

解析：子宫“门前”是非问题

武警医院妇科专家谈宫颈糜烂诊治问题

门诊见闻

自从“感恩母爱，回报健康”关爱女性健康活动启动以来，得到了绿城子女的积极响应，一时间“带着妈妈去检查，给妈妈一份健康关爱”成了一种回报母爱的方式。而在武警河南总队医院妇科中心，记者了解到，前来参加体检的女性朋友的健康状况不容乐观。一半以上的女性患有不同程度的妇科疾病，其中，宫颈疾病是危害女性健康一大隐形杀手。

采访中记者了解到，随着性观念的转变、工作压力的加剧和妇女晚婚意识的提高，宫颈糜烂不再是已婚妇女的专利。据临床统计显示，年龄在17岁到28岁的女性患宫颈糜烂的概率相当高。该院妇科中心主任柳书勤说，宫颈糜烂是慢性宫颈炎的一种，分为轻度、中度和重度，高发于育龄期妇女，常见发病群体在35岁到50岁，现在低龄化现象如此严重，年轻女性应当给予足够的重视。

晚报记者 董亚飞 刘俊芳



却不难，关键是要选对方法。

问题二：会不会引发恶变？

“宫颈糜烂都有哪些危害呢？”这是不少患有宫颈疾病患者关心的。武警医院妇科中心专家说，首先，宫颈糜烂极有可能会导致不孕。发生宫颈糜烂尤其是中、重度宫颈糜烂时，宫颈分泌物会明显增多，质地黏稠，并含有大量白细胞，这对精子的活动度会产生不利影响，同时可妨碍精子进入宫腔，从而影响受孕。

其次，宫颈糜烂可导致并发症并引发更严重的病变。宫颈糜烂不及时治疗或者只是使用一些低效的药物，造成宫颈处的炎症久治不愈，会引起其他器官炎症，慢性炎症的长期刺激还可造成息肉、囊肿等更深度病症。

采访中，记者了解到还有一种说法，就是有人认为宫颈糜烂会引发宫颈癌。对此，专家说：“其实宫颈糜烂本身不会引发癌症，但宫颈糜烂伴有高危性HPV感染就要小心了。仅仅在中国，每年死于宫颈癌的患者就有3万~5万人，是严重威胁女性健康的重大疾病。因此，对于宫颈糜烂的治疗，要及时更要有疗效。”

“宫颈癌，好防不好治。”专家建议，如果能做到每年一次的宫颈癌前筛查，便可有效地阻断癌变的发生，是最有效、最经济的方法。

问题三：如何进行预防？

专家建议，女性应该每年到正规医疗机构做体检，已婚女性最好每半年做一次妇科普查，可以对宫颈疾病进行及早预防和诊治，减少危害。最基本的项目应该包括：阴道检查、双合诊、宫颈防癌刮片、腹部B超、白带常规化验等。如果基本体检项目发现异常，则需进一步做阴道镜、宫颈活组织检查、阴道彩色超声等检查。

专家还提醒女性，为了自身健康，应注意释放压力，听音乐、旅游、找好友倾诉心事等都能缓解精神抑郁，同时，合理安排工作和生活，并进行适当的体育运动。

相关链接

呵护母亲健康 我们一起行动

日前，武警河南总队医院妇科中心在母亲节推出了“呵护母亲健康亲情月”大型关爱女性健康活动。此活动有系列免费体检项目，也有优惠治疗。一经推出，得到了绿城众多女性的积极参与，就诊或体检者络绎不绝。

据了解，武警医院是一所三级甲等部队医院，妇科中心是医院重点科室之一，引进了一系列国际先进技术，推出人性化、个性化医疗服务，被女性亲切地称为“第二个娘家”。

“呵护母亲健康亲情月”大型关爱女性健康活动免费体检项目如下。

免费项目：门诊挂号费；妇科检查费；白带常规检查费；住院部床位费；会诊费；早早孕检测费；超导可视无痛人流手术费。

优惠项目：四维彩超赠送照片2张、影像记录光盘1张；

宫腔镜检查治疗费优惠20%；

数码LEEP(利普)刀治疗宫颈糜烂手术费优惠20%；

妇科B超检查费优惠50%；

数码凝固刀治疗子宫肌瘤手术费优惠20%；

功血消融刀手术费优惠20%。

青岛黄海制药 开建国内首个药用海藻酸钠项目

日前，国内首个以海藻酸钠作为药用辅料生产项目落户青岛黄海生物制药，项目奠基典礼在胶州市隆重举行。青岛黄海制药董事长邢同顺、总经理王桂来等出席奠基仪式。业内人士指出，该项目的实施将对我国生物制药行业的发展具有里程碑式的意义。

