

## 6个疾病征兆 需高度警惕

我们的身体,总会时不时出现这样或那样的不舒服,有些“无伤大雅”,有些却可能是某种重要疾病的前兆。为此,我们列举了需要高度警惕的6个疾病征兆,每个人都该牢记。

### 男性睾丸部有肿块

这应该引起足够重视,同时还要检查腹股沟处有没有肿块存在。因为睾丸癌在睾丸处比较常见,但在腹股沟一带则不是很常见。男性应当在淋浴时进行自我检查,并不要求必须每天都做,但应该每隔一段时间检查一次。

### 说话含糊不清,弱不禁风,手足麻木、刺痛

这些症状都是中风的征兆,早治疗可以防止永久性大脑损害,挽救生命。其中,说话含糊不清最容易被忽视,但一定要警惕,这可能是脑血栓或脑出血的征兆。

### 大便颜色无缘由变黑

这可能意味着小肠的溃疡面出血,应该马上就医,排除癌症的可能。虽然我们吃的食物也会改变大便的颜色,但是,黑色、柏油色便则意味着出血的部分在消化道的上部,这可能是出血性溃疡或癌症的征兆。

### 头痛并伴随颈部僵硬

这可能预示着出现了脑部严重感染,即脑膜炎。如果你的下巴抵不到胸口,可能意味着患有细菌性脑膜炎,应该立即就医,以免感染并损伤大脑。

### 女性绝经后再出血

这可能是癌症的警告信号。在绝经后,发现仍有出血现象,有些女性可能会认为这是一种残留或者尿中的分泌物,但其实是宫颈癌的一个征兆,最好及时治疗。

### 不明原因的消瘦或厌食

如果你正在调整饮食习惯,出现上述症状是正常的。但如果你的饮食方式没有改变,却明显消瘦,就可能有问题了,应该及时到医院进行检查,因为这可能是抑郁症、糖尿病或癌症的前兆。不过,对于卵巢癌患者来讲,情况正好相反,因为腹部有肿胀,很多女性会误以为自己发胖了。

鹤壁市爱民医院泌尿外科  
健康热线:3368120 6996120  
地址:鹤壁新区淇河路与107交叉路口向西50米

# 保护直肠 从吃开始



结肠直肠癌是结肠或直肠内的细胞异常生长所形成的癌症。源发在结肠部位的癌细胞称为结肠癌,源发在直肠的称为直肠癌;两器官都受影响则称为结肠直肠癌。

结肠直肠癌是目前最可预防的肿瘤之一。它通常起源于结肠或直肠上皮的非癌性新生物“息肉”。如

果通过筛查,早期发现并摘除,就能阻止它变成肿瘤。医学界认为,如果及早发现,结肠直肠癌是最易治愈的癌症。

### 病因与症状

结肠直肠癌的发生与基因、饮食、家族病史、吸烟、喝酒等因素有

关,现代人饮食有许多偏向,低纤维高脂的精致饮食,导致结肠直肠癌成为人类主要死因之一。

### 从饮食预防结肠直肠癌

值得一提的是,预防结肠直肠癌应注意饮食。常吃多脂肪、少纤维饮食者,患结肠直肠癌的几率较高。研究显示,某些地区的人膳食偏重蔬菜、果类等含丰富纤维的食物,结肠直肠癌患者较其他地区的人为低。

### 膳食纤维食品

剑桥大学曾经公布一项有关饮食与癌症的大型研究,接受调查者达40万人之多。结果显示,高纤维饮食能有效减低患上致命癌症的危险几率达40%,特别是结肠癌及直肠癌。

专家认为,膳食纤维可刺激肠胃蠕动,同时也可缩短食物通过肠道的时间,减少粪便中致癌物质与肠黏膜接触的机会,将大便、毒素尽快排出体外。

膳食纤维主要来自天然的蔬菜、水果、谷类及豆类。蔬菜中的十字花科蔬菜含丰富抗氧化维生素C及胡萝卜素,可抑制致癌物质亚硝胺的合成,此类蔬菜包括花椰菜、芥菜、白菜等。而黄色和绿色蔬果中,大都含有丰富类黄酮素,其他如洋葱、苹果等食物也都含有类黄酮素。

