

姚贝娜患乳腺癌去世的消息直到现在还没有停息,朋友圈里感叹、悼念的文章依旧被疯狂地转发,有人说天使把她带到天堂去唱歌了,而她留给世人的不仅仅是歌声,还有警醒。这个事件,引起越来越多的人开始关注乳腺健康,成都某航空学院的女生甚至裸身出境,呼吁女性关注、预防乳腺癌。



远离乳腺癌,从日常保护做起

本报记者 许跃梅

发病率高,逐渐年轻化

乳房承担着哺育下一代的重任,同时又有塑造身审美的意义,而乳腺癌却把它的美破坏掉了,成为很多患此病女性的噩梦。据了解,乳腺癌之所以被称为“红颜第一杀手”,是因为现在每年全球有超过130万女性被诊断出患有乳腺癌,占有女性癌症的16%,并且发病率逐年上升。

临沂市人民医院普外科乳腺专家、主任医师魏子国告诉记者,现如今乳腺癌的患病率不仅逐年上升,它的发病年龄也越来越年轻化,以前患有乳腺癌的主要是40岁以上的女性,而现在很多20岁左右的女性患上乳腺癌,甚至10几岁的少女也有可能患病。“广大女性同胞不能觉得自己年纪小就对此不重视,应该多了解乳腺健康知识。”

“造成乳腺癌发病率高、年轻化的原因很复杂,这和环境,食物污染有一定的关系,也和自身的生活习惯、情绪有关。”魏子国说,女性患乳腺癌和雌性激素分泌不正常有些关系,而现在很多食物含有大量激素,过多摄入就可能造成雌性激素分泌紊乱。而男性分泌雌性激素的腺体较少,这也是男性患乳腺癌几率小的一个原因。

乳腺疾病,要区别对待

“我在就诊中发现,很多女性对乳腺健康知识知之甚少,稍微有点乳腺增生的就大惊小怪,自己吓自己,也有很多女性不注重保护乳房,往往到了乳腺癌晚期才被查出,那个时候再治疗就来不及了。”魏子国说,女性应该正确对待乳腺健康问题,不盲目、多了解,有病早检查、早治疗。

魏子国告诉记者,乳腺疾病一般分为乳腺炎、乳腺增生、乳腺癌等,很多女性以为这几类疾病是递进关系,其实这种想法是完全不正确的。乳腺炎是哺乳期的常见病,指乳腺的急性化脓性感染,及时治疗能很快治愈。而乳腺增生分为生理性和病理性,生理性一般会自愈,而病理性需要就医,乳腺增生是有可能导致乳腺癌的病因之一,但并不是决定因素。

“很多女性在感受到乳房肿胀、疼痛的时候往往会过度担心,以为自己得了癌症,整个人表现出情绪低落、郁郁寡欢,这样是很不正确的,因为人的情绪和心理状态对疾病有很大影响。”魏子国说,不论是什么疾病,及早的发现治疗都有可能治愈,尤其是乳腺疾病,普通的乳腺炎、乳腺增生并不会危及生命,对疾病有正确的认知,保持良好的心态,对乳腺疾病的预防和治疗都有好处。

保护胸部,从日常保护做起

俗话说,只有防微杜渐,才能防患于未然。要想拥有健康的乳房,远离乳腺疾病,应该先从预防和保护做起。“广大女性应该意识到乳腺健康的重要性,平时注重饮食,不吃过于油腻、激素含量高的食物,多吃蔬菜蔬果。”魏子国说,偏肥胖的女性要多运动,养成良好的生活习惯,不要给自己过多的压力,同时还要保持乐观向上的心态。

“即使患了乳腺癌也有治愈的可能,但是要求及早发现及时治疗。”魏子国说,很多女性错过最佳治疗期往往是因为没有及时发现,所以女性掌握一定的自查技术是很有必要的。“自我检查胸部主要是一看、二摸。对着镜子看胸型,是否有凹陷、溢液,不对称等情况;摸的时候不能使劲按压,主要平摸,查看是否有肿块。”

除此自查之外,魏子国还提醒广大女性,每年要坚持到正规医院检查。他说,女性每年去医院进行彩超是很有必要的,这能起到及早发现的作用,而那些有可能患乳腺癌的高危人群,最好是每半年就到医院检查一次。

如何成功做准分子激光手术

眼科权威专家指出,做近视眼矫正手术的最佳年龄段在18岁~50岁。原因是人在18岁以后双眼的近视程度才能基本固定,到了50岁后,人的视力又将开始退化,所以50岁后也不适合做近视矫正手术。

而做准分子激光手术有风险,并且最大风险就隐藏在术前检查环节。据眼科专家介绍,术前检查流程全套有20余项,可排除激光近视手术禁忌症,做到零风险进手术室。在手术前,患者应停戴软性角膜接触镜(隐形眼镜)1~2周,硬性角膜接触镜4周,OK镜3~6个月。

准分子手术当日洗脸,眼部不要化妆,以免术前眼部清洁消毒困难,如清洁不彻底可使一些细小颗粒进入手术区域。不要使用香水和刺激性气味的化妆品,以免干扰激光机的工作状态而影响手术的效果。准分子手术前眼局部消毒后,不要再用手指擦拭或接触眼部。