据了解，作为国内缓控释技术的领军企业青岛黄海制药的控股子公司——青岛黄海生物制药，计划从事生物制药、海洋药物、海洋药物辅料及化学药物的研发、生产及销售。预计总投资3亿元人民币，于2009年2月开工建设，年底建成投产使用，三年内力争产值达10亿元。一期项目设计主要以原料药为主，主要产品为阿折地平和海藻酸钠等。据介绍，药用级的海藻酸钠国内尚无厂家生产，用海藻酸钠作为辅料的硝苯地平缓释片的市场正处于快速增长期，市场发展潜力巨大。目前海藻酸钠作为辅料的仅有黄海制药的促福达(硝苯地平缓释片II)，该药在同类产品中市场占有率70%以上，品牌提及率位居全国前四名，已成为国产硝苯地平降血压药中的领导品牌。

专家分析，生物制药行业在我国是朝阳行业，预计每年以20%左右的速度增长。但与发达国家相比，我国的生物制药行业还尚未完全形成气候，目前世界上有140多种畅销生物药，而我国却只能生产20多种。此形势下，青岛黄海生物制药项目的成立，昭示着黄海制药正在逐步提升产品档次、优化产品结构和延伸产业链，不仅推动了我国生物制药的发展，而且对实现生物制药行业的产业化有着举足轻重的影响。

周苗

健康新知

德国科学家研究发现 晚睡早起的人烟瘾更大

德国科学家研究发现，早晨起床时间在5点之前，晚上11点之后睡觉的人更容易吸烟。

每人都有为适应自然环境和社会环境而形成的自然作息规律——生物钟，它是由人体的每一个生理系统、组织部位的自然作息规律综合而成。科学家发现，生物钟是多种多样的，就人体而言，已发现一百多种。一般来说，人体生物钟的作息时间为：早上5点到6点，人体肾脏停止分泌工作，此时人们经历了浅睡和深睡的阶段，如果这时起床很快就会精神饱满；晚上11点人体进入休息状态，进行一天的恢复、调整工作。

该项目科学家通过对500人进行的一项调查显示：那些日常工作时间与生物钟作息时间相差1小时的人群中，只有10%左右的人吸烟；但在那些日常工作时间与生物钟作息时间相差7小时以上的人群中，这一比例上升到70%。科学家表示，他们的研究结果证实了日常工作时间与生物钟作息时间差距越明显的人越可能吸烟，且他们之所以吸烟并非是因为烟草可以提神。

郭基

关键词搜索——宫颈糜烂

宫颈糜烂是最常见的宫颈疾病之一。有人一听说自己得了宫颈糜烂，往往会认为自己的子宫烂了呢。其实，它只是由于宫颈炎破坏了宫颈上皮细胞后呈现的一种红色，不是真正的糜烂，患者不用太过担心。

武警医院妇科专家介绍，宫颈糜烂分为三个等级：I度(轻度)糜烂面不超过宫颈面积的1/3，II度(中度)糜烂面占整个宫颈面积的1/3~2/3，III度(重度)糜烂面占整个宫颈面积的2/3以上。

问题一：该不该进行治疗？

“得了宫颈糜烂一定要先问清楚，自己是哪个类型，何种程度。”妇科专家说，轻度的宫颈糜烂无明显症状，可以在医生指导下采用药物疗法，只需要多注意卫生即可，另外最好每年做一次检查。

中、重度的宫颈糜烂，就需要引起足够的重视了。“因为宫颈的神经支配属于内脏神经系统，所以患者对疼痛不敏感，宫颈表面糜烂即使非常严重，也不会引起病人剧烈疼痛的症状，这极易掩盖病情并使患者放松警惕。”专家说，如果糜烂处一旦出现疼痛症状，说明感染已经扩散。同时专家还说，这个病危害挺大，治疗起来

