

近年来,乳腺结节的发病率呈逐步上升的趋势,年龄也越来越低龄化。乳腺结节的诱因有哪些?乳腺结节的好发人群是哪些?带着一系列问题,记者采访了山东阳光融和医院健康管理中心的专家。

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

乳腺结节的诱因

乳腺结节的发病原因有很多,包括内分泌激素水平、乳房损伤或感染、情绪因素以及不良饮食习惯等。

1.内分泌激素水平失调:当体内雌激素和孕激素的比例失衡时,可能导致乳腺实质过度增生,从而形成乳房肿块。

2.乳房损伤或感染:当细菌侵入并引发感染时,感染可能会蔓延到乳腺实质中,导致乳腺结节的形成。

3.情绪因素:长期工作或生活压力大,导致易怒、焦虑、抑郁等不良情绪,可能使激素水平紊乱,增加乳腺结节的危险。

4.不良饮食习惯:长期过多摄入高糖、高脂食物,影响身体的代谢,进而易诱发乳腺结节。

乳腺结节的多发人群

乳腺结节是很常见的乳腺疾病之一,好发在育龄期女性身上。此外,经常服用含有大量雌激素类的食物、保健品等,日常偏好高糖、高脂食物人群以及有家族遗传性乳腺癌病史、体重超重和肥胖人群、面临巨大工作或生活压力且长期情绪不佳等人群更容易得乳腺结节。

妇幼知识
一点通



乳腺结节 你重视了吗

乳腺结节的症状

绝大多数乳腺结节都是良性的,没有明显的临床症状,但需要定期进行复查。根据病因的不同,乳腺结节表现的症状会有所不同:

1.乳腺增生性肿块:这类肿块通常伴随单侧或双侧乳房胀痛。部分胀痛随月经具有周期性,月经来临前胀痛明显,月经结束后胀痛减轻。

2.乳房纤维腺瘤:主要表现为可触及的质硬肿块,触感类似硬皮球,表面光滑、容易推动。

3.乳腺癌:在乳腺癌早期,可能会偶然发现一个无痛、单发的小肿块。肿块质地较硬,表面不光滑,与周围组织界限不清晰,且难以推动。到了晚期,如果癌细胞侵入大片皮肤,可能会出现多个小结节。

乳腺结节的确诊手段

大部分乳腺结节无法靠触诊确诊,需要借助辅助检查协助诊断,目前最常用的是超声检查(包括超声造影)、钼靶、核磁共振等。

1.乳腺彩超是目前临床上常用的一种检查方式,优点是操作简便、费用低、没有创伤、可以重复检查、准确度高。尤其适合青少年女性、孕产期妇女。该检查能清楚地分辨组织层次,发现乳腺内肿块,并根据肿块大小、形态、血流等初步判断肿块性质。

2.乳腺钼靶检查可以显示乳腺结节、肿块、钙化、腋窝及乳腺皮肤等情况,特别是对乳腺钙化的显示非常敏感。该检查可以诊断无症状或触摸不到

的乳腺癌(如乳腺导管内癌),特别适合乳房出现萎缩、腺体较少或脂肪型乳房的人群。建议超过40岁的女性在乳腺普查时,进行彩超和钼靶协同诊断。

3.乳腺核磁共振的成像更清晰,诊断更精准,可将病变全方位、多角度的显示。对于微小病变分辨率高,主要是针对乳房整体状态的显示以及乳房占位性良恶性的鉴别。有些隐匿性病灶,做了乳腺彩超及乳腺钼靶检查仍不能判断性质,可以进一步选择乳腺核磁共振检查。

如何预防乳腺疾病

预防乳腺疾病可以通过定期体检、调整生活方式、避免乳房外伤等方式进行。

定期体检可以及时发现和治疗乳腺问题,如果发现乳腺有结节或肿块,应及时就医。乳腺作为一个体表的器官,可以触摸得到,日常可以通过自检的方式及时发现乳腺问题,做到早发现、早诊断、早治疗。

保持健康的生活方式。避免熬夜;焦虑、忧郁等不良情绪会导致激素水平紊乱,增加激素对乳腺产生的不良刺激,因此保持心情愉悦有一定预防乳腺各种疾病的作用;适当运动,保持健康的体重,避免过度肥胖。一项研究表明,绝经后的肥胖女性较正常体重女性乳腺癌发病率高;保持健康的饮食习惯,避免高脂肪饮食,避免过度饮酒和吸烟;控制雌激素的摄入。长期使用激素类药物,如避孕药和替代激素疗法,会增加乳腺癌的患病风险;鼓励母乳喂养。

避免乳房外伤。如果乳房受到外伤,可能会导致乳腺组织受损,容易引起乳腺炎、乳腺增生等疾病,平时要注意乳房的保护,避免乳房受到外伤。

专家提醒,诊断出乳腺结节也不必过于紧张,判断结节属于良性还是恶性是关键,按照医生的建议,接受进一步的检查就可以。切不可盲目自行诊断,延误病情。

美容缝合让美丽“不留痕”

