

痛经也是病 喝热水 远远不够! 网上那些 “偏方” 有用吗? 听听医生怎么说……

“周医生,这3个月我终于都不痛了,效果挺好的。”近日,43岁的刘女士来到宁波大学医学院附属医院医务部主任、妇科副主任医师周晓明的诊室复诊。

6年来,刘女士饱受痛经困扰,痛到呕吐、头晕是常有的事,严重时甚至会痛到休克。周晓明表示,很多“直男”以为女性痛经不是病,“喝热水”就好了。其实,在妇科门诊中,饱受痛经困扰的女性比例很高。



周晓明医生在接诊患者。
通讯员供图

案例

痛到打滚呕吐休克 月经一来就10多天

刘女士痛经的困扰大概从6年前开始。

“我以前不痛经的,这个毛病6年前才开始,而且越来越严重。”刘女士说,这种疼痛从月经来之前开始,身体像从腰部被拦腰截断,腰酸背痛,吃不下东西,食欲差。发作时,痛到打滚,伴随头晕、呕吐。这些年来,症状越来越严重,止痛药往往也无济于事,有几次甚至痛到休克。

除了痛,刘女士每次月经的时间也由过去的5天延长到至少10天,往往要半个月。这也导致她出现了贫血症状。

4年前,刘女士终于意识到痛经也是病,要去医院治疗。她被确诊为子宫腺肌症,该疾病的典型临床表现就是继发性进行性加重的痛经,月经量增多。

这几年,刘女士尝试了多种保守治疗,如通过打针来缩小子宫,口服药物等。效果最好的是

去年在宫腔里放入了曼月乐环。这是一种含有孕激素的避孕环,大概拇指般长短,存放其中的药物会每日缓慢释放,起到避孕和缓解症状的效果。可惜好景不长,该环在数月后就脱落了。

综合刘女士的情况,周晓明认为,曼月乐环可以缓解症状,想办法将曼月乐环固定到子宫内就可以解决问题了。经过充分的术前准备,周晓明为刘女士实施了宫腔镜下的曼月乐环缝合固定手术,将本来活动的曼月乐环固定到子宫壁上。这样,就不容易发生移位或脱落。

刘女士复诊时描述,这几个月痛经症状明显好转,阴道出血也不多了,整个人宛如新生。目前,该院已经对10余位有适应症的患者进行了宫腔镜下的曼月乐环缝合固定手术,患者反应痛经等症状有明显改善。

提醒

痛经是病 很多时候真的忍不过去

很多人都认为,痛经是正常现象,忍忍就过去了。

周晓明表示,这是个误区。首先,痛经的症状有轻重之分,有些疼痛超过了正常范围。

其次,痛经很可能是其他疾病导致的。面对疾病的正确态度是找到病因并治疗,而非一味忍受。

“很多时候,痛经也是妇科疾病的表现,相当于身体释放的信号。比如,很多女性是因为不孕不育来就诊,已经辗转求医多年。细问之下,发现已经痛经多年,痛经的原因是子宫内腺异位症,这也很可能是其不孕不育的原因。”周晓明遗憾地说,临床上,有很多女性患者饱受痛经之苦多年,由于觉得是正常现象,没有及时规范就医,贻误治疗,把小问题拖延成了大毛病。

痛经能治 止痛药外,还有多种手段

周晓明表示,明确病因后,通过对症治疗,很多痛经状况是可以改善的。

从临床看,生殖道畸形、子宫内腺异位症、子宫腺肌症等引起的痛经,通过对症治疗,可以较好地改善症状。

治疗方法有:GnRH-a类药物,口服避孕药,孕激素类药物(地诺孕素、曼月乐环等),手术治疗等。

热水、红糖水有用吗? 有帮助,但有更好的办法

喝热水尤其是红糖水能治痛经吗?

“喝热水和红糖水,对痛经有一定缓解作用,但帮助不是很大,尤其是有严重痛经的女性。”周晓明说,其原理就是加热身体让局部血管扩张,加速血液循环,缓解子宫缺血缺氧情况,减轻原发性痛经的症状。其实,敷热水袋、热水泡脚效果更好些,热水袋记得敷在下腹部。

网传的坐热石墩有效果吗? 当心烫伤!

