

如何区分乳腺增生与结节

健康提醒

乳腺增生和乳腺结节都属于女性人群常见高发的乳腺疾病,而近年来乳腺增生及乳房结节的发病率居高不下,已经成为危害女性乳房健康的最大杀手。但是虽然两者都属于乳腺疾病,乳腺增生与结节还是有区别的。近日,记者采访了市六院乳腺外科主任高洪军,请他来为大家详细介绍二者的区别。

乳腺结节属于乳腺囊性增生,是一种非肿瘤的疾病,主要高发于育龄女性,一般会在女性绝经后有所缓解甚至消失。而乳腺增生是乳腺正常结构出现紊乱,导致乳小叶生理性增生与复旧不全,它属于既非炎症又非肿瘤的乳房疾病。

说到乳腺增生与结节的区别,高洪军表示,患者需要明确当中的关系:乳房结节是乳房增生的一种表现形式,在临床上非常常见,生活中超过半数以上的女性都可能会出现乳房结节的问题。“一般来说,乳房结节并不是什么太大的问

题,但是有时候乳房结节也难以与肿瘤相鉴别,因此是需要及时引起重视并进行治疗。”高洪军说。

然而,乳腺结节的发病原因有很多,目前来说主要有内分泌激素水平紊乱、基因突变甚至是环境污染等;而乳腺增生除了受到内分泌激素水平紊乱的影响,还会随着月经周期的发生、孕期的到来而发生改

变,会给患者带来剧烈的疼痛,需要及时采取措施进行缓解。

虽然二者都是乳房常见疾病,但是区别还是不能被忽略,需要引起大家的重视。在生活中相关病症出现以后,一定要及时就医,进行对症治疗,这样才能够避免病症继续扩大影响日常生活。

本报记者 刘彩霞

本期解答专家



任漯河市医学会微创外科专业分会副主任委员、市医学会普

高洪军,市六院乳腺外科主任,副主任医师,毕业于上海同济大学医学院,

外科专业分会委员,市医学会血管外科专业分会委员,是我市普外科学科带头人之一,其科研项目获漯河市科技成果奖六项。擅长乳腺、甲状腺、微创及ERCP等手术。



有些病会让皮肤变颜色

武汉市中心医院两位医生、新冠肺炎重症患者——易凡、胡卫锋,经多方治疗,幸运救回一命,但却“面容大改”,全身发黑,让人心疼。

为何皮肤变黑?两位医生是因为在控制感染的治疗中使用了多黏菌素B等药物的缘故。多黏菌素B对肾脏等器官有不良反应,会在头面部、颈部及四肢等部位出现色素沉着,使皮肤颜色变深。停用后,患者皮肤逐渐恢复正常。

专家指出,皮肤的颜色一定程度上是身体健康的“晴雨表”。尽管不能仅通过肤色判断得了什么病,但如果短期内不明原因变色,自己确实要注意。

皮肤发黑。有可能是药物因素引起的,如长期服用某些抗生素、止痛药、含砷制剂等,也可能提示睡眠不佳,导致皮肤灰暗,形成色斑;妊娠、月经不调等内分泌失调也可导致色素沉着;



感染、肿瘤、肝肾疾病等都可能引起皮肤色素沉着。

皮肤发黄。多见于肝胆疾病,如胆结石梗阻、甲肝等。有的人一天内吃很多胡萝卜、橘子、南瓜,皮肤也会变黄。还有些人皮肤发黄干燥,是甲减导致。

皮肤变紫。说明血红蛋白较少,多见于先天性心脏病或过敏性紫癜。

皮肤发红。多由皮肤病引起,如玫瑰糠疹。

皮肤变白。尤其脸部和手掌较苍白,同时伴乏力、食欲不振、睡眠差等,要考虑贫血的可能。 据《安徽日报》

健康知识

身体莫名响 健康亮“红灯”

69岁的杨女士近来发现,自己明明不饿,肚子却经常咕咕叫。她怀疑内脏器官是不是出了问题?在专家看来,身体突然莫名出现一些杂音、噪音,或是健康亮“红灯”的表现。

肚子咕咕叫或是寒气重

可有些人跟杨女士一样,明明不饿,肚子也经常咕咕叫。这是怎么回事?

据介绍,进食后肠胃一直处于蠕动状态,当肠内气体和液体随着蠕动而流动时,就会产生断续的咕咕声,一般每分钟响4至5次。而经常肚子叫的人,则可能是因为体内寒气重。比

如贪食饮冷,肠胃就会冻得“打哆嗦”。

体内寒气重的人,建议注意保暖,多喝温水、吃热饭。平时可经常艾灸关元穴(将手放在脐下,四横指处即是),能起到温阳保健、升发阳气的功效。

耳中老有响声或是肝肾虚

部分老人耳中会不时出现铃声、哨声、波浪声、蝉鸣声等,可周围环境并没有相应声源。这种现象多是由于肝肾虚所引起的,这类人还常伴有心烦易怒、失眠多梦、口干、记忆力下降等症状。有这些症状的人,可以取百合90克研成粉末,每次用温水冲服9克,每日两次。出现

