

接受专业、中医药乳房养护——

省直中医院 开设乳腺中医养护门诊

朱洁



省直中医院乳腺科医疗团队

不久前,哺乳期的刘女士,在社会上的机构催乳导致急性乳腺炎。本以为在自己常消费的美容美容机构,可通过精油按摩等服务疏通乳腺,不料越按摩情况越严重,刘女士出现双乳肿胀、发硬发红、发烧不退等症状。经人推荐,刘女士来到省直中医院乳腺中医养护门诊治疗。经穿刺抽脓、中药外敷等,刘女士的病情得以痊愈。

“如果刘女士早些来的话,早期的乳汁淤积无须穿刺抽脓,治疗更加容易;当然,她的治疗还算及时,有些女士在社会上的美容美容机构浪费了太长时间,病情被耽误甚至出现恶化。”省直中医院乳腺科主任赵希介绍。

本月,该院乳腺科收到一位40出头的病人黄女士。一年前,

她体检时发现左乳有结节。身边一位朋友介绍她去某美容院按摩,告诉她通过几个疗程的经络按摩,结节可散去。黄女士买了卡并接受了1年多的按摩“治疗”,但结节却丝毫没有消散,反而摸起来越来越大。到省直中医院接受检查后,医生发现她的乳腺结节摸起来硬且固定,建议穿刺化验。“确诊是CANCER(癌症)。不幸中的万幸是,还好是早期。我们帮她做了乳腺瘤保乳手术。黄女士并没有失去乳房。”赵希说。

为满足越来越多患者对乳房保健的需求,去年底开始,省直中医院特别开设了乳腺中医养护门诊。在这里,女性朋友可接受专业的、安全的、中医药乳房养护。

设立初衷:

社会机构鱼龙混杂,传统乳腺科服务滞后

乳房既是女性的骄傲,也是女性的烦恼。健康的乳房增添了女性的迷人气息,但是乳房疾病高发又日渐成为当今女性健康的困扰。近年来,随着人们生活水平的提高,越来越多的女性关注乳房的健康和保养。

有专业人员和专科设备,但提供的服务暂时不能满足新时代女性的需求。“为解决这一矛盾,我们在健康中国理念的指引下,发挥中医药优势,特别设立了乳腺中医养护门诊。”赵希介绍。

正是在这种市场需求下,社会上涌现出大批美容美容机构以及产前产后服务,争抢女性乳房健康保养市场。但由于培训不到位、服务人员没有医学背景、专业知识不够等原因,社会上类似的机构良莠不齐、鱼龙混杂。

据悉,省直中医院乳腺中医养护门诊开设以来,接待了株洲地区乃至众多省内外的患者。来这里做治疗和保养的女士,有病治病,无病防病,通过专业的中医穴位按摩、经络理疗、推拿针灸等传统中医疗法,保养呵护乳房,取得了很好的效果。

养护特色:

专业鉴别+中医治疗+中药调理

和社会上鱼龙混杂的机构相比,省直中医院乳腺中医养护门诊有哪些优势和特色?

省直中医院乳腺科主任赵希认为,第一个优势是专业的鉴别和鉴别。虽然前来的病人需求都是以养护为主,但不同的情况、不同的程度处理方法是不一样的。是吃药,还是外敷?是推拿,还是需转入其他治疗病房手术?都需要基于正确的鉴别和诊断。不能误诊,也不能过度治疗。

人员的专业性。省直中医院乳腺中医养护门诊的医生或是护士,在乳腺的推拿、穴位、组织解剖、生理病理等知识方面,都是专业的。他们的推拿、按摩手法不会伤害乳腺。比如,在这里,哺乳期的乳腺疏通是不痛的。

第三个优势主要是发挥省中医院的中医药特色,乳腺中医养护门诊的病房是中医经典病房,不开刀、不用西药。另外,治疗过程中,亦不会用精油等可能含有雌激素的用品,均是纯中药。



