



超声检查前的注意事项

▲ 崇州市妇幼保健院 马黛群

超声检查是一种无辐射、无创、安全有效的检测方式，具备价格低廉、操作方便、可重复进行等诸多优点，是临床上常用的检查方式。为充分保障检查结果的可靠性，下面就一起来了解下超声检查前的注意事项。

空腹进行检查

在进行上腹部检查，例如肝脏、上腹部肿块、腹膜后、腹部血管、左肾静脉、肾动脉、肾上腺、胰腺以及胆管和胆囊等部位的检查时，需空腹 8 h 后才能够进行检查，最好在前 1 天的晚饭后就开始禁食，次日上午进行空腹检查，可以喝少量的白开水，同时尽量保障胆囊以及胆管内部的胆汁足够充盈，充分减少患者胃肠道食物以及气体的干扰，否则将会严重的影响检查结果。在这些部位进行检查的过程中，超声图像的质量非常容易受到干扰。因此，腹胀或者患有便秘的患者应当在检查前服用一些帮助

消化的药物，引导患者排气或者使用开塞露等轻度泻药帮助患者进行排便。

需要憋尿

患者进行下腹部包块、输尿管下段、精囊、膀胱以及盆腔检查的过程中，需患者的膀胱充分充盈。患者在进行检查前的 1~2 h 内需要喝水或各种饮料，喝水后尽量不要排尿，促使自身的膀胱充分充盈，为自身的检查提供帮助。需要特别注意的是，如果同时需要做大小便化验和超声检查，建议先做超声检查后再进行小便化验。

妇科超声检查前的注意事项

凡是进行妇科检查时，为了避免肠管内的内容物尤其是气体对检查结果造成影响，应当在进行检查之前将大便排空，是保障自己肠道内部没有粪块；在前往医院进行检查之前的 1~2 h 喝水或各种饮料，并且不要排尿，充

分保障膀胱的充分充盈，便于检查。产科病人怀孕 3 个月以上的患者不需要进行特殊的准备，但是妊娠中晚期可疑前置胎盘的患者以及需要对宫颈情况进行了解的患者，依然需要适当的饮水使自身的膀胱充盈之后再进行检查；需要进行阴道超声检查的患者而言，若其存在性生活历史则无须进行检查，膀胱留尿的患者反倒会对自身的检查结果查产生一定的影响。

对于一些特殊情况的患者

X 线胃肠造影的钡剂是超声的强反射剂和吸收剂，若胆管或胆囊附近胃肠道内存有残留的钡剂则会严重影响超声检查的准确性。因此应在 X 线胃肠造影的 3 天后，胆系造影 2 天后再进行超声检查；在进行过结肠镜以及胃镜检查者 2 天后再进行超声检查。如果患者需要同时进行上腹部超声以及钡餐、胃肠镜等，建议在空腹做超声

检查后再进行其他检查。患者腹部胀气会影响胆囊、胆管以及周围图像的观察，因此可以使用乳酶生片剂 3 天后进行检查。在小儿心脏超声检查时，需要患儿镇静熟睡后才能够进行检查。

孕妇超声检查的注意事项

首先，超声检查是目前产科检查最安全最有效的检查方法。在怀孕期间，孕妇一般会接受很多次的超声波检查，为了对信息的采集进行优化，但是超声波检查需要在明确的时间段内进行。目前超声产检并不是百分百的准确，超声波检查并不是诊断性的检查，而仅仅是一种筛查，对于很多小畸形或者是某些器官运行不良以及某些染色体方面的问题等，超声波检查是没有办法检查出来的。其次，对于超声检查的准确性而言，会受到很多因素的干扰以及限制。所以在孕妇产检筛查时，会结合其他的诊断和检查方式。

肾炎治疗的常见误区

▲西昌市人民医院 王保和

肾炎是临床上较常见的疾病，在人群中的发病率较高，这些年还呈增长趋势。要实现对肾炎的有效治疗，就需要做好对肾炎的深入认识，不要陷入治疗误区中。在肾炎底料中常见的误区有以下几种。

认为肾炎治不好 肾炎不但可以治，且绝大部分是能够治愈和控制的。肾炎疗效好坏取决于对此疾病诊疗是否及时和合理，同时与患者保健的措施也存在密切关系。患者会出现不能治好的错误观念，一方面是因为肾炎本身的症状具有很强的隐匿性，在早期并不容易被发现，在大量肾组织出现损伤或者肾功能丧失后，才去就诊和治疗，此时就已经很晚了。

另一方面是因为一些患者在经治后出现症状的缓解，当自身感觉比较好后，会认为自身的病情已经痊愈，忽视了后期维持治疗，在感觉不适又去就诊后，其疾病性质已经出现变化，进而产生不能治愈的错误观念。

吃动物肾脏能补肾 中医有以形补形的说法，所以很多患者认为多吃肾脏就能治疗肾炎，这其实是错误的观点。肾炎患者反而要控制饮食，吃很多补品还不如做好忌口。动物的肾脏尽管含有很高的蛋白质质量，但并不能食用很多，因为其内含有很高的胆固醇和嘌呤，会增加肾脏负担。

忌盐和少饮水 在民间的传说中，肾炎患者要百日忌盐，其实并没有这样的道理。盐是人体组织代谢的必要元素，若长期忌盐对病情起到缓解作用，还会导致人体诸多脏器的功能下降，对人体恢复是不利的。

如果患者症状比较轻，可能会导致病情的迁延；如果患者病情比较重，则会对他们的生命造成危及；如果患者没有明显的浮肿以及高血压等情况，每天要进行

3~5 g 食盐的补充；如果是重度的水肿或者高血压的患者，要对盐摄入量适当减少，一般每天控制在 1~3 g。很多肾病的患者不愿意多饮水，怕对肾脏的负荷加重，其实人体内代谢的产物都是通过尿液向体外带出，如果患者尿量存在不足，会导致体内废料的蓄积，对肾脏损害进行加重。

