

外阴瘙痒并非都是阴道炎，还有可能是外阴癌前病变

健康卫士：苏红
市妇幼保健院妇科副主任医师

钱菁璐 曹婷婷 杨玲

50多岁的刘勍(化名)因反复外阴痒辗转多地就医,现出现外阴部分破溃,外阴活检病理提示外阴鳞状上皮内病变。刘勍无比焦虑,拿着病理报告来到市妇幼保健院妇科专家门诊就诊。专家详细了解她的病情后,当天就为其在局麻下做了激光治疗。目前,刘勍正在逐渐恢复中。

妇科门诊接诊的患者中,外阴瘙痒者较为常见,也正因为这种症状多见,很多患者并不太当回事。其实,外阴瘙痒不一定是阴道炎,还有可能是外阴癌前病变。

要了解外阴鳞状上皮内病变,首先要知道什么是外阴鳞状上皮内病变。

什么是外阴鳞状上皮内病变?

外阴鳞状上皮内病变属于外阴鳞状细胞癌的癌前病变,既往也被称为外阴鳞状上皮内瘤变(VIN)或外阴上皮不典型增生。

依据与 HPV 的相关性,2020年WHO第5版女性生殖器官肿瘤分类将外阴癌前病变分为 HPV 相关的鳞状上皮内病变(VLSIL和VHSIL)和非 HPV 相关的鳞状上皮内病变。

外阴低级别鳞状上皮内病变(VLSIL):也称为VIN I级,是低危或高危型 HPV 感染引起的皮肤反应。>90%的VLSIL与低危型 HPV6、HPV11型感染有关,少数与高危型 HPV16、HPV18型感染有关。

外阴高级别鳞状上皮内病变(VHSIL):包括VINII-III级,大多数是由于 HPV16感染引起的,其次是 HPV33型和 HPV18型,高危因素包括 HPV 持续感染、免疫抑制、性伴侣数和吸烟等。

分化型外阴上皮内瘤变(dVIN):和 HPV 感染无关,其具体病因不清楚,可能与外阴硬化性苔藓、扁平苔藓、鳞状细胞异常增生、外阴慢性皮肤病、自身免疫性疾病及年龄等有关。

外阴鳞状上皮内病变有哪些表现?

外阴鳞状上皮内病变以固定性瘙痒为主,其次为外阴不适、灼烧感及疼痛等,但缺

乏特异性,部分患者无症状,仅体检时发现,易漏诊。

查体可见外阴色泽及质地改变,外阴病变的表现多样,病灶的数目、大小、形态、颜色、厚度和性状互有不同。皮损可为单发或多发。典型的外阴病变为隆起样丘疹,表面角化、粗糙,颜色可以是白色到红色、灰色、蓝色或棕色等。由于搔抓,皮肤黏膜表面常有破损、糜烂、溃疡、渗出物或结痂等。

外阴鳞状上皮内病变如何诊断?

外阴鳞状上皮内病变临床特异性差,像外阴苔藓样病变、接触性皮炎、外阴阴道假丝酵母菌病、尖锐湿疣、外阴湿疹等均可伴有反复外阴瘙痒,需仔细甄别。

肉眼检查难以区分不同类型的外阴病变,推荐活检取材。阴道镜检查,可精确定位外阴皮肤病变范围,指导活检区域定位。病理是诊断外阴癌前病变的金标准。

外阴鳞状上皮内病变如何治疗?

外阴鳞状上皮内病变治疗主张个体化,原则是预防癌变,保留正常解剖结构,缓解临床症状,维持生活质量和性功能。

治疗方案包括:随访观察、药物治疗、物理治疗、手术治疗和联合治疗。

由于外阴鳞状上皮内病变趋于年轻化,故在保证治疗效果的前提下,尽量采用保守性或更小范围的手术,尽可能地保留外阴的正常解剖和生理功能。按照治疗指南首选激光治疗,一般采用 CO₂ 激光,其疗效与手术相似,但对外阴形态及功能损伤较小,不留瘢痕,并发症少,恢复快,对生活质量、性功能等的影响小。不住院,随治随走。

外阴鳞状上皮内病变治疗后仍有出现疾病进展及复发可能,需加强外阴鳞状上皮内病变治疗后的随访,必要时对可疑复发部位再次或多次活检。一般治疗后6个月和12个月随访,之后每年一次定期随访。



一次体检,就能全面掌握健康状况?