赵希

健康科普

生活中如何保养乳房

1. 选择适合自己的胸罩

对于女性朋友来说,想要维持好胸形,那么过紧和过松的胸罩都是可能会对乳房不利的。而假如过紧的话,就可能扼制乳房血液循环,这样的话,一些乳腺疾病就有可能偷偷的到来,从而可能会影响到乳房的发育。而过松的话,就不能对乳房起到承托和塑形作用,这样就会达不到一定的美感。而胸罩的主要作用就是对乳房进行保护,从而防止松弛下垂的现象。

2. 定期检查乳房

不妨可以定期的进行乳房的自检,如果发现出现了异常的现象,要及时去医院,进行更为深入的检查。

3. 谨慎使用激素类的丰胸产品

有些女性朋友,可能会为了更快的达到丰胸的目的,也许就会选择服用一些激素类的药物,这样一来,就会很容易造成内分泌失调的现象,从而就可能增加了患上乳腺疾病的几率。

4. 保持好心情,切勿熬夜

心情变好了,正常的卵巢排卵也就不会被不良的情绪所干扰了,而孕激素的分泌也是不会减少的。而拥有规律的睡眠,往往也可以帮助我们保证各种激素均衡发挥功效,不仅对于身体健康大有帮助,也有利于乳房的保养。现在许多人,因为工作压力大、情绪紧张等原因,造成了夜生活比较多以及睡眠不足的现象,可能会导致身体的内分泌失调的现象,这也是乳腺增生疾病高发的原因之一。

5. 勿频繁生气

许多患有乳腺增生或结节的女人,可能都是因为容易上火,经常生气造成的,而科学研究表明,若是始终处于负面情绪状态的话,那么就会导致情绪波动大、焦虑抑郁,就会更容易患上乳腺病。

高龄高危妊娠 切莫忽视定期产检

朱洁



省直中医院产科团队

随着二孩时代的来临,以及社会上晚婚晚育风潮的流行,当前产科遇到了越来越多高龄高危妊娠的病例。针对这种情况,省直中医院充分发挥综合三甲医院、多学科协作等优势,另一方面该院产科专家亦希望通过记者向高龄高危孕产妇呼吁,按照医嘱,定期做好产检。

健康科普

高龄备孕、怀孕注意事项:

准备怀孕前,要先接受相关检查,进行身体状况评估,判断是否适合妊娠。除了要做基础检查外,还必须接受性激素全套、肿瘤标志物、甲状腺功能检查,以确定身体是否适合怀孕、怀孕后发生自然流产的风险如何。从门诊来看,疤痕子宫、血糖高、血压高、肥胖等是高龄孕产妇普遍存在的问题,孕前检查时应重点关注。此外,孕前要加强锻炼,改善身体状况。有高血压、糖尿病等病史或有不良孕产史的,各孕产期尤其要详细咨询医生。

到了孕中期,高龄孕产妇必须要进行遗传咨询,普通唐筛已不足以帮助筛查出有缺陷的宝宝,建议行羊水检查来查看胎儿有无染色体方面的异常。有羊水穿刺禁忌症、反复流产史、感染病史、发热、对羊水穿刺恐惧的人,也可知情选择无创DNA筛查。

进入孕后期,高龄孕产妇发生妊娠合并症的概率会大大增加,要注意定期监测检查。值得提醒的是,整个孕产期都要注意管理体重,适当运动和合理饮食,这能降低妊娠合并症的发生,也能减少因巨大儿带来的生产风险。

高危妊娠注意事项:

一、妊娠期高血压疾病

1. 每日监测血压,若血压持续升高,及时返院就诊。
2. 注意水肿情况,水肿加重,及时复诊。
3. 出现头晕、眼花、视物模糊等立即就诊。
4. 注意胎动、保证充足睡眠,保持心情愉快。
5. 低脂低盐高蛋白饮食。

