

揭开乳腺术后病理的神秘面纱

▲江门市妇幼保健院 王琳

乳腺癌,顾名思义,是一种发生在乳腺的恶性肿瘤,以女性患者居多。作为女性最常见的恶性肿瘤之一,严重威胁女性健康。患者在发现乳腺肿块之后,有很大一部分人需要进行活检穿刺术或肿瘤切除手术并进一步通过病理学检查确定肿瘤的良恶性,决定后续治疗方案。但很多患者拿到病理报告后一脸茫然,不知道怎么看,也不知道自己病情到底如何,我们这就来揭开乳腺术后病理的神秘面纱,告诉大家如何解读乳腺术后病理报告。

基本信息

这部分内容不仅包含患者的姓名、年龄、性别、住院号、送检科室、病理号等基本信息,还有送检部位、取材时间、临床诊断等检查相关信息。便于病理检查各环节对患者信息的核对,确保送检标本与相应患者信息

一一对应,准确无误,避免张冠李戴。

标本检查

主要包括大体描述和镜下描述。大体描述是病理医生在取材时对本肉眼观察后的详细描述,是对标本的宏观印象,包括标本大小、形状、颜色、质地、切面情况、病变区域等。镜下描述是病理医生在阅片时,在显微镜下对组织结构和细胞形态,尤其对于病变区域的描述,是对标本的微观印象,同时也是病理诊断的重要依据。

病理诊断

病理医生通过对送检标本的大体情况和显微镜下形态进行综合评估,做出相应的病理诊断。常见的良性乳腺病变包括乳腺纤维腺瘤、乳腺腺病、乳腺导管内乳头状瘤、导管上皮普通型增生等。乳腺的恶性病变根据

组织来源的不同进行分类,其中最常见的是上皮来源的恶性肿瘤,包括原位癌与浸润性癌,两者的区别在于前者肿瘤的生长局限于乳腺导管-小叶,而后者肿瘤细胞处于野蛮生长状态,有更高的转移风险,相对来说,病变更严重,预后更差。

浸润性乳腺癌中75%为浸润性导管癌(非特殊型),其他特殊类型包括浸润性小叶癌、小管癌、黏液癌、髓样癌等,也可能几种类型同时存在。确诊乳腺浸润性癌的病例,病理医生首先会根据组织结构及细胞形态进行组织学分级,通常分为三个等级来描述肿瘤的分化程度,级别越高,可能预示较差的预后。其次,病理医生会进行TNM分期,什么是TNM分期呢?T指浸润癌的大小,如果肿瘤最大径 ≤ 2 cm是T1,肿瘤最大径 > 2 cm, ≤ 5 cm则是T2,超过5 cm则是T3,任何肿瘤大小,只要肿瘤直接侵犯患

者的胸壁或皮肤并有肉眼可见溃疡及肿块则是T4。N指区域淋巴结,癌转移的淋巴结数目越多,分期越高。M指远处转移,存在转移证据是M1,反之则是M0,不同的TNM分期也对应相应的临床分期。最后,病理医生还会评估乳腺癌细胞的生物学标记指标,如ER、PR、HER2、Ki67等,通过其表达情况为临床进行个体化治疗(如内分泌治疗、靶向治疗)提供依据,同时帮助临床进行分子分型并进一步评估预后,有助于为患者制定最适合的治疗方案。

因此,当发现乳腺疾病时应及时进行进一步诊治,必要时行活检及病理学检查明确病变性质,有利于早期有效治疗和病情有效控制。

如何预防泌尿外科疾病的发生

▲曹县人民医院 张帅锋

泌尿外科疾病在人群中的发病率相对较高,给患者带来了很大的痛苦和不便。为了降低泌尿外科疾病的发生率,人们应注意预防措施。

合理饮食 饮食是预防泌尿外科疾病的重要环节。人们应该保持均衡的饮食结构,多摄入新鲜蔬菜、水果、全谷类食物以及富含蛋白质的食物,同时控制糖分、盐分和脂肪的摄入量。此外,适量补充富含抗氧化物质的食物,如深色蔬菜、坚果等,有助于预防自由基对泌尿系统的损伤。

适量运动 适量的运动能够促进血液循环和新陈代谢,有助于维持泌尿系统的健康状态。建议每周进行至少150 min的中等强度有氧运动,并根据个人情况适当调整运动强度和运动时间。

戒烟限酒 吸烟和过量饮酒对身体健康的危害已广为人知,对于泌尿系统健康的影响也不容忽视。吸烟会损害血管功能,影响血液循环和氧气供应,进而影响泌尿系统的正常运作;饮酒过量会损害肝脏和胰腺等器官的功能,影响激素代谢和精子质量,进而影响生育能力。

避免过度劳累和精神压力 过度劳累和精神压力会影响身体的免疫力和抵抗力,增加泌尿系统疾病的发生风险。因此,人们应保持良好的作息习惯,保证充足的睡眠时间;同时学会调节情绪,保持乐观积极的心态。

控制体重和减肥 肥胖是许多慢性疾病的危险因素,包括糖尿病、高血压等。肥胖还会增加泌尿系统疾病的风险,如尿失禁、膀胱癌等。因此,人们应该注意控制体重,通过合理的饮食和适量的运动来保持健康的体重范围。对于超重或肥胖的人群,减肥可以降低泌尿系统疾病的发生风险。

避免长时间久坐 长时间久坐会增加泌尿系统疾病的发生风险,如前列腺炎、尿失禁等。因此,人们应该尽量避免长时间久坐,每隔一段时间起身活动一下身体;同时选择健康的坐姿,如保持腰部挺直、