同时,应重视准分子术后用药和定期随访。准分子激光术后用药特别重要,应该遵照医生的指导使用,不可以因为自我感觉良好而随意停药或滥用,同时应定期到医院随访,否则可导致疗效下降。一般情况下,术后能够按注意事项严格执行,并且遵医嘱按时复查和用药就能避免手术并发症的发生。一旦发生了手术并发症,如果及时发现并处理得当,大部分不会留下后遗症,也不会影响疗效。

专家推荐

崔传波,副院长,主任医师,屈光不正手术专家,温州医学院视光学硕士,山东医学会视光学副主任委员,1998年开始从事激光角膜屈光手术,已行5万多例手术,目前,主要从事高手术质量、高视觉质量的高端屈光手术研究工作。(许跃梅)

美丽健康五官 鲁南眼科相伴 主办:鲁南商报 鲁南眼科医院



山东医专附属眼科医院
山东省鲁南眼科医院

山东医专附属眼科医院是由山东省卫生厅批准并注册的一所装备齐全、技术力量雄厚,集医疗、教学、科研于一体的大型现代化眼科医院。

医院位于临沂市育才路109号占地32亩,设有白内障、青光眼、眼底病、眼外伤、视光学、斜弱视、角膜病、病尿病、耳鼻喉、口腔、美容整形等专业科室。有大型健康体检中心,随时为您的健康保驾护航。

服务热线:0539-8213927

临沂市皮肤病医院特邀权威专家孙建方教授来临沂会诊

中国医学科学院皮肤病医院的孙建方教授和北京大学第一医院的涂平教授,在我国皮肤病学界被称为“北涂南孙”的两大泰斗级顶尖专家,在国内和国际上享有较高声誉。应临沂市皮肤病医院的邀请,中国医学科学院皮肤病医院孙建方教授将于2015年1月23日来临沂市,开展疑难皮肤病会诊,现已全面接受预约挂号。就診实行预约挂号,按报名顺序安排就診,联系专家:隋连金:13695396068,刘忠艳:13791528609。

作为全市唯一的市级公立皮肤病专科医院,多年来,在临沂市卫计委的正确领导下,在社会各界的关心支持下,临沂市皮肤病医院始终秉承“以病人为中心”的服务理念,以充分发挥全市皮肤病性病防治主力军作用,不断满足广大市民日益增长的服务需求为己任,大力推行科教兴院和人才强院战略,不断加强学科建设,完善基础设施,优化服务流程,美化诊疗环境,持续改进患者的就診体验,赢得了越来越多皮肤病性病患者的

信任,并成为市民医学整形、激光美容的首选机构。

孙建方教授,中国医学科学院皮肤病医院副院长,国内最早的皮肤科博士生导师,临沂市皮肤病医院客座教授。孙教授长年致力于皮肤病研究与治疗,曾先后主持国家卫计委、自然科学基金、中国医学科学院等数十项科研课题,是中国皮肤科学界公认的权威泰斗,并在国际上拥有很高的知名度。

针对疑难皮肤病患者到大城市、名医院,找名医看病难和费用高的问题,临沂市皮肤病医院积极与中国医学科学院皮肤病医院、北京大学第一医院等国家级医院沟通协调,建立起战略协作关系,成为鲁南苏北唯一的疑难皮肤病会诊医院。临沂市皮肤病医院友情提示,孙建方教授教学、科研、诊疗任务都很重,会诊时间宝贵,名额有限,根据以往经验,每次的挂号人数都远超限额。望确有诊疗需求的患者,及早预约挂号,以免错过机会。

(许跃梅 孙琦)

一付草药 免费治疗牛皮癣

武老先生今年约八十岁左右,出生在沂水县高庄镇朱位村,说起治疗牛皮癣,武金善老人说自己走过了一条并不平坦的路,“我也曾经深受牛皮癣之苦,于是我便查阅了很多医书并结合祖上传下的一张药方配制了一服散剂,大概服用半年多的时间我发现牛皮癣症状减轻了,并且至今未复发。”正是因为深知牛皮癣带给常人的痛苦,于是在得出这剂药方之后武老先生选择为乡亲免费治疗。

武老先生表示牛皮癣就是银屑病,刚得时小红点然后起白皮,慢慢扩大成地图状有的象钱币大小,洗澡后患处发红,有时

痒有时不痒一般好发秋春季节。为了治疗自己的牛皮癣,起初武老先生也近乎尝遍百草,经过反复的实验最后这剂药方蕴含了地丁、红花、荆芥、土茯苓等二十余种中草药,打碎后制成散剂用水送服。“我配置这个药方只是为了回报社会,帮助那些深受牛皮癣之苦的人,不再让他们走弯路花冤枉钱。我从来都没想过要靠这个挣钱致富只要他们来找我说明信得过我,我一定尽力给他们治好。”武老先生如是说。聊着聊着太阳就要落山了,看到武金善老先生慈善祥和的笑容,我们也在愉快中结束了行程。武老先生电话:1476932062