耳朵嗡嗡响时,可用手指轻敲后脑,敲打时将两手掌心分别按紧两侧耳朵,用三指(食指、中指、无名指)轻轻弹后脑勺。

膝关节沙沙响,急需减负担

有些人明明没有运动,膝盖也总是沙沙作响,这是为何?这应该是膝关节在“喊累”,急需给它减轻负担。饮食方面,需控制饭量,避免因肥胖增加膝关节的负担,平时可适当多吃点含钙多的食物,如奶制品、豆制品、海产品。日常应减少蹲和跪的动作,不要蹲着做家务、跪着擦地板。闲时还可经常摩擦膝盖、拿捏股四头肌等。 据《西宁晚报》

胃总不舒服 或是功能性消化不良

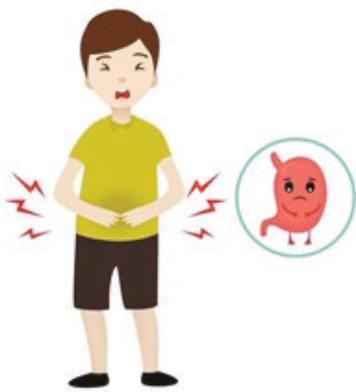
有数据显示,功能性消化不良在我国发病率约为20%,以青壮年人群多见。功能性消化不良的诱因有哪些?

主要症状:嗝气、早饱、腹胀痛

功能性消化不良通常无器官病变,通俗说,就是身体零件没有坏,只是不好好干活了。功能性消化不良在中青年人群中多见,可反复或持续发作,腹部不适、疼痛、上腹胀,常发生于餐后,或餐后加重,并伴有嗝气、早饱、食欲下降、上腹隐痛或灼痛、恶心呕吐等,通常早上没吃东西就很饱,稍微吃点东西就胃胀。

饮食不规律精神压力大所致

功能性消化不良发病原因较为复杂,通常认为与胃动力下降、胃十二指肠内脏神经过于敏感,以及精神心理障碍等



因素有关,饮食不规律、暴饮暴食、工作压力大、情绪波动、睡眠不佳都是诱因。

胃不舒服别乱服药

出现胃部不适的症状时,不建议随便到药店买胃药吃。因为引起胃部不适的原因有很

多,在没有明确诊断的情况下,普通人群无法判断自己到底是哪种原因引起的胃病。

胃病一般需要在专业医生的指导下,经过较长时间的规范治疗,才可能痊愈。

改掉这些不良习惯

1. 要保持良好的睡眠和情绪稳定,戒烟酒;
2. 少吃易引起腹胀的食品如汽水、可乐等,减少胃肠道内的气体;
3. 减少不宜消化食物、刺激性食物、蛋白质的摄入,如大量脂肪、蛋白质、甜点、豆制品、薯类;
4. 饮食规律,避免暴饮暴食。适当锻炼身体,尤其要加强有氧运动。

据《银川晚报》

总感觉疲惫 当心疾病上身

是否有这种感觉:每天没干什么体力活儿却腰酸背痛、全身乏力;白天工作、学习昏昏沉沉,情绪莫名低落;一整天都感觉困倦睡不醒、对啥事打不起精神……如果休息后,疲劳感依然挥之不去,就要当心是某种疾病了。

可能是慢性疲劳综合征

慢性疲劳综合征是以不明原因持续或反复发作的严重疲劳为主要特征,同时伴有记忆力减退、头痛、关节痛、睡眠紊乱以及抑郁等多种症状。它不只是身体感觉“累”那么简单,还包括一些心理症状,比如做事力不从心、记忆力越来越差、注意力很难集中、性格变得暴躁等。

怕冷易疲劳当心是甲减

甲状腺是身体代谢的主要调控者,是身体的发动机。甲状腺制造、储存并释放甲状腺素进入血液,调节身体的代谢。这些激素对维持身体的所有组织、器官正常运转是非常重要的。当甲状腺激素分泌不足就会引起甲状腺功能减退症,产热量减少,所以就会怕冷、易疲劳,有些患者还会出现水

肿、食欲低下、消化不良等症状。

老觉得累可能是心脏问题

一般情况下,心脏病患者的典型表现为胸痛、胸闷、心慌、心前区不适等症状。如果心脏功能异常或者衰竭或是心跳缓慢、严重心跳紊乱,都会直接导致心脏对全身的供血量减少,对肌肉的供血减少、供氧不足,疲劳、无力感由此产生。

晚综

相关链接

这样做,帮你赶走疲劳

1. 饮食补铁有活力
摄入过多饱和脂肪、精制白面、酒精或咖啡因,都可能让你觉得很累,建议适量多吃些牛肉、深绿色蔬菜、坚果等含铁丰富的食物。
2. 运动缓解疲劳
久坐不动会让人更累,建议每周坚持锻炼3天,每天运动20分钟,能缓解疲劳感。
3. 不要追求完美
力求完美的人往往活得很累。而不切实际的目标也会让人身心俱疲,制定目标最好切合实际情况。



LUOHE 啄木鸟牙科
ZHUOMUNIAO

漯河啄木鸟口腔门诊部

电话: **2690120** (漯河) 医广[2019]第01-23-003号

地址: 市区人民东路479号(人民路与解放路交叉口西行50米路北)