

疾病防治

沉浸式恋爱的“小意外”
谨防薄型子宫内膜

晚报讯 沉浸式恋爱可能会出现意料之外的事——怀孕。如果需要人工流产,就有可能因为术中机械造成子宫内膜基底层的完整性和连续性受到破坏,子宫内膜无法自我修复,最终形成难治性薄型子宫内膜。假使出现术后流血时间长、感染、月经量减少等并发症,可能会导致不孕不育,所以必须将术后伤害降到最低。

临幊上普遍认为薄型子宫内膜指在卵泡成熟日通过超声检查子宫内膜厚度<7mm。究竟能够妊娠的内膜厚度最低限度为多少,目前尚无定论,也有排卵日子宫内膜厚度3.7mm成功妊娠并最终顺利分娩的案例。

人工流产是子宫内膜薄的最主要因素。有的患者做完人流手术后就没有来过月经,这说明,手术严重伤害了子宫内膜,造成子宫内膜变薄。这种情况一般需要很长时间恢复,有的患者甚至无法恢复,因此,专家提醒,一旦人流后月经没有按期来,一定要就诊检查。急、慢性宫腔感染也会导致子宫内膜基层的破坏,最常见的病因为生殖道上行性感染或生殖器结核。口服某些避孕药5年以上也可导致内膜菲薄,如地诺孕素。常用促排药物,如来曲唑、氯米芬可一过性地影响子宫内膜厚度,其中氯米芬对内膜影响更明显。此外,还有年龄、子宫内膜血供不足(如子宫动脉栓塞术)、严重的子宫腺肌病等原因。当临幊上排除了所有病理性因素后,仅表现为子宫内膜菲薄、反应性低下,可诊断为原发性薄型子宫内膜。

治疗薄型子宫内膜手段多样。可通过仿生物电刺激,将仿生物电经皮肤导入,刺激子宫平滑肌交替收缩与舒张,加快血管收缩频率,促进子宫内膜及子宫肌层血液流动,从而促进子宫内膜组织修复。也可通过药物治疗,比较普遍的办法是补充雌激素。对于损伤子宫基底层导致的内膜菲薄,单用雌激素效果不理想,往往采用激素替代周期。其他药物包括他莫昔芬、生长激素、低剂量阿司匹林、西地那非和己酮可可碱等,均具有增加子宫内膜厚度的作用。中医疗法可作为辅助疗法。还可以选择盆底神经肌肉电刺激、子宫内膜微创术、干细胞治疗等治疗手段。南通市妇幼保健院产后康复中心介绍,盆底神经肌肉电刺激相较于其他治疗而言更加安全、无创、简单经济、可重复性好、毒副作用小。

通讯员王石雨
记者朱颖亮

康复讲堂

产后得尿潴留
不用紧张
中医治疗有妙招

晚报讯 很多产妇因为膀胱受压或者伤口疼痛出现尿潴留症状,无论是顺产还是剖宫产,产后第一次排尿都是一个艰难的过程。如果不能尽早排尿可能会影响乳汁分泌,持续性尿潴留增加了泌尿系统感染的机会。膀胱过度膨胀可影响产后子宫收缩,引起产后出血量增多。

产后尿潴留是指经阴道分娩后6~8h或剖宫产术后拔出导尿管6h后膀胱有尿而不能自主排出,或者自主排尿后经超声或导尿测量膀胱残余尿量≥150mL(国内常用标准为100mL)。

产后尿潴留的症状属于中医“癃闭”范畴,“癃”者小便不太顺畅,点滴而且短少,自觉解不干净,病势相对较缓;“闭”者小便闭塞,点滴全无,病势较急。病因病机考虑与分娩后产妇正气亏虚、胞脉受损、肾气不固、膀胱气化不利,开阖失职功能有关。

导致产后尿潴留的常见因素包括:硬膜外麻醉、手术阴道助产、分娩时间延长等,其中手术阴道助产是强相关因素。生产过后,产妇身体虚弱,家属一定要注意在医生的指导下为其进行护理。可以针对产妇心态给予解释和安慰,消除焦虑和紧张情绪;利用流水声、温水冲洗、按摩或热敷等促进排尿或通过药物、导尿管进行排尿。

中医认为产后尿潴留主要病理机制是膀胱气化不利,六腑的共同生理特点是“传化物而不藏”(《素问·五脏别论》),因此可依据六腑以通为用的原则治疗。所以,尿潴留可以通过针灸、中药辨证治疗和耳穴埋豆等中医手段治疗。

针灸是从足太阳膀胱经、任脉、督脉、脾经及肝经进行论治,针刺中极、水道、关元、足三里、阴陵泉、三阴交等穴位,配合灸法,使这些被抑制的盆腔神经恢复功能,通过刺激排尿中枢,对膀胱逼尿肌与括约肌进行平衡调节,从而恢复正常排尿功能。

中药辨证治疗是中医根据症状及体质将尿潴留分为气虚型、肾虚型、气滞型三种,治法因人制宜。气虚宜“益气升清,化气利水”;肾虚宜“补肾温阳,化气利水”;气滞则“理气行滞,利水通淋”。