二、妊娠期糖尿病

1. 每日监测血糖。
2. 控制饮食。
3. 每天适当活动。
4. 出现呕吐、头晕、眼花视物模糊立即来院。
5. 备糖应对低血糖紧急情况。
6. 注意胎动。

三、多胎妊娠

1. 加强营养,预防贫血。
2. 加强产检次数,孕中期每周产检1次,孕晚期每周产检1次。
3. 加强B超检测。
4. 保持充足睡眠,避免疲劳。

高龄高危妊娠必须按时产检

橙子大小的脑袋、成人的手指粗的胳膊、可以看到血管的薄皮肤、紧紧闭着的眼睛,这是早产儿、陈女士宝宝的模样。

45岁的陈女士家住文化园社区,生了第二胎。因为产妇产龄大,孕期患有高血压,省直中医院登记作为高危孕妇,进行重点管理。由于孕妇生育过一胎,不把定期产检当作一回事,经常推迟产检。孕期进入31周后,陈女士迟迟未来产检,省直中医院的医生多次去电督促,终于在33周前来检查。

“过来的时候情况已经非常危险。B超显示胎儿脐动脉舒张期血流消失,随时可能胎死宫内,必须立即剖腹产。”接诊的省直中医院产科副主任钟美英表示,如果再晚一些来,孩子可能胎死腹中。但如果能按时产检,积极住院治疗,是完全可以避免孕周的。“这样对孩子,对妈妈都更好,而且家庭也不需要承担更重的医疗费

用。”钟美英说。和陈女士形成对比的是37岁的黄女士。黄女士孕二胎,疤痕子宫、凶险型前置胎盘,情况非常危险。孕期,黄女士按照医嘱,定期产检,并在孕32周后住院监测,最终在产科、介入科、泌尿科的协作下,于预期36周在省直中医院剖腹产下胎儿,并保住了子宫。“目前,孩子很快就出了保温箱,她和母亲都恢复得很好。”钟美英介绍。

她介绍,生育与年龄有密切关系,年龄越大,生出先天畸形的可能性就越高。高龄孕产妇属于高危妊娠范畴,由于卵子质量下降,比非高龄孕产妇更容易发生早期流产、出生缺陷、妊娠期高血压、糖尿病等,妊娠之后一些原有病症也往往会加重。所以,她呼吁“对于35岁以上、特别是年龄40岁以上的,或有基础疾病的,从备孕要做足功课,孕产期一定要遵医嘱按时产检。”

多学科协作为高危孕妇护航

笔者了解到,该院产科对妊娠期高血压疾病、妊娠期肝内胆汁淤积症、妊娠期糖尿病、前置胎盘、胎位异常、多胎妊娠、妊娠合并心脏病、肝病、甲亢等筛查、诊断和处理,都有丰富经验。

钟美英介绍,近年来该院成立了高危孕产妇救治中心,有成熟的MTD团队,且建立了疑难危重孕产妇就诊绿色通道,确保能在最短的时间内使危重病人得到及时、有效的救治。

今年上半年,怀孕33周的两个女儿玩耍。突然,背部一阵剧烈的撕裂样疼痛,瞬间让她产生憋闷、窒息感。张女士已有过2次顺产的经验,她清醒感知,这种疼痛异常且陌生,并不同于早孕发作的宫缩疼痛,内心恐惧油然而生。接到电话后,丈夫立即开车将妻子送至省直中医院产科就诊。

考虑到张女士患有慢性高血压,下午4点突然背痛不能平卧。接诊专家脑海里立马闪现各种引起背痛的原因:肺栓?心梗?主动脉夹层?对于孕产妇,这都是致命的打击。该院为其开通孕产妇绿色通道,启动院内高危孕产妇救治团队,胸痛中心团队参与诊疗。多学科讨论,权衡利弊,建议立即完善CTA检查。22:30最终下达诊断结果为“妊娠合并主动脉夹层”。此时,距离发病发作恰巧处于“六小时生命圈”的临界边缘。

最终,该院各路专家齐聚一堂制定了母婴平安的治疗方案:剖宫产+主动脉夹层介入手术。手术非常成功。

另外,不久前,一位本身有胆囊多发结石的孕38周孕产妇因吃多了糯米,突发急性胆囊炎,情况危重,该院产科联合肝胆外科对其实施了剖宫产和胆囊切除术,最终母婴平安。