频繁更换治疗的方案 人们往往在生病后十分着急，都想把病最快的治好，而有些患者往往会听信别人的话，听到别人说哪个医院的治疗好就赶紧去治疗，这也导致治疗的方案发生来回的变换，往往在目前治疗还没有显效的时候就换了治疗方案，这对肾病病情会造成加重的。

滥用抗生素 一些患者会将肾炎与其他一般炎症性疾病同视，如肠炎和肺炎等，进而通过抗生素的治疗法。他们之间是存在本质性区别的，肾炎是因为免疫系统的异常而导致的，而炎症疾病则是因为细菌感染而导致的。对前者的治疗中主要是对抗原物质实施消除，避免不正常免疫的反应发生，常选择免疫的抑制剂治疗。因为抗生素一般都存在肾毒性，如果滥用的话，会产生抗生素性的肾损害，导致肾病病情加重。

迷信偏方 在偏方中，一般存在三种情况，第一种是前人所积累经验，尽管一些偏方治好了相关病例，但其治病的机理不能得到现代医学知识与方法证实；第二种偏方是具有对症性的，但并不治本；最后一种就是人们常说的假药。

肾炎的患者一定不能随便使用偏方，肾炎的情况超过十种，而不同肾炎的病因和病变的性质不同，在治疗中的方法也是不同的，通过偏方治疗是不科学的，并且一些中草药中存在肾毒性，如果随便服用的话，会加重肾病病情。

如何早期发现乳腺癌变

▲宜宾市第二人民医院 / 四川大学华西医院宜宾医院 郑珂

乳腺癌是女性较为常见的恶性肿瘤之一，对患者的生活产生了严重影响，甚至会危及生命。有关调查数据显示，乳腺癌在我国发病率逐年上升，其在我国发病率约为 2.5%，并且呈现城市多于农村的态势。

乳腺癌的基本情况

乳腺癌没有明确的病因。研究发现乳腺癌存在一定的发病规律，其主要发病于女性，约为 99%，男性仅占 1%，具有一定的高危人群。高危人群主要为初潮年龄小于 12 岁，绝经年龄大于 55 岁，超过 35 岁没有分娩与哺乳经历的女性，以及长期定量注射外源性雌性激素，过度饮酒，长时期进食高脂肪食品，绝经体重增加，家族中有相关病史的人群。

乳腺癌主要分为 4 类：第一类是隐性乳腺癌，在临床检查时其乳腺中没有肿块，但乳腺切除后在病理检查中证实患有乳腺癌。第二类是男性乳腺癌，发病率仅为 1%，临床中并不多见。第三类是炎性乳腺癌，患者乳房会出现弥漫性变硬变大，周围皮肤会红肿或水肿，一般为爆发性发病，在临床极为罕见。第四类是妊娠期和哺乳期乳腺癌，在女性妊娠期或哺乳期发病，在妊娠期与哺乳期肿瘤会加快生长，同时由于女性处在特殊时期使肿瘤在早期时不易被发现。

早期筛查乳腺癌的重要性

虽然能通过医疗手段对乳腺癌患者进行治疗，但这些医疗手段会对患者的身体造成不可逆转的损伤，因此乳腺癌给女性带来了极大的危害。乳腺癌通常是患者本人发现乳房包块再去医院就诊，确诊后的治疗费用以及术后内分泌治疗费用高昂，给患者及其家人带来巨大的经济压力。目前，当务之急是采用有效措施控制乳腺癌的发生与发展。

从临床报告上分析，病程的早晚是关系着乳腺癌远期存活率的关键因素，早发现、早治疗能帮助患者达到更好的治愈效果，早期的筛查与诊断工作对乳腺癌患者至关重要。

早期筛查乳腺癌的方法

自我乳腺筛查 自我乳腺筛查是指女性对乳腺进行自我检查。乳房自我检查能够清楚的了解自身乳房健康状况，能够早期发现乳腺疾病，其中乳腺自我检查（BSE）是目前早期乳腺筛查的常规方法。大于 20 岁的女性应利用 BSE 以每月 1 次的频率对乳腺进行自我筛查，在自我筛查中包括视诊与触诊两部分。每位女性都应掌握筛查方法，在月经后 7~10 天内对出乳房进行检查。在对自我进行检查时应掌握一定的顺序，从外上象限开始、检查外下象限、检查内下象限、检查内上象限、检查腋下、最后是中央区。在自我检查过程中，手指需平放在受检部位触摸，不能用手指抓捏，否则容易产生误诊。

乳腺超声 乳腺超声检查是利用超声仪器对乳房进行多角度、全方位的扫描。根据声像图分析乳腺病变的性质与形态，能够清楚的显示肿瘤的位置、大小等情况，对乳腺癌诊断的正确率在 80%~85% 之间。乳腺超声穿透力强，适合年轻女性进行检查，患者在检查过程中仰卧，充分暴露乳房及腋下部位，因此要放松心情，积极配合检查，不要过于的紧张。

钼靶检查 乳腺钼靶 X 线检查是目前世界上最普遍的早期筛查方式，具有全面、操作简单、费用低廉等特点，能够在钼靶 X 线片上观察出患者乳房部位微小沙粒样钙化、局部组织增厚阴影、致密块影等情况，能够帮助医生进行更专业的诊断，从而提高早期乳腺癌的诊断率。专家建议年龄在 35~40 岁之间的女性每年进行 1 次乳腺钼靶检查。