鹤壁市爱民医院胃肠科健康热线:3368120 6986862  
地址:鹤壁新区淇河路与107交叉路口向西50米

## 天气潮热 肛肠疾病“杀”回来

天气潮热,是肛肠疾病的高复发期。预防肛肠疾病复发,最好的办法就是从饮食上着手,以清淡饮食为主,少食辛辣食物,多吃些性寒的水果蔬菜,另外适当做些提肛运动,保证足够的睡眠。寒性水果和蔬菜主要有香蕉、苦瓜、西红柿、菠菜、丝瓜、黑木耳等,中医认为这些果蔬性寒味甘,有清热、润肠、解毒的作用,可预防痔疮、肛瘘等疾病复发。据肛肠科医生介绍,80%痔疮的发作和人们的职业、饮食及生活习惯有关。

### ■4类人最易发病

- 1.是大便时有不良习惯的人,如蹲厕所喜欢看报、看报的人。这些人在平时除了要加强锻炼,避免长时间站、坐,改掉不良习惯外,还要特别注意合理饮食。
- 2.久站、久坐和长期便秘的人,如司机、脑力劳动者、白领。
- 3.妊娠妇女,由于肛门直接受胎儿的压迫会使血液回流出现障碍,再加上分娩时长时间用力,引起肛门静脉曲张。
- 4.生活起居没有规律的人,比如经常暴饮暴食、喜欢吃辛辣刺激的食物,酗酒。

鹤壁市爱民医院肛肠科健康热线:6986863 3368120  
地址:鹤壁新区淇河路与107交叉路口向西50米



## II型糖尿病 控制新理念 保护胰岛B细胞

目前,已有数类药物可以有效降低II型糖尿病患者的血糖,然而,在大多数治疗中,随着时间的推移,由于胰岛B细胞功能的逐渐丧失,血糖控制达标会变得越来越困难,河南同济医院糖尿病专家认为,我们需要改变治疗策略,在治疗高血糖的同时注重B细胞功能的保护,延缓糖尿病的进展。

英国糖尿病前瞻性研究(UKPDS)发现,胰岛B细胞功能的逐渐丧失是导致血糖逐渐升高的主要驱动力。当II型糖尿病因胰岛B细胞功能的逐渐丧失进展到需要用胰岛素分泌或使用胰岛素来控制血糖时,血糖控制的难度反而加大了,残存的B细胞功能被保留得越多,血糖的控制就越容易。

河南同济医院糖尿病科以周学林主任医师为主的治疗小组开展了以检测胰岛功能的方法来了解B细胞的功能,根据检测结果,客观科学地使用胰岛素增敏剂,有效地保护了B细胞的功能。早期使用胰岛素增敏剂治疗,可通过改善胰岛B细胞功能更好地控制血糖来减少糖尿病微血管发生的危险性,同时还可能改善一些心血管危险因素如C反应蛋白(CRP)、血脂和血压,从而减少II型糖尿病发生心血管并发症的危险性。河南同济医院糖尿病科不加选择地使用降糖药物,应提倡早期使用胰岛素增敏剂对B细胞的保护作用,将治疗的注意力从单纯的血糖控制转移到控制血糖和延缓疾病进程并重,是更理性化的治疗策略。

网站:www.hntjshbyy.com  
电话:0392-7221333  
7252111  
7252179

### 妇科门诊

## 五大“脸谱”诊断乳腺癌

乳腺癌是女性肿瘤中发病率最高的一种,已超过宫颈癌的发病率。调查显示,我国每年有4万人死于乳腺癌,成为城市女性的“第一杀手”。下面几种乳腺癌的“脸谱”大家一定要看清楚。

### “脸谱”之一:酒窝征

乳房出现“酒窝”是乳房悬韧带受累的表现。因为乳房深浅部肿瘤侵犯悬韧带,导致其失去弹性、挛缩,从而牵拉皮肤造成局部凹陷,形成酒窝状。但并非所有酒窝征都是乳腺癌,乳房慢性炎症、乳房皮下血栓性静脉炎和术后瘢痕挛缩也会造成皮肤凹陷,需仔细诊断。