最近,网上盛传一个说法——坐在被太阳暴晒的热石墩上,可以有效改善痛经。

“我觉得要慎重,比如我们浙江的夏日室外温度可达40℃以上,石墩子温度更高达60℃-70℃,夏季衣物较薄,烫伤风险很大。”周晓明说,其实这和上面讲的热敷等原理类似。

他提醒,如果妇科炎症急性发作期再这样坐热石墩,还可能导致炎症扩散、加重,而且女性尿道较短,在高温下也容易导致尿道充血、尿道炎症的出现,更是得不偿失。

他建议,女性朋友如受痛经困扰,先要到医院做规范检查,排除有无炎症或器质性病变,遵医嘱治疗。

记者 王颖 通讯员 庞赞



散步回来皮肤破溃刺痛 这种小虫 千万不要随便拍打

国庆假期前几天阳光明媚,不少人选择户外游玩、露营,与大自然亲密接触。不过,高温高湿的天气给了各种疾病可乘之机,皮肤病更是容易“兴风作浪”。

宁波市医疗中心李惠利医院这几天就接诊了多位隐翅虫皮炎患者。该院皮肤医美中心副主任蔡宝祥博士提醒,隐翅虫的毒液腐蚀性很强,如果发现隐翅虫飞到身上,千万不要拍打它,吹走即可。一旦发现皮肤出现红肿疼痛,建议立即到医院就诊。

周老伯住在宁波植物园附近,只要不下雨,他每天晚上都会去散步。前几天的晚上,他照常来到植物园。走着走着,他感觉左手臂似乎有小虫在咬,有些刺痛,于是抬起右手拍了过去。等他回到家,发现左手臂上有些红斑,也没太在意。然后3天后,他手臂上的伤口越来越大,越来越痛,甚至长了疱疹,周边皮肤出现破溃,疼痛难忍,这才来到李惠利医院就诊。

蔡宝祥查看后告诉周老伯,他是遭遇了一种厉害的小虫子——隐翅虫,患上了隐翅虫皮炎。经过消毒、湿敷等处理后,周老伯的疼痛有所缓解,目前正在进一步治疗。

这小小的虫子,怎么会有这么大的伤害力?

蔡宝祥解释,隐翅虫皮炎是人体皮肤接触隐翅虫而引起的炎症性疾病,多数虫体在皮肤上爬行时并不放出毒素,只有当虫体被拍击或压碎时,才会释放毒素沾染皮肤而引发疾病。这种毒素是一种强酸物质,存在于虫体各段,并可通过尾部的分泌腺分泌。

隐翅虫皮炎好发于面颈、四肢等暴露部位。毒隐翅虫引起皮损的严重程度取决于毒虫的种类、数量和机体的反应状态。轻者仅有局部皮损,重者可出现大面积的糜烂面或浅层的皮肤坏死,可伴有发热、头痛、淋巴结肿大等一系列全身症状,若继发感染则使病情加重。

蔡宝祥建议,尽量少去多杂草多树木的草丛,夜晚要关好门窗,室内安装纱窗或挂蚊帐,如果“亲密接触”隐翅虫,轻轻吹走或抖落即可,千万不要用手直接捏取或拍击。不慎接触毒液后,应第一时间用碱性肥皂水清洗,有症状时及时就医。

记者 陆麒雯 通讯员 张林霞 文/摄

分类信息 刊登热线: 56118885 56118880

物业信息 通途路下部场地出租 面积3亩,联系电话1300899687

法律服务 ●离婚、房产、经济纠纷87295238 ●民商事免费法律咨询56281878

搬家搬厂 ●快捷专业搬家搬钢琴87907772 ●千禧搬家搬厂特优87778900

燃气灶专家爷玛喜 爷玛喜解决燃气灶未被解决的问题,爷玛喜新能源健康燃气灶保护家人安全健康。保护家人安全健康莫放弃。专卖店地址:天童北路20号 联系电话:400-057-4859