放松肩膀等。

注意个人卫生 保持良好的个人卫生是预防泌尿系统感染的重要措施。人们应该每天用温水清洗外阴部,保持局部清洁干燥;尽量选择透气性好的棉质内裤;避免过度清洁阴道内部等。此外,夫妻双方性生活前后应清洗外生殖器,避免感染性疾病的传播。

定期更换内衣 定期更换内衣可以避免细菌滋生和繁殖,预防泌尿系统感染的发生。建议每天更换内衣,并选择透气性好、柔软舒适的内衣。

避免使用刺激性强的清洁剂或香皂 使用刺激性强的清洁剂或香皂会破坏外阴部的酸碱平衡,增加细菌感染的风险。因此,在清洁外阴部时应选择温和的清洁剂或清水。

及时治疗潜在疾病 一些潜在的疾病可能会增加泌尿系统疾病的风险,如糖尿病、高血压等。因此,人们应该及时治疗这些潜在疾病,控制病情的发展,降低泌尿系统疾病的发生风险。

定期体检 定期体检是及早发现泌尿系统疾病的重要手段。不同年龄段的人群应根据医生建议定期进行相关体检项目,如尿液分析、肾功能检查等。通过体检可以及早发现潜在的疾病风险,及时采取相应的治疗措施,避免疾病的发展和恶化。

注意药物使用 某些药物可能会对泌尿系统产生不良影响,如非甾体抗炎药、某些抗生素等。在使用这些药物时应遵循医生的指导,注意观察不良反应的发生,如有不适及时就医。

加强宣传和教育的力度可以帮助人们更好地了解泌尿外科疾病的预防知识和方法。政府、医疗机构、社区等应该加强对公众的宣传和教育力度;同时媒体也可以发挥其作用,普及相关的健康知识和信息。通过广泛的宣传和教育活动,提高公众对泌尿系统健康的认识和重视程度,共同营造一个关注和维护泌尿系统健康的良好氛围。

带你了解不同降糖药物的服用要点

▲峰城区峨山镇中心卫生院 陈夫重

使用降糖药物是医生用于治疗糖尿病的常见方法,能够帮助病人控制血糖水平。然而,不同种类的降糖药物有不同的服用要点,掌握正确的用药方法对于糖尿病患者来说至关重要。

口服降糖药物

双胍类药物 如二甲双胍、盐酸苯乙双胍片等。双胍类药物使用中,需要根据医生的处方和指导来使用,按照规定的剂量和时间进行服用。一般建议在饭后立即或进餐时服用,可以帮助控制餐后血糖水平,并减少呕吐和胃肠道不适的风险。同时,双胍类药物应按规律地服用,以确保药物的持续性和稳定性。

α -糖苷酶抑制剂 如阿卡波糖、伊度舒格列汀等。此类药物适用于餐后血糖升高、以碳水化合物为主食的糖尿病患者, α -糖苷酶抑制剂应当在病人吃第一口主食时一起嚼服,以此发挥较为显著的餐后降糖作用,延缓碳水化合物的吸收能力。此外,该类药物随餐服用,用药剂量应当从低逐渐增加。

胰岛素增敏剂 如罗格列酮、吡格列酮。在使用胰岛素增敏剂时,应当尽量控制用药剂量。常在早餐前或早餐后服用,一日用药1次。若病人早起血糖较高时,应当将药物使用调整在晚上服用,以此保障稳定的血糖浓度。

非磺脲类促泌剂 如瑞格列奈、那格列奈;非磺脲类促泌剂需要在餐前5~20 min服用,如果不按时服用,可能会引起低血糖。

DPP-4抑制剂 如西格列汀、维格列汀、维格列汀、沙格列汀、阿格列汀等。除维格列汀一日2次给药外,其余列汀类药物都是一日用药1次。可以在任何时间服药,不受饮食影响。

SGLT-2抑制剂 如达格列净、恩格列净、卡格列净。上述药物每日使用一次,晨起用药,不受饮食限制。

磺脲类促泌剂 如格列吡嗪、格列喹酮、格列齐特、格列本脲、格列美脲等。格列吡嗪需三餐前半小时服用;格列喹酮、格列本脲、应于早餐前半小时一次服用;格列齐特需早晚餐前半小时服用;格列美脲需每日早

餐前用药1次,服用时不能嚼碎。

胰岛素注射

注射部位 常用的注射部位有腹部、大腿外侧、上臂等。选择注射部位应轮换使用,避免局部脂肪堆积和皮肤损伤。可以按照医生的建议选择合适的注射部位。

注射角度和速度 一般采用45度或90度角度将胰岛素注射到皮下组织中。推荐使用规定的注射针,每次注射前应更换新的针头。注射时需要稳定手握注射器,以适当的速度注射药液,避免过快推注导致药液流失。

配合饮食和运动 糖尿病患者由于餐后血糖上升较快,胰岛素注射需要与餐食时间相匹配,以帮助控制血糖。在注射胰岛素之前或之后进行适度的体育活动,也可以有助于控制血糖水平。

血糖监测 胰岛素注射治疗后,需要定期监测空腹和餐后血糖水平,以判断胰岛素用量的合理性和调整是否需要。通过密切监测血糖水平,可以根据实际情况调整胰岛素剂量。

严格按医嘱使用 按照医生的指示和处方进行胰岛素注射,并不可随意增减剂量或改变用药时间。如果有任何疑问或需要调整胰岛素用量,应咨询医生的意见。

注意低血糖风险 胰岛素治疗可能导致低血糖,病人需要了解低血糖的表现和预防方法。如果出现低血糖表现,如头晕、出汗、心慌等,应及时采取措施,如摄入含糖食物进行纠正。

总之,不同的降糖药物有不同的服用要点,我们需要了解和遵循医生的指导,根据自身情况合理使用,并注意药物的不良反应和副作用,只有掌握正确的用药方法,才能更好地控制血糖水平,保持健康的生活。