对话医生:苗仁杰
市三院检验科初级技师



景梦瑶 杨玲

在现代医学中,体检和各种医疗检验项目已经成为评估身体健康状况的重要手段。然而,很多人误以为一次体检结果正常,就意味着身体健康。事实上,这种观念是不准确的。

首先,检验结果只是体现身体状态的一个方面。体检和检验项目主要是通过测量和分析血液、尿液、体液等样本中的生化指标、病原体、肿瘤标志物等来评估身体的健康状况。然而,这些指标只能反映出某一时刻的身体状态,不能全面反映身体的健康状

况。

其次,检验结果受到多种因素的影响。人体的生理状态、饮食习惯、生活方式等都会对检验结果产生影响。例如,如果一个人在体检前进行了严格的饮食控制,可能会导致血糖、血脂等指标偏低,从而使得检验结果正常。然而,这并不意味着其身体健康状况良好。另外,一些疾病可能在早期没有明显的症状,此时的检验结果可能仍然正常。因此,仅凭检验结果正常不能完全说明身体健康。

再次,一些疾病可能无法通过常规检验项目检测出来。虽然现代医学的检验技术已经非常先进,但仍有一些疾病无法通过常规检验项目检测出来的情况。例如,早期肿瘤、某些遗传性疾病等。

最后,身体健康是一个综合性的概念。除了生化指标、病原体等方面的检测,还需要考虑心理健康、生活习惯、环境因素等多个方面。例如,一个人当前各项生理指标正常,但是长期处于高压环境中,导致心理压力过大,时间久了,也会影响身体健康。

综上所述,体检和检验项目只是评估身体健康状况的一种手段,不能代替全面的健康评估。而且,在体检时,还应积极提供个人健康信息,比如病史和症状。医生会根据这些信息分析受检者的身体状况,若有必要,会提出进一步检查的建议。

为了保持身体健康,除了定期体检,还应注意饮食均衡,适度运动,保持良好的心理状态,只有综合考虑身体的各个方面,才能真正实现健康。

夏季养生有讲究

本期对话:户亚格 市中医院妇科主治中医师



景晓轶 杨玲

夏季阳气外发,伏阴在内,气血运行也旺盛起来,活跃于机体表面。夏季养生重在精神调摄,保持愉快而稳定的情绪,切忌大悲大喜,以免以热助热,心静自然凉可达到养生目的。

夏天气候热、流汗多、易干燥,身体很容易出现不适。在夏季,不仅要补充水分,还要做到饮食调理。夏季饮食调养以清心防暑、滋阴生津为主。夏季食欲减退,脾胃功能较弱,如果过食肥甘厚腻之物,则致损胃伤脾,影响营养消化吸收,有损健康。因此,绿豆、薏苡仁、蔬菜、瓜果、百合、玉竹、瘦肉、鳝鱼、鸭肉等,均是夏季进食佳品。另外,夏天饮食不可过寒,虽然天气热,但也不应食用过量的冰冻

食品,以免使肠胃受到刺激而损伤,夏季适宜喝一些消暑、补气生津的饮料,有助消暑、清热解暑,饮料不宜多喝。

夏季天气炎热,气温高而多雨,人们出汗多,易导致身体疲劳从而容易引起心情烦躁。在夏季,尤其要学会调节好自己的情绪。不妨吃一些莲藕,既可通气,又可养心安神;白萝卜有顺气健胃的效果,可适量食用;还可以选择泡一杯橘子皮茶,起到消气、顺气的作用。此外,还可以培养一些兴趣爱好,转移自己的注意力,避免烦躁生气。

有研究表明,科学有效的午休可改善大脑代谢,使上午劳累的脑神经获得更加充分的新鲜血液和养料。特别是在炎热的夏季,气温较高,经过一上午的学习或工作,身体会十分疲惫,中午睡一会觉,会使精神迅速恢复,有更充足的体力和精神投入到下午的学习工作中。

虽然夏季炎热,但保持一定的户外运动量也是不可或缺

的。女性在夏季进行适量户外运动可以改善气色,促进血液循环,起到促进新陈代谢和排毒护肤的作用。由于夏季运动会大量出汗,必须及时补充水分,最好是淡盐水或矿物质饮料,以保持正常的机体代谢平衡。但不宜快速大量饮水,更不能运动后立即吃冷饮。

夏季日照时间长,天亮得早黑得晚。因此,人们起居和作息的时间也应随之调整,并且尽可能的定时起睡。在夏季,更应该给自己规定一个严格的起睡时间,绝不无故违反。夏季最佳就寝时间是22:00—23:00,最佳起床时间是5:30—6:30。夏季炎热,很容易影响人们的睡眠,但良好的睡眠习惯一旦养成,就比较容易排除气候对睡眠的干扰,早晨也会自然舒适地醒来,各种生理节律均可安然运行。

总之,夏季养生保健还需讲究祛心火,慎寒凉,劳作起居要适量,保持心情愉悦,这样,才能让机体安然度夏。