

痛经也是病，或是它作怪

别以为忍忍就过去了，拖着不治，可能会越来越痛

记者 刘通 通讯员 谢静

子宫内膜异位症类型繁多 出现这些情况需提高警惕

王立杰介绍，所谓子宫内膜异位症(内异症)，是指子宫内膜组织在子宫腔被覆内膜及子宫以外的部位出现、生长、浸润，反复出血，继而引发疼痛、不孕及结节或包块等。

内异症是生育年龄妇女的多发病、常见病。据统计，约10%的生育年龄妇女患有内异症，20%至50%的不孕症妇女合并内异症，71%至87%的慢性盆腔疼痛妇女患有内异症。

根据发生部位，内异症分为卵巢型、腹膜型、深部型三大类。

所谓卵巢型内异症，是指发生在卵巢上的子宫内膜异位囊肿，里面是类似于巧克力样的陈旧性液体，因此也被称为“巧克力囊肿”。

子宫内膜异位至盆腔腹膜被称为腹膜型内异症，一般表现为红色病变、紫蓝色病变或白色病变。

而深部内异症，则会累及腹膜下超过5毫米，根据累积部位，又可以分为肠道、输尿管、膀胱内异症。

“痛经是内异症最常见的症状之一，子宫内膜异位症患者中，大约70%的人 would 感到疼痛。”王立杰表示，“这种疼痛不仅会影响生活和学习，并且会进行性地加重。

在经期，有的女性起初只是疼半天，随着疾病的进展，开始疼一天甚至整个月经周期。还有的人，最初只需要服用一片止痛药，就可以抑制疼痛，但随着时间推移，药物剂量和使用种类越来越多。”对此，王立杰也提醒每一位女性，若经期总是疼痛异常，务必前往医院做相关检查。

壹问医答 关注女性健康

很多女性都有过“痛经”经历，大部分人觉得这不过是正常生理现象，“忍忍就过去了”。但是，长期痛经也可能是子宫内膜异位症在作祟。子宫内膜异位症是一种什么样的疾病？有哪些早期症状？近日，山东大学齐鲁医院普通妇科副主任、中国医师协会子宫内膜异位症专业委员会委员王立杰做客“壹问医答”直播间，就子宫内膜异位症的早期诊断与长期管理展开科普讲座，护航女性健康。



除引发痛经外，内异症一般还会引发包块或结节，让患者有压迫症状。“压迫到不同的位置，患者就会有相应的症状，比如包块发生在膀胱，就会出现泌尿系统症状，如尿频、尿痛甚至经期血尿等；如果包块发生在肠道，那患者可能还会有血便情况。”王立杰

提醒，如果自己身体不适的症状，与月经周期相关，最好前往医院请医生排查。

长期疼痛将致中枢敏化 上网自诊不可取

如果给疼痛打分，很多内异

症患者，会给自己感受到的疼痛打满分。在门诊接触的患者中，王立杰会让内异症患者给自己做视觉模拟评分实验。

“从0分至10分，分值越高，代表的疼痛级别也越高。”王立杰说，大部分内异症患者，都会给出10分的评分，可见内异症疼痛对其造成的影响。

值得关注的是，内异症带来的痛感，并不会随着患病时间延长，让患者对疼痛的忍耐程度变高，变得越来越“耐疼”。

恰恰相反，长期疼痛，反而可能导致中枢敏化。“同样的疼痛刺激，没有敏化的人可能感觉不到疼，但敏化的人，可能会感觉非常疼。”王立杰说。

此外，长期的疼痛，还将导致内异症患者学习、工作、社交等受到影响。

“除了躯体症状，一些女性还会出现焦虑抑郁等精神疾病。”王立杰表示，有专门机构曾对内异症患者做量表调查，发现她们的社会职能、情感生活等均受到了疾病的明显影响。

由于内异症的表现症状涉及个人私密部位，很多女孩会羞于向家人表达，更不会寻求医生帮助，而是根据自己的现状，在网络上寻找答案，自诊自治。

对此，王立杰提醒说，虽然网络科普文章能够提供有用的信息，但这些内容并非适合所有人。一些信息可能具有误导性或危险性，如自我诊断或错误的药物使用等，可能对健康带来负面影响。

