

四十以后 关注细小变化



张艾嘉说,“一个女人,四十几岁才真正熟透,开始明白人生的过程原来要经过不同的起伏,对这个世界更明白了,这时就是你成熟的时候。”这是从生活或者精神层面上来讲的。那如果把目光挪向身体,关于四十,你想到的第一句话是什么?“女人四十豆腐渣”?其实,四十以后的身体算不上年轻,但也没你想的那么衰老,虽然它正慢慢陪你走向更年期的前奏,但只要你把握住了这个过程中的细小变化,照样能过得精彩。

健康扫描:避孕

40岁以后紧急避孕药不能用?

“40岁以后女性不能吃紧急避孕药吗?”42岁的崔女士有1个多月没来月经,到医院一查,发现怀孕了,更让她紧张的是,事后她才看到说明书上写着40岁以上妇女禁用,“会不会有副作用?我一个月内吃了两次,为什么还会怀孕?”其实,像她这样,吃药但不见效的并不少见。

江苏省中西医结合医院妇产科主任夏亲华说,作为一种事后紧急补救措施,紧急避孕药的避孕可靠性本来就不高。说明书上说40岁以上禁用,主要是考虑这部分女性快要进入更年期,卵巢功能衰退,体内的激素水平不稳定,服用药剂量高于常规避孕药的很多倍,紧急避孕药,会影响到内分泌。

下降,阴道组织内糖原增加,酸度增高)或太劳累、饮食过甜过辣、大量应用免疫抑制剂及广谱抗生素等都可能成为诱因。此外,如果女性只治自己的病,忽视配偶的检查和治疗,也容易因夫妻间的交叉感染造成疾病久治不愈或反复发作。所以要根治首先要弄清复发的诱因有哪些,否则光用药难见疗效。

第二种情况可能是老年性阴道炎。正常情况下,阴道内有多种细菌存在,由于阴道与这些菌群之间形成良好的平衡,所以不会致病。阴道的自洁作用在维持这种平衡时,雌激素、乳杆菌及阴道pH值(酸碱度)起重要的作用。但到更年期时,雌激素降低,局部抵抗力下降,致病菌容易进入引起炎症。治疗方面,老年性阴道炎不难治,但是外阴出现不适时不要乱用药物,因为引起老年性阴道炎的细菌多为大肠杆菌、葡萄球菌等,不像育龄期女性以霉菌性阴道炎、滴虫性阴道炎最常见,因此不要乱用治疗霉菌或滴虫的药物,更不要把外阴阴道炎当作外阴湿疹而乱用激素药膏。快报记者 李鑫芳

健康扫描:阴道炎

霉菌性阴道炎为何反复发作

“霉菌性阴道炎为何反复发作?”健康周刊的短信平台上,这也是一个被问及率很高的问题。不少读者因为疾病反复发作而对治疗失去信心,她们很困惑自己平时很注意卫生,为什么病情就控制不了。还有一些读者发信说,自己年轻时都没有阴道炎的困扰,为什么到了四五十岁反倒病情加重了呢?

解决方案:第一种情况很常见,因为霉菌性阴道炎本身就很容易复发,像护垫质量不过关、衣裤过紧、手足癣、糖尿病(免疫力

一到阴雨天 他为啥头就痛



一到下雨、阴冷天,头痛病就会犯,43岁的吴先生已经被这个问题折磨了七八年,每次总是左边一跳一跳的疼痛,而且严重时会有恶心的感觉,记忆力也下降了。以前吃药可以缓解,但最近吃药也不见效果,在当地医院做了CT、磁共振检查,结果均显示正常。为此吴先生很是困扰,因为近段时间阴雨天多,头痛又犯了,自己却束手无策。