南通市妇幼保健院中医妇科目前已有针灸、揿针、中药热敷、穴位贴敷、中药口服等方法治疗产后尿潴留、妊娠剧吐、急慢性盆腔炎等妇科常见疾病。

通讯员王巧真
记者朱颖亮

“土三七”代替“三七”后果很严重

自行服用会导致肝损害

晚报讯 “三七”是生活中较常见的一种中草药,性温、味甘、微苦,具有补血抗炎、活血化瘀的功效,能够抗氧化、抗衰老。虽然很多人都了解“三七”,但对于跟它相差一字的“土三七”却并不了解。

“土三七”又称菊三七、养心草、景天三七,与真正的“三七”相比具有相似功效,但“土三七”便宜、容易生长,很多人就自己栽种,代替“三七”服用,以治疗跌打损伤或养生保健。殊不知,“土三七”包含的菊三七碱[吡咯烷类生物碱(PAs)]具有肝脏毒性,可导致肝损害,重者会危及生命。

近期,南通市第三人民医院消化科就收治了多例因食用“土三七”导致肝小静脉闭塞病(HVOD)的患者。肝小静脉闭塞病又称肝窦阻塞综合征(HSOS),是由各种原因导致的肝血窦、肝小静脉和小叶间静脉内皮细胞水肿、坏死、脱落进而形成微血栓,引起肝内淤血、肝功能损伤和门静脉高压的一种肝脏血管性疾病,临床起病急骤,表现为腹胀、肝区疼痛、腹水、黄疸、肝脏肿大等。本病发病机制尚不清楚,服用含吡咯烷类生物碱(PAs)的中草药(例如“土三七”)是一个重要的致病因素。

“真正的‘三七’有‘南国神草’‘伤科圣药’的美誉,而与之一字之差的‘土三七’却含有有毒的吡咯烷类生物碱,能够在肝内脱氢形成一个或多个高反应中心的吡咯样衍生物,这种代谢产物

与亲核组织结构起反应,后者具有烷化剂作用,可对血管内皮和肝细胞造成损害”,南通市第三人民医院副院长、消化病学专家卞兆连博士介绍,“大剂量服用‘土三七’,加上个体敏感性高,会导致急性肝衰的发生,临床实际中遇到更多的则是呈现亚急性肝衰的表现,尤其有人喜欢用‘土三七’泡酒,病情则往往更重,这是因为酒精可最大限度地萃取‘土三七’中的吡咯烷类生物碱。”

实际上,很多植物都含有这种有毒的生物碱,特别是像“土三七”这样能开小黄花的植物,如“猪屎豆”“千里光”“天芥菜”等,而研究表明,该生物碱不仅具有肝毒性,对肺、神经系统等也会造成损害,同时具有一定的致癌性。在此卞兆连副院长特别提醒广大市民:中草药一定要在医生指导下遵医嘱服用,切忌自行服食,也不能擅自加大剂量。

通讯员何红梅 记者朱颖亮



中西结合保护脸蛋越过寒冬

依据个人皮肤情况谨慎选择

晚报讯 冬季,我们的身体可以添衣保暖,然而面部皮肤却不行。在这种寒冷、湿度极不稳定的环境中,面部皮肤面临着皱纹、暗黄、缺水、粗糙、色斑等严峻的挑战,这些问题加速了皮肤的衰老。近日,南通市第一人民医院通过中西结合制定出三种冬日护肤方案。

中药面膜,是以中医理论为指导,将中药粉末或中药提取物与适当的成膜物质均匀混合而制成的敷面制剂。其作用机制为通过面膜倒模术来清洁皮肤,使皮肤保持一定的湿润及温度,促进血液循环,增加营养,起到滋润、增白、防皱减皱的效果。并能治疗面部某些皮肤病,如痤疮,脂溢性皮炎,黄褐斑,某些继发性、炎症后色素沉着斑。黄褐斑在30~50岁女性中发病率较高,因其发病机制不明,绝大多数疗效不让人满意。而痤疮虽发病机制明确易治疗,但容易复发。中药面膜相比较而言安全有效易坚持。南通市第一人民医院皮肤科有针对黄褐斑、炎症后色素沉着的美白中药面膜及针对痤疮的消痤中药面膜。美白中药面膜中包含白芷、白及、白蔹、细辛等。《神农本草经》中记载,白芷能“长肌肤,润泽颜色,可作脂”,《药性论》

称白及可“治面上肝疮,令人肌滑”。

中医美容针,是一种结合了中医理论和现代美容技术的治疗方法,针刺面部过程中,面部气血得到调节,使肌肤得到濡润、毛发获得滋养,从而达到改善皮肤质地、淡化色斑、消除皱纹等目的。也可配合体针自血疏通经络,行气活血,维持人体各部分功能活动的协调和相对平衡,由内而外,健形养神。

光子嫩肤,是将强脉冲激光作用于皮肤组织,产生光热和光化学作用,使皮肤的胶原蛋白和弹力纤维重新排列并恢复弹性,从而达到消除或减轻皱纹、缩小毛孔的效果,因此常被称为“光子嫩肤治疗”。光子治疗可淡化、祛除面部色素性疾病,如雀斑、老年斑、黄褐斑等。同时,对于皮肤暗沉、毛孔粗大,以及皮肤上的痘坑、痘痕都有一定的改善效果。通常一个疗程包含6~8次治疗,每次治疗间隔3~4周。一个疗程后,可进行巩固治疗,根据个人情况,每2~3个月进行一次。

南通市第一人民医院提醒,冬季皮肤干燥脆弱,如有任何不适请及时前往医院,不要轻易尝试偏方。

通讯员益宣 记者朱颖亮