

误以为更年期不适！50岁女士拖延治疗最终确诊宫颈癌 警惕妇科“沉默杀手”



医生为患者进行手术。

5个月内反复出现接触性出血、不规则阴道排液，刘女士（化名）以为这是围绝经期的正常生理变化，没想到一拖再拖，最终等来的却是癌症确诊的结果。

这样的病例，在妇科临床中并不鲜见。作为我国女性生殖系统最常见的恶性肿瘤之一，宫颈癌因早期几乎无症状、病情进展隐匿，被称为妇科“沉默杀手”，且发病年轻化趋势日益凸显。江门市五邑中医院妇科主治医师费洋表示，宫颈癌病因明确、可通过疫苗与筛查主动预防。无论有无接种疫苗，定期筛查都是预防宫颈癌的第一道防线。宫颈癌筛查发现异常的人群需要接受规范的医学管理，谨防病情进展。

文/图 江门日报记者 何雯意 通讯员 刘森 余敏贞

忽视身体预警，最后确诊宫颈癌

50岁的刘女士是一名一线工人，平日里忙于工作与家庭琐事，既从未接种过HPV疫苗，也没做过宫颈癌筛查，总觉得“身体不舒服就不用特意检查”。

到医院检查前的5个月，刘女士开始反复出现性生活后少量出血，同时伴随不规则的水样阴道排液。正处于围绝经期的她，听身边同龄姐妹说“快绝经的时候月经紊乱、不规则出血都是正常的”，便理所当然地将这些异常归为更年期

表现，既没告诉家人，也没到医院就诊。

随着时间推移，出血量逐渐增多、夹有血块，刘女士渐渐出现头晕乏力、精神不济的症状，脸色一天比一天差，才在家人的催促下来到江门市五邑中医院妇科就诊。

接诊医生为她做了详细专科检查，结果不容乐观：宫颈明显膨大，外口呈菜花样增生，肿瘤最大径线达9厘米。根

据检查同步完成的宫颈组织活检病理报告，刘女士被确诊为宫颈鳞状细胞癌。

费洋表示，临床中很多围绝经期女性都会像刘女士一样，把异常的阴道出血当成更年期生理变化，最终延误诊治。事实上，接触性出血是宫颈癌早期且典型的预警信号，若能在症状初现时及时就医，或是通过定期筛查在癌前病变阶段就发现异常，完全可以将疾病拦截在癌症发生之前。

适龄女性应定期接受宫颈癌筛查

费洋介绍，宫颈癌是发生在子宫颈部位的恶性肿瘤，也就是子宫下段连接阴道的狭窄通道处出现的癌变，是全球第四高发的女性恶性肿瘤。

“宫颈癌最特殊的一点，是其明确的致病元凶——高危型人乳头瘤病毒（HR-HPV）的持续感染。”费洋表示。但HPV感染绝不等于宫颈癌，约80%的女性一生中都会感染HPV，但绝大多数属于一过性感染，人体自身的免疫系统可以在一两年内自行清除病毒。只有当机体免疫力不足、高危型HPV持续感

染时，才会逐步引发宫颈细胞病变，最终发展为癌症。我国女性HPV感染存在两个高峰年龄段：17—24岁和40—44岁。

宫颈癌的发展是一个缓慢渐进的过程，全程一般需要5年到10年。“这就是宫颈癌可防可控的核心——我们有数年的时间窗口去发现、去干预，完全有机会在癌前病变阶段就终止病程。”费洋说。

很多人存在误区：身体没有不舒服，就代表宫颈健康。费洋提醒，早期宫颈癌大多无任何自觉症状，筛查是发现病

变唯一可靠手段。当身体出现以下表现时，往往病变已进展：一是接触性出血，同房后、妇科检查后少量阴道流血，是宫颈癌首发典型症状；二是不规则阴道排液，白带增多，呈淘米水样、血性，伴随异味；三是非经期不规则出血、绝经后再次出血；四是晚期可出现下腹疼痛、腰骶酸痛、贫血消瘦等全身症状。

费洋提醒，所有适龄女性都应按规定定期接受宫颈癌筛查。按照指南建议，25—30岁女性应主动进行宫颈癌筛查，高危人群可适当提前。

个性化中医调理方案助力术后康复

针对刘女士的肿瘤分期与身体状况，江门市五邑中医院组织多学科会诊，制定了宫颈癌根治术联合术后辅助放疗的规范化治疗方案。

手术进展顺利，为减轻刘女士放疗中的不良反应、加快术后康复进程，妇科团队为她制定了个性化中医调理方案。

术后3个月，刘女士体力基本恢复，潮热盗汗、食欲不振的症状基本消失，顺利重返工作岗位。如今两年过去，她坚持定期回院随访，各项检查指标均正常，

未出现任何复发迹象。

费洋表示，在宫颈癌全周期防治中，中医药有着不可替代的独特优势。中医古籍中虽无“宫颈癌”的病名，但根据其阴道出血、带下异常、腹部包块等临床表现，可归属于“带下病”“五色带”“癥瘕”“崩漏”等病证范畴。中医认为，宫颈癌的核心病机是“正虚邪侵”：正气亏虚是发病的内在根本，湿热毒邪侵袭是外在条件，这与现代医学“免疫力下降导致病毒持续感染”的认