### “脸谱”之二:静脉曲张

孕妇或哺乳期女性出现的单侧

乳房静脉曲张,往往是炎症或恶性肿瘤所致,最常见肿瘤是乳房肉瘤、巨大纤维瘤等。

### “脸谱”之三:橘皮征

乳腺癌皮下淋巴管受侵犯,淋巴回流受阻可致皮肤水肿,但毛囊处皮肤不会随着水肿,容易造成乳房表面凹陷,就像橘皮一样。同时不排除炎性乳腺癌可能,炎性乳腺癌往往范围更广,甚至累及全部乳腺。

### “脸谱”之四:乳头、乳晕改变

乳头下方出现肿瘤,可牵拉乳头引起乳头偏斜、乳头凹陷;侵犯乳头可致乳头溃疡、糜烂。乳腺湿疹样癌的症状是乳头结痂、脱屑、糜烂、反复不愈合。

### “脸谱”之五:乳房局部隆起

乳房肿块发展到一定程度,将隆起于皮肤表面,伴有或不伴有皮肤表面色素沉着。

如果出现上述症状,预示着乳腺癌已发展到中晚期,需立即找专科医生检查。

女性朋友应学会自查:先观察乳房有无上述“脸谱”样变化,然后触诊,检查时间宜选在每次月经结束后3天~7天,因为这段时间的乳腺不充盈,如果有异常变化,容易触摸到。

地址:新区鹤煤大道福田三区东50米市二院妇产科  
就诊热线:3289777  
网址:http://hbfc.com

### 不孕不育门诊

## 早孕试纸“漏”掉了宫外孕

以前的妇女测试妊娠都上医院,现在的妇女觉得很方便,随便住哪家药店一转,妊娠试纸就可以买回家测试,阴性、阳性一目了然。小丽就是图方便,买回试纸一测,阳性,高兴得乐翻天。认为现代科学真不简单,不必急着上医院。

谁知道,小丽的疏忽差一点要了她的命。孕后某晚,小丽突然肚子疼痛难忍,她的老公急忙送她上医院。医生诊断为宫外孕,立即手术。几天以后,小丽从医院出来,后悔死了。因为医生告诉她,这次宫外孕是完全可以避免的。如果自己测试

妊娠阳性后,到医院检查一下,做个B超,接受医生的指导,也不至于发病后差点要了命……

很多育龄女性停经后,买来尿HCG试纸自我测试。由于对尿HCG检测结果的临床意义不了解,当出现阳性结果时,就断定是怀孕而不再到医院做进一步的检查,这种做法是错误的。一般情况下,尿HCG显示阳性,则表明是已经怀孕了;但病理情况,如宫外孕、葡萄胎或绒毛膜癌等,也会出现阳性反应。只凭尿HCG结果是不能区分正常妊娠和异常妊娠的,必须进一步地检

查。

如果将宫外孕、葡萄胎或绒毛膜癌当作正常妊娠处理,任其发展下去,有时会引起严重的后果,如宫外孕可导致子宫破裂、内出血、休克甚至死亡;葡萄胎可导致大出血,少数可以恶变成癌;如果绒毛膜癌耽误治疗时间,可造成全身转移、衰竭、死亡。

值得一提的是,虽然早孕试纸号称具有99%的准确率,但你千万不可过分轻信自测结果。妇科专家指出,女性在家里做怀孕自我测试,没有医生的指导,一般测试结果只能

达到50%~75%的精确率。所以应该到医院进一步确定。就算是确定了正常妊娠,也不能高枕无忧。为了确保您和胎儿的健康,必须定期到正规医院进行孕期检查,接受专科医生的孕期保健指导,对孕妇和胎儿进行监测,了解胎儿的生长发育情况,才能及时发现异常,并给予相应的治疗和处理,以达到优生的目的。

鹤壁市爱民医院不孕不育健康热线:3931357 6996106  
地址:鹤壁新区淇河路与107交叉路口向西50米