南京脑科医院神经内科王小姗主任认为,吴先生的症状是典型的偏头痛,在门诊该类患者很多,经过相应的治疗后都能得到缓解,但目前尚无特效的治疗方法可令偏头痛永不复发。所以应尽量避免可能诱发偏头痛的因素,比如劳累、紧张、天气变化、情绪波动、进食某种食物等。头痛发作时可服用一些止痛药,有条件的话最好躺一会儿。此外应注意休息,保证有规律的睡眠,睡眠不足、睡眠过多、睡眠不规律等也容易引发偏头痛,所以即使是在假日也要定时上床、起床。对吴先生的建议是远离寒冷的环境,天冷出门戴顶帽子,以避免头部暴露在冷空气中;天热时要少食或不食冷饮,身体外部受冷或吃冷饮都是冷刺激性头痛的条件。通讯员 徐晓蓉 快报记者 李鑫芳



女性健康公益普查

★卫生部十年百项PCC项目 ★关爱妇女健康公益工程 ★创建和谐社会典范工程
★宫颈癌检测防治中心专项工程 ★慢病防治和公共卫生样板工程 ★★★★★

活动主办:中国女医师协会、南京华世佳宝妇产医院
协办单位:南京市建邺区人口与计划生育局
普查时间:2010年03月08日-04月08日
普查对象:适龄女性

我国每年新发宫颈癌病例3.5万,约占全球发病数量的1/3,是我国妇科恶性肿瘤的第一位。近年来,宫颈癌的发病率和死亡率迅猛增长,已成为危害女性健康的重要疾病。国家卫生部为此发出号召,呼吁团结社会各界力量,开展宫颈癌疾病早查早治,降低女性宫颈癌发病率及死亡率。

“蓝丝带”宫颈癌防治工程作为卫生部十年百项重点工程、国家卫生部重大公共卫生免费服务首批项目,在全国各地得到了广泛的响应。各大医疗机构纷纷参与这一公益事业,众多名人明星也纷纷为“蓝丝带”活动代言,出任健康大使。如今,“蓝丝带”已经成为防治宫颈癌、关爱女性健康的一种公益符号。

适逢“国际三八妇女节”一百周年华诞,为响应卫生部启动的“子宫颈癌前期病变的规范诊断与治疗推广”项

目,积极配合在全国范围内推广的宫颈癌及宫颈病变的规范诊疗进程,以提高女性早防早治宫颈癌的意识,唤起全社会对女性健康的关注,中国女医师协会携手南京华世佳宝妇产医院,面向全市适龄女性,推出“蓝丝带·女性健康公益普查”活动,旨在以“魅力南京·健康女人”为宗旨,为南京广大适龄女性免费提供一次宫颈健康专项普查。

本次活动的普查机构华世佳宝妇产医院,作为南京首家提供高品质专业医疗服务的专科医院,不仅是南京市医保定点医院、中国优生优育协会教育示范基地、台湾台北医学大学临床教学示范基地,还是国内首家中创“国际JCI认证”的专科医院。此次承办“蓝丝带·女性健康公益普查”,将凭借医院自身专业的技术与设备优势为南京女性全程提供免费公益普查,为广大南京女性奉献一份真挚的关爱!

★免费公益普查项目:

妇科常规检查 白带常规+BV 电子阴道镜检查 宫颈刮片检查

★特别提醒:女性具有如下症状之一者,须尽快参与健康普查

- ◆白带异常,增多,有异味或经常带血的女性
- ◆性生活过早和多孕早产的女性
- ◆白带腥臭,月经失调,痛经,并伴有腰酸、腹痛及下腹部坠胀感的女性
- ◆长期服用口服避孕药的女性
- ◆家族中和有肿瘤病史的女性

参与方式 / 1.拨打电话86577666或登录www.hswoman.com报名;
2.每日上午08:00-09:30;下午13:00-17:30,请按预约时间前往医院参与普查(每日限50人)
普查地点 / 华世佳宝妇产医院(南京市水西门大街文体西路9号)



魅力南京·健康女人

请积极参加“蓝丝带”女性健康公益普查

健康大使:

李鑫芳