



远离宫颈癌， 自查和预防是关键

保健医师:步建芬
市中西医结合医院(市二院)妇科



杨吉岭 杨冷

宫颈癌是女性常见的恶性妇科肿瘤,高发于40-50岁妇女。宫颈癌患者早期多无明显异常症状,往往一经查明就已经恶化,严重威胁女性的生命健康。

根据29个省、市、自治区回顾调查显示,我国宫颈癌死亡率占所有癌症死亡率的第四位,占女性所患癌症的第二位。宫颈癌患者的平均发病年龄,各国、各地报道也有差异,我国发病年龄以40-50岁为最多,60-70岁又有一高峰出现,20岁以前少见。

有过性生活的女性都有患宫颈癌的潜在风险,和普通癌症不一样的是,宫颈癌是唯一明确病因的恶性肿瘤,超过90%的宫颈癌都是HPV病毒感染引起的。预防宫颈癌,必须远

离危险因素。高危型HPV感染、有多个性伴侣或者初次性生活年龄小于16岁,并且有多产、早产、早婚、早育史,吸烟是患宫颈癌的高危因素。长期口服避孕药、家族遗传、妇科检查器械造成的伤害也会增加子宫颈癌发病的风险。如果符合以上条件,一定要做好定期检查。

据研究显示,宫颈癌最开始的一期状态,治愈率可以达到80%-90%,二期治愈率60%-70%,三期治愈率40%-50%,一旦病情进展到四期,治愈率仅为10%。由此可见,早发现、早治疗是非常重要的。宫颈癌筛查包括TCT和HPV检查。一般建议有性生活之后开始每年检查1次,如果连续3年阴性,可以3年检查1次。如果每年都检查可以更准确一些,一直检查至少65岁。

目前,宫颈癌是唯一一个可以用疫苗进行预防癌症。宫颈癌疫苗主要是通过预防宫颈感染HPV病毒,进一步预防宫颈癌的发生。目前临床上主要针对宫颈癌预防HPV感染

的疫苗,主要有国产二价,进口二价、四价和九价。

二价疫苗:可预防HPV16\18高危病毒型别,接种年龄9-45岁。

四价疫苗:可预防HPV16\18高危病毒型别和6\11低危病毒型别,可接种年龄为20-45岁。

九价疫苗:可预防HPV16\18\6\11\31\33\45\52\58九种病毒型别,可接种年龄为9-45岁。

HPV感染主要通过性行为传播,其感染率高低主要取决于人群的年龄和性行为习惯。结合我国实际情况,9-15岁的接种者感染HPV的风险小,接种HPV疫苗的获益最大。因此,9-15岁女性是我国女性接种HPV疫苗的“黄金年龄”。

总而言之,宫颈癌防治越早、越小越好,广大女性朋友关爱自己,要从关爱宫颈开始,充分认识宫颈癌的危害性,重视宫颈癌筛查和宫颈早期病变的随诊诊治,才能避开宫颈癌的夺命杀招。

牙齿残根不拔除， 会有什么影响？

护齿卫士:张广峰
市口腔医院主治医师



高雨 杨冷

到市口腔医院就诊的患者中,存在牙齿残根问题的人有很多。如果残根不拔除,会对人体健康造成什么危害呢?

口内的残根会成为感染源。牙齿是一个空心结构,如果大面积龋坏,牙髓腔、根管就会暴露于口腔的有菌环境之中,细菌可以通过根管直达牙根尖外部而进入颌骨中,在根尖周围发生急性炎症或慢性炎症,继而有可能引起根尖肉芽肿或牙龈瘘管,如果未能得到及时治疗,就有可能发展为根尖囊肿,造成上、下颌骨大面积的破坏,更甚者致面部皮肤瘘,严重影响面容。这些,都会对后期的修复造成不必要的麻烦。

上颌后牙的残根靠近上颌窦底部,根尖的感染常会突破上颌窦底进入上颌窦,导致头痛、鼻阻塞、鼻分泌物增多等上颌窦炎症。

残根有着很强的“引菌作用”,会成为细菌滋生繁殖的“大本营”,导致长期慢性疼痛、牙龈出血、红肿、牙松动、咀嚼无力。严重的牙周炎有时会从病灶处蔓延至邻近牙齿,导致邻近牙齿的炎症和松动。