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 耿亮

身体受伤,特别是面部受伤后,缝合是帮助伤口愈合的重要步骤。很多人担心伤口缝合后皮肤上会留有疤痕。潍坊市益都中心医院医学美容中心的专家表示,美容缝合对皮肤的损伤较小,能够减少疤痕的产生。

美容缝合是一种旨在减少瘢痕、注重恢复肌肤自然形态、提高伤口愈合美观度的精细缝合技术。它以整形美容外科的无创原则为指导,在伤口的评估、设计、缝合线的选择以及缝合技巧的运用上,都经过了精心的考量。通过对伤口彻底的清创止血、去除污染、分层精确对位、内部充分减张、外部精细缝合,能够有效降低瘢痕形成及增生的风险和程度。

美容缝合在医学美容中的应用非常广泛,包括但不限于面部、身体外伤、水平切口、早期瘢痕修复、整形美容手术后缝合以及体表肿物切除等。

相较于普通缝合,美容缝合有很多优势。1.精细化治疗操作。美容缝合以止血、伤口愈合及伤口愈合后的美观度为目标,治疗前医生会根据伤口的位置、形状、大小、方向等因素,一对一制定缝合方案,进行精细化美容缝合治疗,确保伤口对合整齐,提升愈合后美观效果。

2.减少瘢痕。美容缝合通常使用吸收性缝线,伤口愈合后不需要再拆线,减少了拆线对皮肤的二次损伤。同时,这类缝线还能在皮肤下面慢慢被吸收,减少表面的拉扯感,让伤口愈合得更自然。

3.减轻疼痛。美容缝合使用的细小缝合线可以减轻对皮肤的牵拉,从而减轻术后的痛感。

要让美容缝合达到理想的效果,术后护理非常重要,患者一定要遵医嘱涂抹促进愈合的药膏或抗疤痕产品,保持伤口清洁干燥,避免拉扯伤口,避免阳光暴晒。

孕妈妈感染梅毒 这样治疗与预防

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 殷方莲 季晓琳

梅毒是由梅毒螺旋体引起的一种慢性传染病,临床表现复杂,几乎可侵犯全身各器官,造成多器官损害,对孕妇和胎儿均危害严重。“梅毒妈妈”可以生出健康宝宝吗?答案是肯定的。如何阻断梅毒的母婴传播?新生儿如何进行免疫预防?记者采访了潍坊市人民医院产科医学中心的朱玉春。

朱玉春表示,梅毒螺旋体可以通过胎盘感染胎儿,自妊娠2周起即可感染胎儿引起流产;妊娠16周-20周后梅毒螺旋体可通过感染胎盘播散到胎儿所有器官,引起早产、死胎。“妊娠合并梅毒进行规范治疗,二期梅毒治疗后可预防94%的新生儿患先天性梅毒,一期梅毒和晚期潜伏梅毒治疗后可预防新生儿患先天性梅毒,如在妊娠20周内治疗,则可预防99%的新生儿患先天性梅毒。”朱玉春说,早期筛查很重要,在怀孕早期进行免费“艾梅乙”筛查,能够及早发现和及时治疗感染,减少母婴传播的风险。孕妈妈应该主动在孕12+6周内到助产医疗机构建立健康手册,并进行“艾梅乙”的免费咨询和检测。

孕产妇一旦发现梅毒感染,必须即刻开始治疗,规范完成一个疗程治疗,之后还要定期复诊,必要时再次治疗。“发现梅毒感染,可选择以下几种方案治疗,注射苄星青霉素,若青霉素过敏,在无头孢曲松过敏史的情况下使用头孢曲松。若青霉素过敏且不能使用头孢曲松,可口服红霉素(禁用

四环素、多西环素)。”朱玉春说,首选青霉素治疗有双重目的,一方面治疗孕妇梅毒,另一方面预防或减少婴儿患先天性梅毒。在妊娠早期治疗有可能避免胎儿感染,在妊娠中晚期治疗可能使受感染胎儿在分娩前治愈。

对于新生儿的免疫预防,朱玉春认为,孕产妇出现以下两种情况任意一种,所生新生儿均需尽早行预防性治疗。一是整个孕产期任何一次检测(包括孕期、分娩前、临产时、产后),梅毒螺旋体血清学试验及非梅毒螺旋体血清学试验均阳性;二是首次检测梅毒螺旋体血清学试验阳性,非梅毒螺旋体血清学试验阴性,但未按要求监测非梅毒螺旋体血清学结果。

梅毒感染产妇所生儿童应在出生后自3月龄开始,每隔3个月到机构进行采血检测,直至诊断或排除先天梅毒。“如果母亲经过正规青霉素驱梅治疗,疗效肯定者,可以给孩子喂母乳。如果母亲分娩前未规范治疗或临产前1周-2周才确诊者,建议暂缓母乳喂养,同时应尽快开始治疗,疗程结束后可直接母乳喂养。”朱玉春说,如果母亲有感染性皮肤病,哺乳前一定要注意洗手,避免破损处血液、分泌物被孩子食入,或接触孩子破损的皮肤黏膜,增加感染风险。总的来说,早筛查、早发现、早诊断、早干预对于降低新生儿梅毒的感染率至关重要。