因此，建议身体不适的女性，最好先到医院就诊，以便准确了解自己的病情，使用正确的治疗药物。

内异症病因尚不明晰 有些人群需格外注意

疾病的预防一般分为三级，分别是一级预防、二级预防、三级预防。

一级预防，通常是在疾病尚未发生时，针对致病因素或危险因素采取措施，是对疾病预防的根本措施。

二级预防，是对疾病的临床前期做好早期发现、早期诊断、早期治疗，是为防止或延缓疾病的发展而采取的措施。

三级预防，是在疾病的临床期，针对患者采取积极的治疗措施，及时有效防止病情恶化，预防并发症和残疾。

王立杰说，内异症确切的病因及发病机制尚未完全阐明，但经血逆流种植学说已被公认。

鉴于阻止或减少经血逆流，可以减少腹膜内异症病灶形成，因此痛经或月经过多者，使用短效COC，手术中注意规范操作、保护术野，都有助于内异症的预防。

同时，对内异症早诊断、早治疗，也有助于控制疾病进展，保护生育力，避免不良结局。

在年轻女性盆腔痛的诊断中，应尽早考虑内异症的可能，符合内异症临床诊断无需手术确诊，即可开始药物治疗。

子宫内膜异位症的好发人群，更需要格外关注自己的健康状况，如有不适要及时就医。

高危人群包括：

1. 76%的子宫内膜异位症患者，发生年龄为25-45岁；

2. 晚生育或不生育女性，孕期或哺乳期可抑制卵巢功能，可预防和治疗子宫内膜异位症；

3. 多次人流手术、剖宫产手术或宫腔操作的人群，会增加患病风险；

4. 有家族史人群，若姐妹或母亲患内异症，自己患病风险比一般人群高数倍。

一到春天，孩子就过敏咋办？

记者 韩虹丽 通讯员 曹坤 刘学鸣

春暖花开，万物复苏，让人心情愉悦。不过，也有人对春天避之不及。尤其是容易过敏的孩子，面对大好春光，只能“窝”在家里。

近日，不少有“鼻塞、流涕、鼻痒、打喷嚏、流泪、皮疹、咳嗽、喘息、胸闷”等症状的患儿，来到山东省立三院儿科问诊。经检查发现，绝大多数患儿与过敏有关。

拿到检查报告单，很多家长都是一头雾水。为啥宝宝会过敏？该怎么治疗呢？一起来听听山东省立第三医院儿科主任、知名专家马燕的详细解读。

过敏分为四种类型

马燕主任介绍，过敏就是对环境中某些物质的过度反应，是以引起组织细胞损伤，或生理功能紊乱为主要结局的异常的免疫应答。

过敏反应分四类：I型又称速发型，II型又称细胞毒性型，III型又称免疫复合物型，IV型又称迟发型。

马燕说，儿童经常出现的过敏症状不同。皮肤以过敏性接触性皮炎为主要表现，表现为红斑、丘疹、糜烂、水肿、瘙痒、风团等。

呼吸系统过敏为鼻塞、鼻痒、打喷嚏、流鼻涕、咳嗽、喘息、胸闷、呼吸困难等。

消化系统过敏则表现为恶心、呕吐、腹泻、腹痛、便秘、血便、发育迟缓等。

心血管系统过敏严重者，还会引起过敏性休克。

春季外出 注意这些过敏原

有的宝宝一到春天就容易出现过敏症状，主要是因为可能存在与生俱来的过敏体质。

所谓过敏体质，主要是指对于某些过敏原的刺激，具有高反应性

春季过敏 小科普

春天为什么过敏高发？

既往患有疾病

皮炎、湿疹、荨麻疹、特应性皮炎、鼻炎、哮喘等
可远离过敏原

不合理护肤

去角质产品使用较多、频繁过分烫洗、未使用保湿防晒等护肤品
应选用合适的护肤品

生活习惯和神经因素

刺激性饮食、熬夜、失眠、精神紧张、疲劳过度
可规律作息、合理饮食、舒缓情绪

和低自适性的一类体质。这种体质与遗传密切相关，有家族聚集倾向。“具有过敏体质的人，易患过敏性鼻炎、过敏性哮喘、过敏性咳嗽、湿疹、荨麻疹等疾病。”马燕说。

春天万物复苏，空气中充满了各种致敏物质，比如花粉、草籽、柳絮等，这是导致过敏性疾病的主要祸首。此外，由于季节更替，宝宝机体的各个系统，尤其免疫系统会有一个适应过程，在这个过程中，免疫功能的调节一旦出现偏差，打破平衡，就很容易发生过敏情况。

检查过敏原 更了解自己的体质

过敏原在医学上的定义，是能够引起机体免疫系统异常反应的成分物质。马燕说，若是孩子患有过敏性疾病，就要进行过敏原检查，“通过积极找出过敏原，可以有效回避过敏因素。”

常见过敏原分为以下几种：

吸入性：尘螨、花粉、霉菌、动物毛屑、蟑螂等。

食入性：花生、鸡蛋、牛奶、水果、小麦等。

接触性：油漆、乳胶、清洁剂等。“检测过敏原的方法，有血清特异性IgE测定、食物特异性IgG4检测、口服食物激发试验、皮内试验、点刺试验、斑贴试验等。”马燕说。

建议患有鼻炎、慢性咳嗽、支气管哮喘、反复皮疹，以及呕吐、腹痛、便秘、生长缓慢、父母存在过敏性疾病等患儿，完善过敏原检测。

马燕主任特别提醒各位家长，过敏性疾病的病程与年龄增长相关，早期控制尤为关键。婴幼儿期过敏表现，多为食物过敏、湿疹等；学龄期逐渐出现过敏性鼻炎症状，若不加以控制，有可能发展成哮喘，对生活造成很大影响。

“对于过敏的治疗，目前有回避过敏原、药物治疗和特异性免疫治疗等方式。”马燕说。