知高度契合。

基于中医“治未病”的核心思想，江门市五邑中医院妇科构建了宫颈癌中医三级防治策略，与西医三级预防理念深度协同：未病先防重在健脾祛湿、顾护正气，从源头提升免疫力、降低HPV感染风险；既病防变重在清热解毒、化瘀散结，干预癌前病变、阻断病情向癌症进展；癌后防复重在平衡阴阳、调和气血，加快术后康复、减少肿瘤复发概率。

江门市人民医院早孕关爱门诊开诊 一站式解决孕早期问题

江门日报讯（记者/梁爽 通讯员/黄雪萍 黎歆）为落实国家卫生健康委“早孕关爱行动”民生实事，近日，江门市人民医院早孕关爱门诊在门诊楼二楼产科正式开诊，守护孕14周以内的孕妇，一站式解决孕早期问题。

该院产科主任杨金菊介绍，孕早期（怀孕14周内）是胚胎发育最敏感、最关键的阶段，也是孕妇疑问、担忧最多

的时期。以往不少女性查出早孕后，多项咨询、检查需要辗转不同诊室，耗时长、流程烦琐。为此，该院早孕关爱门诊应运而生。

据悉，早孕关爱门诊适合的人群包括刚刚确认怀孕的准妈妈、有先兆流产迹象需要保胎的孕妇、高龄或有过不良孕产史的女性、因各种原因对是否继续妊娠犹豫不决的女性。

杨金菊表示，早孕关爱门诊暖心服务包含六个方面。一是“一站式”便捷服务，挂号、就诊、检查、咨询整合在同一区域，不用再东跑西跑；二是精准诊断与风险评估，血HCG检测、孕酮监测、超声检查，帮你确认宫内妊娠、排查宫外孕等风险；三是个性化保胎与干预，针对先兆流产、复发性流产等特殊情况，由经验丰富的产科专家制

定专属保胎方案；四是全方位健康指导；五是心理支持与人文关怀；六是全程跟踪与无缝衔接，建立专属健康档案，定期随访，平稳过渡到孕中期常规产检。

有孕早期服务需求的女性，可关注“江门市人民医院”微信公众号，点击“门诊服务—预约挂号—产科门诊—早孕关爱门诊”，并按照预约时间就诊。

多囊卵巢综合征为何更名？

医生：该病是需要长期管理的全身性内分泌代谢慢性病



医生问诊。

近日，沿用近90年的多囊卵巢综合征(PCOS)正式更名为多内分泌代谢卵巢综合征(PMOS)。这次更名是医学界诊疗思路的重大转变——以往大家常通过卵巢形态改变诊断疾病，如今医学界明确，PMOS是以胰岛素抵抗为核心的全身性内分泌代谢慢性病。这也是江门市妇幼保健院青春期保健门诊重点筛查、长期管理的高发疾病之一。

“孩子刚初潮，月经乱、满脸反复痘痘、体毛变多、体重悄悄上涨，只是青春期正常现象，熬几年长大就会自己好。”这是许多家长的误解，甚至有的孩子拖到闭经、肥胖加重才来就诊，一查就是明显的胰岛素抵抗。这些看似普通的青春期表现，很可能是内分泌系统发出的危险预警。

青春期是PMOS筛查干预的黄金窗口期

对于改名后的多内分泌代谢卵巢综合征，很多女性以为这只是卵巢长了囊肿的妇科病。事实上，该病根源是内分泌和代谢紊乱，会引发肥胖、长痘、血糖异常、月经紊乱等全身问题。改名之后，看病不再只盯着妇科调经，还要重视代谢干预，早筛查胰岛素抵抗，长期管控身体指标，才能最大限度降低远期慢性病发病概率。

有家长问：“医生，孩子月经准时了，是不是就好了？”该院妇女保健科主任、青春期保健门诊负责人覃钰纯提醒，PMOS目前尚无一次性根治的手段。单纯短期药物调经，大多仅能改善月经紊乱等表层症状；倘若青春期阶段忽视代谢根源的早期干预，孩子成年后发生2型糖尿病、血脂异常、心血管疾病、不孕、子宫内膜增生等远期并发症的风险将显著升高。

