

# 10 个女人为什么 9 个乳腺增生？



十个女人做乳腺检查,常有八九人被医生告知有乳腺增生。受检者难免惊恐:什么是乳腺增生?它从哪来,会不会发生

癌变呢?

乳腺增生在临床上极为常见,除乳房胀痛外,乳房内可触及扁平状、结节样增生块,临床上统称其为乳腺增生症。佩戴过紧的胸罩也会增加其发生的机会。但大部分乳腺增生是无须担心的,只有那些在临床上高度怀疑有恶变或无法确定的增生结节或肿块才需要通过手术切除活检。

## 一 胸罩过紧 雌激素过多

乳腺增生目前公认的发病原因是:雌激素与孕激素失调,表现出黄体期孕激素分泌减小,雌激素的量相比较变多,造成雌激素长时期刺激乳腺组织,从而造成乳腺增生症的产生。所以,女性长期

使用含有雌激素的化妆品,或过多食用激素喂养的鸡、鱼等食物,都会相应增加乳腺疾病的发生率。甚至包括生活节奏过于紧张,造成女性内分泌失调,也会诱发乳腺增生。

有的国家提倡女性不戴胸罩,以防止乳腺癌的发生,专家表示,这种做法虽然无据可查,但从临床来看,佩戴不合适尤其是过紧的胸罩,使得胸部不能充分舒展,久而久之乳房处于一种压迫的状态,就容易出现病变,增加乳腺增生及乳腺疾病的发生。平时正确地佩戴胸罩并不会增加乳腺疾病的发生。

## 二 不一定会发展为乳腺癌

临床上大多数的乳腺增生病,并不会明显增加乳腺癌的危险性,因此无须过度担心。但不表示可以放松警惕,就算没有任何症状,乳腺增生患者都须定期观察,有胀痛症状的患者还可以适当服用控制乳腺增生的药物,而那些在临床上高度怀疑有恶变或无法确定的增生结节或肿块,可能需要通过手术切除活检。

## 三 如何呵护好乳房

1. 建立良好的生活方式,保持乐观情绪,避免使用性激素类化妆品、药品。
2. 每月自查,可在洗澡时面对镜子循序轻摸乳房各个位置,注意有无肿块。
3. 定期进行乳腺普查。

# 糖尿病趋于年轻化,家长需警惕儿童糖尿病

说起“糖尿病”,大多数人都认为这是老年疾病,岂知现在年轻人患糖尿病的也越来越多,甚至儿童糖尿病患者也不鲜见。新安国际医院内分泌科主任李政球告诉笔者,由于儿童糖尿病多数为 1 型糖尿病,儿童又缺乏相应主诉,发现时病情均已较严重。1 型糖尿病引起急性并发症酮症酸中毒的机会相对较高因此十分危险,需要家长们特别重视。

近日新安内分泌科就接诊的一名儿童糖尿病患者,患儿是一个 12 岁的孩子,据李主任了解,孩子当时在外玩耍,

突然觉得肚子疼和恶心想吐,家人很快带他来到医院,一查发现,患儿血糖异常高,被诊断为糖尿病酮症酸中毒,所幸救治及时,现在已无大碍。

李政球介绍,患儿比较胖,而且有糖尿病家族史,但因为儿童患糖尿病的症状不明显,所以家长都没有注意,从目前情况来看,孩子其实早就血糖不正常。很多家长往往不会想到孩子这么小就会患上糖尿病,而且儿童体检一般也不检查血糖,因此都是当孩子出现急性并发症时才被发现。一般患有糖尿病的孩子如果不及时

有效地治疗,对他以后的影响都非常大。

那么,小孩子出现什么样的症状时,家长要格外注意呢?

李政球建议,当胃纳增加但体重下降并有多饮多尿时就要注意。李主任还特别提醒家长,一定要细心关注孩子的身体情况。儿童糖尿病起病多数较急,几天内可突然表现明显多尿、多饮,每天饮水量和尿量可达几升,吃得多、体重却下降。年龄小的常以遗尿、消瘦为主要表现。再就是如果孩子身体比较胖,而又有糖尿病家族史,最好尽早给孩子进行相

关检查。  
最后,李政球特别强调,如果孩子真的被确诊患有糖尿病,家长一定要注意照顾孩子的饮食,让孩子尽量少喝或不喝饮料,多吃蔬菜,不暴饮暴食,控制体重,同时加强体育锻炼,增强体质,以此严格控制血糖。否则不仅可能影响孩子的发育,时间长了还可能出现各种严重并发症,此外,如果有糖尿病家族史的儿童出现类似糖尿病症状,家长应立即送往正规医院进行治疗,以免造成严重后果。  
——新安国际医院 宛

# 谨防这些症状!当心帕金森病找上门

4月11日是“世界帕金森病日”,尽管帕金森病已成为继肿瘤、心脑血管病之后中老年人健康的“第三杀手”,但是大众对帕金森病的了解程度依然非常低。

据嘉兴市中医医院神经内科医生指出,帕金森病是一种常见的神经功能障碍疾病,主要影响中老年人,多在 60 岁以后发病。其症状表现为静止时手、头或嘴不自主地震颤,肌肉僵直、运动缓慢以及姿势平衡障碍等,导致生活不能自理。

以往人们只有在发现家中的老人开始手抖时,才会怀疑其患上帕金森病而至

医院就诊。其实,这存在着一个很大的误区,因为并不是所有的帕金森病都会出现手抖或者震颤,两者千万不能划等号。那么,我们应该如何来识别帕金森病呢?

第一、缓慢,所有动作都慢下来了,幅度或速度进行性减慢。走路慢了,转身慢了,说话慢了,写字慢了,穿衣服慢了,甚至脸上表情也动得慢了。注意,缓慢才是帕金森病的最主要症状;第二、震颤,帕金森病的震颤是静止状态下震颤。例如,拿着筷子夹菜的时候手抖得厉害,这可能就不是帕金森病;第三、僵硬,肢体

肌肉出现僵硬,甚至不明原因的全身多处疼痛。

如果家里老人出现了上述 3 个典型症状里的任何一个,尤其是缓慢,一定要引起重视,需要带其到神经专科门诊就诊。除了以上典型症状外,家人也也要注意观察,嗅觉减退、体重下降、流口水和嗜食、便秘、出汗多、情绪低落、焦虑失眠等,都是帕金森病的早期表现或非典型表现。

至于帕金森病的预防,可以从以下几个方面开始着手:尽量少接触化学及

重金属物质,如汞、锰等;农村少接触农药,如百草枯、鱼藤酮等;有些药物可能引起震颤,老年人尽量少用,如利血平、氟桂利嗪、精神药品等;控制基础疾病,控制好血压、血糖、血脂,积极预防脑血管疾病;试试绿茶和蜂胶,很多国内外文献报道绿茶中的酚类化合物具有很强的神经保护作用,而蜂胶中的主要活性成分咖啡酸苯乙酯有很强的抗氧化功能,对帕金森样损伤起到保护作用;规律运动,尤其是轻缓的体育运动,比如气功、太极拳、太极剑、慢跑等。  
——市中医院 宛

## 禾点点麻将强势来袭!

# 现诚招首批线上棋牌室馆长

一部手机 一点时间 一圈人脉,每月收入5000+! 零投入! 零亏损!

公司全程扶持 你错过了淘宝 手机麻将不能再错过了

现在代理送500元现金、600元房卡



扫一扫

添加客服微信了解详情