血液循环将病灶中的细菌和其产生的毒素,源源不断地通过血液循环输送到全身各个器官,导致病变。没有处理过的残根还容易造成口腔溃疡,这种长期不良刺激已成为口腔癌的致癌因素。

很多患者因为口腔异味到医院就诊,口腔异味的原因有很多,残根内滞留食物是主要原因之一。残根不好清洁,极易藏污纳垢,食物残渣再次发酵就会产生异味,对患者造成一定影响。而且滞留的细菌种类和数量的增加,会直接影响整个口腔健康。

残根还会引起咬合关系紊乱。由于牙冠缺失,使邻近的牙齿向残根处倾斜,对颌牙伸长,进而造成咬合紊乱,给后期的修复带来不便。

乳牙的残根可能引起恒牙的牙釉质发育不全,遗留的残根还可以引起恒牙萌出过早或过晚,影响恒牙萌出的时间和位置,导致牙列不齐。

未经完善治疗的残根,短期内也许不会出现任何症状,但可能会成为一种慢性病灶,引起疼痛、局部炎症,甚至导致全身疾病。所以,对于有保留价值的残根,建议尽早行根管治疗,打桩做牙冠修复。而对于没有保留价值的残根,建议尽早拔除。

“电子鸦片”的危害不容忽视

耕心医生:周军 市精神卫生中心强制医疗科副主任医师



沈蕾 胡启梅 杨冷

近年来,因网络成瘾诱发的案件屡见诸报端,青少年因沉迷网络游戏而荒废学业、离家出走、实施犯罪,甚至猝死网吧的事件屡见不鲜。大量案例一再警示人们:网络游戏这种“电子鸦片”的危害不容忽视。

网络成瘾,会影响人们的身体健康。沉迷网络的人,会长时间连续上网,这一过程中,个体的新陈代谢、生物规律、饮食习惯都遭到破坏,进而容易导致体质下降。研究发现,沉迷网络的人容易表现出内分泌系统紊乱、免疫力下降等特征。并且,这一影响对正处于生长发育期的青少年更大。

网络成瘾,会影响人们的心理健康。由于上网活动更多在于人机互动,会导致个体对现实刺激缺乏相应

的情感反应。表现为个体对亲友冷淡,对周围事物失去兴趣,甚至家庭关系紧张等。同时,过度沉迷于网络提供的虚拟角色,往往容易出现迷失自我,导致对现实中的自我缺少正确的认识,进而诱发多种心理问题。

网络成瘾,会影响学习和工作。长时间上网,必然会挤占人们正常的学习、工作时间,降低人们对学习、工作的兴趣和效率。沉迷网络也是造成大学生、中学生成绩下降、辍学、肄业和无法按时毕业的原因之一。

网络成瘾,会诱发青少年犯罪。上网不是免费的,而且很多网络行为,比如网络游戏,都需要大量的金钱付出。如果正常渠道无法满足上网者的上网费用,就可能诱发他们采取非法手段去获取。

如何预防网络成瘾?还需从以下几方面入手。

父母的陪伴。有人说毁掉孩子的不是手机、网络,而是空虚。目前很多孩子都是独生子女,缺少玩伴,如果家长再无法陪伴,孩子就会感到

孤独、寂寞,转而从网络中寻找陪伴和乐趣,这种情况就容易网络成瘾。

良好的亲子关系和家庭氛围。不要仅凭学习成绩评价孩子,要善于发现孩子的优点,平时多表扬、鼓励孩子,增加孩子的自信心。

家长是孩子的第一任老师,要言传身教。要求孩子放下手机之前,父母首先要做好表率,减少使用网络和手机的时间,让孩子知道自己使用网络和手机的目的,让孩子了解电脑和手机只是学习、工作的工具,要和

孩子一起控制上网时间。规定好每天、每周的上网时间。一定要遵守规定,绝不能违反,要有奖惩措施。手机或电脑绝不能带到卧室,只能放到客厅等公共区域。

积极培养兴趣爱好,创造和同伴接触交流的机会。很多网络成瘾者性格比较内向,没有朋友和社交,兴趣单一,所以要多培养孩子的兴趣爱好,广泛地参加社交活动,在活动中感到满足和快乐。