青春期是PMOS筛查与干预的黄金窗口期。若女孩存在以下高危情况，家长应当提高警惕，必要时及时带孩子就诊筛查：一是有相关家族患病聚集背景。如母亲、姐妹罹患PMOS，或是家族内有2型糖尿病患者，女孩发病风险显著升高；二是青春前期后出现肥胖。研究显示，青春前期后肥胖女孩发生PMOS的风险增加7.86倍，即便成年后体重恢复正常

常，该风险依然存在。

覃钰纯提醒，女孩如果出现月经异常、高雄激素相关表现、代谢异常、身心伴随不适四大类典型信号，建议及时就诊排查PMOS：初潮来临2年以后，月经周期经常推迟7天以上，常常两三个月才来一次月经，或是经期出血淋漓不尽；反复难治的痤疮、体毛浓密、头顶毛发稀疏脱落；体重上涨、腰腹肥胖，颈部、腋下皮肤发黑；情绪烦躁焦虑、失眠、容易疲惫乏力。

长期管理拥抱健康生活

“饮食方面，稳定代谢，拒绝极端节食，吃对比少吃重要。”覃钰纯建议，少吃白米饭、白面条、饼干等，主食选择燕麦、糙米、玉米等低升糖(低GI)食物。每餐保证鸡蛋、鱼虾、鸡胸肉、瘦肉等，蛋白质能增加饱腹感，提升胰岛素敏感性，帮助控制体重。多吃绿叶蔬菜、西兰花、菌菇类等；少吃油炸食品、肥肉、反式脂肪。奶茶、可乐、果汁、蛋糕、调味麦片，是加重PMOS的“元凶”，每天添加糖摄入不超过25g。三餐规律，拒绝不吃早餐或暴饮暴食。

除了健康饮食，还要选对运动方式并长期坚持。有氧运动可以燃脂稳激素，比如慢跑、快走、游泳、跳绳等运动，每次30—40分钟，避免空腹运动。力量训练可以提升基础代谢，每周2—3次，靠墙静蹲、平板支撑、哑铃训练，改善胰岛素抵抗。

“开展药物治疗应谨遵医嘱，不要盲目排斥用药，更不可自行停药。”覃钰纯表示，很多家长对复方口服避孕药心存顾虑。青春期使用的低剂量制剂安全性良好，能够调节激素水平、改善痤疮、多毛，规律月经并保护子宫内膜。药物仅作为辅助方案，生活方式干预才是核心基础。

“PMOS不是单纯的月经病，而是需要长期管理的全身性内分泌代谢慢性病。”覃钰纯提醒，青春期保健门诊能为青少年女孩提供早期筛查、个性化饮食运动指导、规范药物调理、长期随访管理一体化服务，让孩子平稳健康度过青春期，拥抱健康生活。（文/图 江门日报记者 梁爽 通讯员 黄洁琳 管浩男）

江门市人民医院开展“八一”专场义诊活动



义诊现场。

江门日报讯（文/图 记者/梁爽 通讯员/李锦如 黎歆）为庆祝“八一”建军节，弘扬拥军优属拥政爱民优良传统，8月1日，江门市人民医院在外科楼一楼开展“情系军人·健康惠民”“八一”专场义诊活动，把专业、贴心的健康服务送到现役军人、退役军人身边。

本次活动集结了胸外科、普通外科、泌尿外科、消化内科、呼吸与危重症医学科、妇科、中医科、肿瘤科等多个重点科室的专家，搭建专属诊疗服务平台，面向现役军人、退役军人开放多项免费检查服务。

活动现场免费提供中医特色服务体验、健康咨询、疾病诊疗、慢性病管理等一站式医疗服务，专家团队一对一细致问诊，耐心询问群众既往病史、日常用药、身体不适等情况；针对肺部结节、肠胃不适、甲状腺乳腺结节、妇科等常见问题，给予个体化诊疗、居家养护方案。

为进一步提升就医效率，本次活动特设胸部高分辨CT绿色通道，无需线上提前预约，经现场专家评估后即可安排当日检查，省去多次往返、长时间等候的麻烦，切实简化群众筛查流程。

活动当天，蓬江区退役军人事务局与江门市人民医院围绕常态化开展拥军健康服务、退役军人医疗优待政策落地、军民健康共建等重点工作开展深度探讨，共同交流优化退役军人、优抚对象医疗保障服务的新思路、新举措。

交流结束后，蓬江区退役军人事务局向江门市人民医院赠送锦旗，以此感谢医院长期以来深耕拥军优属工作，积极开展公益义诊、专属健康保障等暖心服务。

本次活动吸引了300余名军人、家属及群众到场参与。一位高龄退役军人动情地表示：“脱下军装多年，大家依旧惦记着我们。专家耐心问诊、细致检查，还免费提供专项筛查、指导康复养护，这个‘八一’过得格外温暖、格外有意义。”