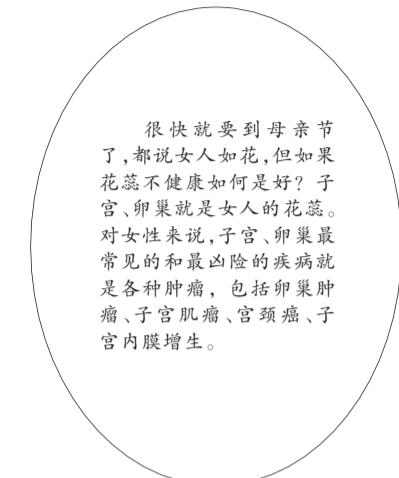


# “黄脸婆”要注意“显年轻”也要提防



很快就要到母亲节了，都说女人如花，但如果花蕊不健康如何是好？子宫、卵巢就是女人的花蕊。对女性来说，子宫、卵巢最常见的和最凶险的疾病就是各种肿瘤，包括卵巢肿瘤、子宫肌瘤、宫颈癌、子宫内膜增生。



## 卵巢肿瘤 年纪大但看上去年轻肤美要提防

何女士因为一个5cm的“子宫肌瘤”到妇科就诊，由于实性的卵巢瘤与子宫肌瘤难以区分，医生建议先跟踪观察。没想到2个月后复查，“子宫肌瘤”已经变成9cm了，检查发现里面还有囊性物。会诊后考虑不是子宫肌瘤而是卵巢肿瘤，同时肿瘤标志物CA125的值也很高，诊断为恶性卵巢肿瘤合并感染破裂。很多病人与前文何女士的经历相似，卵巢肿瘤的确容易被当成子宫肌瘤。

专家指出，恶性的卵巢肿瘤就是卵巢癌，致死率是妇科肿瘤之首。其高危因素是生活不规律、压力大、生育少（怀孕可以让卵巢处于休息状态）、有卵巢癌家族史。

卵巢肿瘤通常良恶难辨，甚至可能从胎儿期就有了，门诊中就遇到过才几岁的卵巢肿瘤患儿。一般来说，卵巢肿瘤早期难以发现，很多病人是转移到盆腔、出现了腹水或出现了广泛转移才发现。

有的病人因为卵巢肿瘤不痛、不难受，希望不用做手术切除。“实性的卵巢肿瘤，无论多大都应该切除，如果是囊肿，超过5cm就应该切除。”专家指出，有的女性年纪大了看上去还是很年轻肤美，要警惕卵巢肿瘤，因为卵巢肿瘤可促进分泌雌激素，看上去皮肤光洁显年轻。她建议，女性每年应做一次盆腔超声检查，有性生活者可以选择阴道超声。

## 子宫肌瘤 明显“黄脸婆”要警惕

因为脸色很萎黄，林女士做了个血常规发现贫血，林女士以为是月经量过多引起、可以慢慢好转，但医生告诫她，以她那么严重的贫血，需要诊断一下是否有子宫肌瘤。

专家表示，女人在一生中得子宫肌瘤的几率很高，发病率为20%~50%，与不孕、流产密切相关。“以前认为子宫肌瘤>6cm就做手术切除，现在认为>6cm没症状不用治疗、有症状才切除。症状则是看有否月经过多导致继发贫血且药物治疗无效，严重腹痛、性

交痛，体积大或引起压迫症状如尿频、便秘等，确认为不孕、流产的唯一原因，怀疑有肉瘤变等情况，若有应做手术切除。

子宫肌瘤是一种激素依赖性肿瘤。因此，专家建议，女性日常应尽量减少接触动物雌激素和植物雌激素，大豆、豆浆、蟹黄、木瓜等食物最好少吃；少去美容院做卵巢保养、面部护理，提防违规添加雌激素的护肤品。另外，女性在怀孕前最好做B超排查子宫肌瘤，因为孕期可因体内激素激增而导致肌瘤迅速增大，威胁母婴健康。

## 宫颈癌 爱爱总见红要做排除检查

“女人不生小孩易得卵巢癌，但是生小孩太多，又可能得宫颈癌。”专家指出，宫颈癌的发生率死亡率双高，病因包括但不仅仅是人乳头瘤病毒感染（HPV感染）。HPV病毒大概有150多种亚型，其中35种可感染妇女生殖道，高危HPV包括16、18、31、33、35、39、45、51、52、56、58、59、68、66等（14种），尤其以HPV16和18型危险性最高，中国人中53、58型也很常见。

专家介绍，宫颈癌发病年龄是

40~60岁，但日益年轻化。要预防从小开始：9~13岁的女孩接种HPV疫苗，男孩也可以打，男孩必要时做包皮环切可降低传染HPV的可能；女人30岁后要开始常规做HPV检测+细胞学检测（TCT），同时注意性卫生，避免多性伴侣，生育2~3个孩子为宜。她指出，HPV疫苗可以降低70%的发病率；有性生活的女性其实就可以做HPV+TCT，连续2年阴性的话，可以5年后再做一次。

## 子宫内膜增生 “大姨妈”时多时少来不停

“子宫内膜增生可发生于30~40岁的女性，也可以见于绝经后的女性。”专家称，绝经过渡期月经过多的女性，容易发生子宫内膜增生。“子宫内膜增生是内膜癌的一种癌前病变，主要表现为异常子宫出血。”专家介绍，子宫内膜增生分为非典型增生和不典型增生，非典型内膜增生20年内发展为内膜癌的风险<5%。相比之下，患者更要警惕不典型子宫内膜增生。这是癌前病变，其4年累积癌变率为8%，9年时累积癌变增至12.4%，19年

时累积癌变上升到27.5%。

专家表示，有的人绝经后服用雌激素替代治疗，雌激素可导致子宫内膜过分增生，为防因此导致子宫内膜癌，应同时服用孕激素，拮抗雌激素，不让子宫内膜过分增生。她建议，40岁以上有阴道异常出血、子宫内膜增厚的人，首先应该做分段“诊刮”（刮宫），不能明确者再进一步做宫腔镜检查，而绝经后异常阴道出血，首选阴道B超初筛。

（梁瑜）