中高考日益临近，家长在关注孩子成绩的同时也应重视其日常生活中的事物 金榜题名从健康生活开始



每年的五月份都是中高考学生进入最为紧张的备考冲刺阶段，随着考试时间的临近，不少家长在关注孩子学习成绩的同时，考前怎么吃最营养、最科学，也成了家长最关心的话题。营养专家提醒，考生复习期间的饮食均衡和健康保健，应引起家长重视。另外，切勿盲目给考生乱服健脑保健品，而科学的日常作息规律更为关键。

晚报记者 董亚飞 通讯员 师璇

护脑篇：乱补保健品适得其反

“孩子现在进入学习冲刺阶段，要不要给孩子买点补脑的保健品啊？”考生高歌(化名)的妈妈在郑州市中医院营养科咨询时说。

“均衡营养是考生补脑的基础。”该科主任薛玉珠说，临近高考，为了给考生快速补充营养，不少家长纷纷把希望寄托在市面上形形色色的号称能提高记忆力的保健品上，把保健品视为补充营养的最佳途径。其实保健品的确可以起到一定的保健作用，但决非万能，也并非适合所有考生。因此，考生和家长不要期待那些标榜提神醒脑的产品会产生“特异功能”，如果考生不吸收、不适应的话，还会导致腹泻、过敏、上火等病症。

专家建议：每天一杯牛奶、一个鸡蛋、15克至20克坚果，比如，开心果、核桃仁、杏仁等，能为身体补充多种营养，既支持大脑营养，又缓解紧张情绪。

饮食篇：每天山珍海味要不得

孩子天天用脑这么多，一日三餐怎么安排最合理？记者随机采访了几位考生家长，他们一致认为孩子现在复习很辛苦，担心营养不够，所以每天佳肴美味伺候考生。

“其实，考生吃得过饱容易造成肠胃疲劳，食物在肠胃中消化需大量血液，脑内血液供氧减少，会导致大脑反应迟钝，思维不敏捷。”郑州人民医院营养科科长谷启全说，不少家长甚至还误以为，营养高的食物就能给大脑提供充足养分，其实大脑消耗的能量主要是糖类，而非脂肪，适当提高血糖，才有利于复习，但不能大量食用，防止高血糖症出现。

专家建议：适当摄取鱼类肉类是必须的，但不可多吃。因为过度摄入大鱼大肉等动物性食品不易消化，而且还易引起肥胖。一般初中生一日食用鱼类肉类数量最多不超过150克，高中生一天食用量不超过200克。此外，由于天气逐渐转热，考生最好不吃剩饭菜，因为剩饭菜容易滋生细菌、变质后食用可能导致食物中毒或急性胃肠道疾病。还应尽量避免在外就餐，忌吃大量油腻食品，比如，油炸食品、高糖高脂零食。

保健篇：常“开夜车”不可取

越是接近考试日子，越是有不少考生感觉时间不够用，于是他们采取牺牲晚上睡觉时间，“开夜车”来复习功课，结果导致晚上睡不足，白天昏沉沉，如此形成恶性循环，影响听课和复习的效率。另外，每天忙于复习，最为疲劳的就是考生的眼睛，考生甚至出现头疼、用眼过度等。

“开夜车”容易导致生物钟紊乱，过于疲劳会导致免疫力下降、记忆力衰退。有关专家说，复习的关键不在于时间，而是提高学习效率。同时在紧张复习中，一定不要忘了对眼睛的保护，以免过度用眼造成近视或加重近视。

专家建议：睡眠十分重要，一味追求复习时间不可取。只有充分休息了，精力充沛才能保证考试更好发挥。因此，每天保证8小时睡眠最佳，不可少于6小时。考生可尝试睡前半个小时洗个热水澡、泡脚，或喝杯热牛奶。坚持一段时间后，就能建立“入睡条件反射”。另外，中午睡三四十分钟，也能保证下午学习精力充沛。

同时专家建议，考生应养成良好的读书写字习惯，在学习了两三个小时后可适当暂停一下，起身远眺绿色，或参与一些户外活动，比如，慢跑、快走等。

