市计生科研所不孕不育诊治中心专家释疑：

什么阻碍了女人的“孕气”？

本报讯 35岁的张女士结婚后一直怀不上孩子，四处求医无果。日前，她去市计生科研所不孕不育诊治中心检查后，医生说她是继发性不孕。“造成女性继发性不孕的原因虽然很多，但大多数和人工流产与药物流产史有直接关系。要当妈妈，首先要学习保护自己，用自己健康的身体迎接宝宝。”市计生科研所不孕不育诊治中心医生孟宝丽说。

据了解，近年来，继发性不孕症的女性所占比例越来越大，年龄也趋于年轻化。根据多年临床经验，孟宝丽特别总结了几条不孕因素，希望能引起女性朋友注意：1.短期内多次人工流产，易引起输卵管炎、宫颈和宫腔粘连、闭经等，因而造成不孕。对于不想要孩子的家庭，丈夫应主动采取避孕措施，妻子也可口服避孕药。2.就业竞争加剧使很多职场女性压力增大，长期处于忧虑、抑郁或恐惧不安的精神状态中，卵巢不再分泌女性荷尔蒙及不排卵，月经开始紊乱甚至闭经，这样也不易怀孕。不孕女性应及时减轻工作压力，适度调整工作状态，严重的必须通过激素治疗才能恢复健康。若连续三个月不来月经，最好到医院就诊，否则可能造成卵巢萎缩。3.经期同房易造成免疫性不孕。经期宫颈会变得松弛，保护能力也会下降。如果同房，易使细菌和血液进入盆腔，从而引发感染。若逆流的经血在盆腔里残存下来，会造成子宫内膜异位症。4.减肥过度，导致排卵停止。盲目减肥会导致营养不均衡，微量元素严重缺乏也会影响生育能力。5.生育比较晚，也可能导致不孕不育。一名女性一生携带的卵子是一定的，到了35岁以后，妊娠率会下降，流产率会增加，畸形率也会增高。

（牛瑛瑛）

关注房颤 预防卒中

2021年6月6日是第九个“中国房颤日”，今年的主题为“关注房颤，预防卒中”。

为提高市民对房颤的认知，提升房颤的知晓率和检出率，降低卒中风险，当天上午，市一院组织专家团队在湛河区人民医院开展了房颤日义诊及健康宣教活动，为广大群众提供健康咨询及免费房颤筛查服务。

乔堃 摄

摔了一跤膝盖痛

最终确诊是“骨肉瘤”

摔了一跤后膝盖好痛！在很多人看来，那肯定是外伤，但背后可能隐藏着大疾，如果按照外伤治了几个月还是不见好转，发现不明肿块，半夜还会被痛醒，那就要注意了。广东省人民医院骨肿瘤科学科带头人、骨科实验室主任张余教授提醒，虽然原发性骨肿瘤发病率低，但后果严重。该疾病在青少年及儿童中发病率高，初期与外伤很难鉴别，极易误诊。如果孩子出现骨痛症状，特别是典型的“夜间痛”，家长一定要警惕。

摔一跤左膝长期疼痛

小学生琳琳（化名）是惠州人，去年初，她在小区里玩耍时不小心摔了一跤，左膝盖青紫了一大块，并且马上肿了起来，伴随剧烈的疼痛。妈妈赶紧将琳琳送到当地医院检查，MRI检查结果提示：左膝股骨外侧髁骨与骨骺损伤。医院对她进行对症处理后妈妈就带琳琳回家休息了。可是半年过去了，琳琳的左腿还是感觉很不舒服，行走不灵活。到了11月，琳琳的左膝疼痛及肿胀比之前更加严重了，琳琳妈妈这才急了，带着孩子来到广东省人民医院就诊。

该院骨肿瘤科张驰医生介绍，孩子入院后医生们立即完善了X片等相关检查，并对病灶进行手术活检。病理结果显示，琳琳的左膝病灶含有少许碎骨组织，可见编织骨成分，未见明确恶性肿瘤证据。专家们认为，根据现有的临床资料并不能确定是骨恶性肿瘤。

2020年12月，孩子接受了手术，术后恢复良好，但随访追踪3个月后发现，琳琳仍有骨痛症状，病灶甚至还增大了。琳琳再次住院接受病灶部位活检，这次的病理结果已经完全超出正常骨愈合的表现，能观察到恶性肿瘤细胞，最终确诊琳琳是“骨肉瘤”。

