等免疫缺陷疾病等。带状疱疹给患者带来的最大不适,就是神经痛,抵抗力强者,疼痛一般持续2~4周,疼痛严重时甚至导致夜不能寐,如果疼痛持续超过三个月以上的,临床称为带状疱疹后遗神经痛。随年龄增长,带状疱疹后遗神经痛发病率越高,40岁以上的病人,发生率在30%左右。有约90%的患者表现为局部皮肤正常刺激时即可诱发疼痛是带状疱疹后遗神经痛的特点,影响患者生活质量。其他因感染不同神经分支,尚可引起脑膜炎、内脏带状疱疹甚至耳聋、失明、面瘫等严重后果。因此,一旦怀疑得了带状疱疹,建议尽早就诊。早期治疗能减少新皮疹形成,有效缩短病程,加速皮疹愈合。发疹后24~72小时内是治疗的黄金期。具体治疗应遵循专业临床医生的建议。

专家提醒,预防带状疱疹的发作,平时要注意增强自身抵抗力,最简单的方法就是保持良好睡眠。体内的T细胞负责对付病毒,如果得不到充足睡眠,T细胞的数量就会减少,免疫系统功能就会下降。饮食方面注意摄入食物要均衡、多样。此外,每天运动半小时至一小时,每周积累150~300分钟中等强度运动,或每周积累75~150分钟高强度运动也可以有效提高免疫力。

还有一种预防带状疱疹的手段,就是注射带状疱疹疫苗。在一项中国疾控周报的报告中显示:带状疱疹发病率在10至27岁之间显著增加,在30至50岁之间趋于平稳,55岁后发病率再次上升。根据《中国带状疱疹诊疗专家共识(2022版)》,我国50岁以上人群带状疱疹发病率为(2.9—5.8)/1000人/年,对于50岁以上人群,接种带状疱疹疫苗可以有效降低患病风险。研究数据显示带状疱疹疫苗对于50岁及以上人群保护效力达到97.2%,接种十年后,整体保护效力仍高达89%,统计模型预测,疫苗接种20年后仍然可以维持比较高的细胞和体液的免疫应答。

南京月子会所再评级,宝妈可以看“星”选择

本报讯(记者 梅书华)环境配置、人员资质、营养膳食……宝妈住月子会所,要考虑的因素有不少,究竟该如何选择?3月30日下午,南京母婴照料行业换届大会暨第二届月子会所星级授牌盛典顺利举行,南京市卫健委、南京市母婴照料行业协会公布了星级月子会所单位,宝妈们可以像入住酒店一样,看“星”选择。

近年来,月子会所逐渐流行,但套餐各异,宝妈挑花了眼,也担心“踩坑”。2020年,南京市卫健委、南京市母婴照料行业协会等单位探索了对月子会所评星定级,经过3年发展,评星定级细则进一步细化,《南京市母婴照料行业协会(月子会所)评审标准(2022年版)》颁发。

这一标准从机构设置、环境配置、母婴用品、产妇照护、婴儿照料等11个方面进行细分,分级按照65到110分进行评比,精细到0.5分,分为五星级、四星级、五星级三个等级,其中五星为该认证的最高星级。

活动现场,南京市第二届月子会所《评星定级》单位名单出炉,包括安琪朵朵等6家五星甲级月子会所,悦月喜等4家五星乙级,金鹰世界等2家四星甲级单位。有需要的宝妈可以关注“南京市母婴照料行业协会”微信公众号进行查看。



月子会所星级授牌现场 现代快报+记者 梅书华 摄

“目前,南京月子会所总共有57个品牌,68个门店。今年的评星定级只有12家,去年是18家,因为我们标准比较高,需要付出很多的努力才能完成。”授牌结束后,南京市卫健委二级调研员李锡培发表

了讲话。他表示,近年来,无论是卫生部门还是市场监管部门,都在对月子会所进行培训,也有专家常驻指导,希望协会这个平台能为大家提供更好的服务。

据悉,南京市母婴照料行业协会由市卫健委主管。近年来,协会

队伍建设不断壮大。成员由最初的月子会所类,到现在不断吸纳母婴上下游产业类和母婴服务类企业,截至目前,协会会员总数44家,包含月子会所27个品牌(44家门店),民营妇产医院4家,其他产康、母婴产品、母婴服务等13家。

多年的头痛竟是“心”病

本报讯(通讯员 殷舒月 高昕 记者 任红娟)头痛是一件极为常见的现象,引起头痛的原因很多,比如睡眠不足、外部刺激、饮食习惯、身体疾病等。大部分头痛症状很快就会消失,而有些头痛久治不愈,找对病因尤其重要。近日,江苏省中西医结合医院接诊了一名头疼的患者,其症状是“心病”引起的。

58岁的张女士(化姓)常年被偏头痛所困扰,辗转于多家医院就诊均没有太大改善。今年2月以来,偏头痛再次出现且较之前加重,万般无奈后,在病友介绍下来到江苏省中西医结合医院心血管科主任、主任医师沈建平门诊。沈建平详细了解病情后,初步考虑可能是心脏

异常导致的头痛,建议张女士查心脏彩超。果不其然,检查结果提示张女士卵圆孔未闭,缺损约0.4厘米,进一步发泡实验检查提示缺损处存在从右向左血液分流。结合患者病情,沈建平建议张女士办理住院,进行卵圆孔介入封堵治疗。

入院完善相关检查后,在沈建平指导、原红护理团队的协助下,主任医师龚尧晓率其介入团队,为张女士进行了“经皮卵圆孔介入封堵术”。术中通过右侧股静脉穿刺点局麻后,经静脉系统建立轨道,精确定位至卵圆孔未闭处,成功释放封堵器,主任医师陈晓栋全程提供超声监测。封堵器释放后,复查造影及心脏彩超显示位置良好,封堵器固定牢固,封堵后无残余分

流。整个手术仅用了30分钟,术后患者头痛症状明显缓解,困扰多年的偏头痛终得解决,张女士如释重负。

专家介绍,卵圆孔是胎儿时期维持血液循环的生理通道,通常在分娩后逐渐闭合,1岁以上仍存在卵圆孔未闭的情况称为卵圆孔未闭。卵圆孔未闭是一种先天性心脏异常,流调显示,目前约有20%~25%的成年人存在不同程度的卵圆孔未闭。如果发现不明原因的偏头痛、脑卒中、低氧血症等,建议前往医院相关专科,通过心脏彩超、发泡实验等检查手段,筛查是否存在卵圆孔未闭情况。

偏头痛是一种神经系统疾病,且尤其“偏爱”女性,现阶段仍以药

物治疗为主,但临床疗效一般。随着近年来相关研究的不断深入,发现卵圆孔未闭与偏头痛以及不明原因脑卒中,减压病、低氧血症之间存在密切关系。目前研究发现,从右向左血液分流是偏头痛发生的基础,而未闭的卵圆孔缺损越大,从右向左血液分流越明显,越有可能导致偏头痛。因此,目前多数学者建议将卵圆孔封堵作为治疗偏头痛的基础手段。

大多数卵圆孔未闭因为缺损小,不影响血流动力学和心脏功能,没有症状,不需要特别治疗,反之则需要积极干预。随着心血管介入技术的不断发展,“介入下卵圆孔未闭封堵术”可有效根治卵圆孔未闭。