发病率虽低影响却不小

骨肿瘤是发生于骨骼或其附属组织的肿瘤，有良性、恶性之分。良性骨肿瘤易根治，预后良好。恶性骨肿瘤发展迅速，预后不佳，死亡率高。张余教授介绍，骨恶性肿瘤发病率占全身肿瘤的0.5%-1%，虽然发病率相对很低，但这类肿瘤往往好发在儿童及青少年身上，并且早期症状比较隐匿，就诊时很多已经是中晚期。

“骨肿瘤在各类肿瘤之中属于小瘤种，有些征兆经常被忽视。”张余教授介绍，有10%左右的人在膝关节周围或者大关节周围一摸就有一个小包，但是不用太紧张，这个包大多数都是良性的。一般来说，单个的包块是良性的，多个的包块恶性可能大。

孩子夜间骨痛要特别小心

骨肿瘤在早期时一般无明显的全身症状，后期由于肿瘤对机体的消耗、释放毒素的刺激和诱导的骨溶解引发疼痛等原因，可出现一系列全身症状，如失眠烦躁、食欲不振、消瘦、贫血等。

“发病高峰年龄为10岁至25岁，如果发现关节疼痛，特别是夜痛明显，一定要及时就诊，不要耽误病情。

另外，作为家长，也要有一些常识，就是处在生长期的孩子，身上突然出现疼痛的包块，就要特别留意，一定要带孩子去大医院检查一下，有时候拍个片子就能帮助早期发现。”张余介绍，明确诊断骨肿瘤还要结合患者的病史、医生查体、抽血实验室检查、活检甚至基因测序来综合判断。

“在治疗上，现在高位截肢、关节离断等方式早已经不再是治疗的首要选择。新兴的化疗方案、3D数字打印技术、肿瘤微波消融术等新技术都能为骨肿瘤患者带来生的希望，所以患者一定要遵医嘱积极治疗。”张余介绍，恶性骨肿瘤根据类型的不同预后不同，接受综合治疗，5年生存率目前已经提高到50%以上。

（张青梅）

童年的饮食习惯影响一辈子

本报讯 饮食与健康密切相关，均衡饮食有益健康、预防疾病。美国《实验生物学杂志》上刊登的一项新研究发现，童年饮食会影响一个人的一辈子健康。

美国加州大学河滨分校研究团队将断奶雄性幼鼠随机分为4组。从断奶至性成熟（6周大）期间，实验鼠进行跑步机锻炼，同时喂食不健康的食物。在长到6周至14周期间，实验鼠被隔离喂养，接受标准健康食物，不再进行跑步机锻炼。研究人员通过实验鼠粪便样本分析其肠道菌群的变化情况。他们还对细菌肠道菌群的高变内部转录间隔区进行测序，研究了生命早期（童年）饮食和运动对成年期肠道微生物群的具体影响。

结果发现，小时候摄入太多脂肪和糖会改变肠道微生物群，减少肠道菌群的丰度和多样性，对健康产生负面影响。即便长大后饮食习惯有改善，也难以逆转。相比之下，喂食标准健康食物的实验鼠，其肠道有益菌数量明显增加。

研究结果表明，童年饮食会对成年期肠道微生物群产生长期持久影响。童年饮食与早期锻炼可产生交互作用，童年期健康饮食以及锻炼都会终生受益。

（林烽）

快乐感丧失是痴呆的征兆

本报讯 早发性痴呆属于精神疾病的一种，但患者经常被误认为患有抑郁症。近日，澳大利亚悉尼大学研究发现，如果出现对快乐感知能力下降的情况，很可能是患有额颞叶痴呆症。

缺少体验愉悦的能力被称为快感缺乏症。越来越多证据表明，额颞叶痴呆症患者存在记忆力障碍。为探究其中关系，研究团队纳入87名额颞叶痴呆症患者、34名阿尔茨海默病患者和51名健康老人。通过临床诊断发现，额颞叶痴呆症患者中有55人为行为变异性额颞叶痴呆症，24人为语义性额颞叶痴呆症，8人为进行性非流利性失语。与阿尔茨海默病患者相比，额颞叶痴呆症患者的发病率显著下降，而阿尔茨海默病患者没有表现出明显的快感缺乏症。额颞叶痴呆患者的额叶和纹状体区域出现了明显退化或萎缩，这些区域的减少也说明了患者大脑对“寻求快感”的需求降低。

人们认为感知快乐的能力是理所当然的，失去将对精神疾病患者造成打击，而且对患者健康也有一定影响。目前还没有特殊药物能完全治愈这类疾病，患者需要家人更多关心和照顾。

（廉政）