黄丹桂 沧州市人民医院医专肿瘤院区

乳腺超声报告的BI-RADS分级是一 种标准系统,用于评估乳腺超声结果并提 供对乳腺疾病可能性的评估。该分级系统 帮助医生和患者了解乳腺超声结果的含 义,并指导进一步的诊断和治疗。本文将 介绍乳腺超声报告的 BI-RADS 分级系 统,以帮助读者更好地理解和解读乳腺超 声报告。

一、什么是乳腺报告的BI-RADS分级? BI-RADS (Breast Imaging Reporting and Data System) 是乳腺影像学报告和 数据系统,它是一种标准化系统,用于 对乳腺 X 射线检查结果进行分类和诊 断。BI-RADS 分级是根据乳房 X 射线 检查(例如乳房超声、乳房MRI或乳房 X光摄影)的结果,将乳腺发现划分为 不同的分类。

二、如何解读乳腺超声报告的 BI-RADS分级?

(—) BI-RADS 1

当乳腺超声报告的BI-RADS分级为1 时,表示乳腺超声结果显示没有发现任何 异常或可疑病变。这意味着乳腺组织在超 声检查中呈现出正常的表现,没有肿块、 结节或其他异常的发现。BI-RADS 1级的 结果是非常正常和健康的,通常无需进行 额外的检查或随访。这种结果表明您的乳 腺组织在超声图像上没有任何可疑的异 常,符合正常的乳腺结构和特征。 I-RADS 1级并不代表您绝对没有乳腺疾

病。乳腺组织中的异常病变有时可能在超 声中不可见, 因此, 如果您有乳腺相关症 状或需要额外的关注,仍建议与医生进一 步讨论和评估。

(二) BI-RADS 2

2024年5月25日 星期六 农历甲辰年四月十八

> 当乳腺超声报告的BI-RADS分级为2 时,表示乳腺超声结果显示存在一些良性 病变或特征,没有恶性病变的可疑迹象。 这意味着在超声检查中可能观察到一些常 见的乳腺结构或良性病变,如囊肿、乳腺 增生或乳腺纤维瘤等。BI-RADS 2级的结 果通常表明乳腺组织在超声图像上呈现出 正常或良性的特征,没有发现可疑的恶性 病变。这种结果是相对正常的,通常不需 要进行额外的检查或随访。

(三) BI-RADS 3

当乳腺超声报告的BI-RADS分级为3 时,表示乳腺超声结果显示可能存在一些 轻微异常或稳定的乳腺组织特征。这并不 表示明确的恶性病变,但需要在短期内进 行再次超声检查以进一步确认。 BI-RADS 3级的结果表示在乳腺超声中可 能观察到一些可疑但不确定的特征,需要 在约6个月内进行再次超声检查以确认是 否有任何变化。

(四) BI-RADS 4

当乳腺超声报告的BI-RADS分级为4 时,表示乳腺超声结果显示存在一些异 常发现,有可疑的特征,需要进一步评 估以确定是否为恶性病变。BI-RADS 4 级的结果表示乳腺超声中观察到一些可 疑的异常特征,这些特征可能与恶性肿 瘤相关。具体的特征可能包括肿块的形 状、边界规则性、内部结构、血流情况 以及其对周围组织的影响。这些特征提 示了需要进一步的评估,以确定是否存 在恶性肿瘤。

(五) BI-RADS 5

当乳腺超声报告的BI-RADS分级为5 时,表示乳腺超声结果显示存在高度可 疑的恶性病变。这意味着乳腺超声中观 察到的异常特征与恶性肿瘤密切相关, 需要进一步的确认和治疗。BI-RADS 5 级的结果是较高风险的,提示乳腺超声 中发现的特征可能指向恶性肿瘤。这些 特征可能包括肿块的不规则形状、模糊 或不清晰的边界、异常的内部结构、可 触及的淋巴结或其他不寻常的乳腺组织

(六) BI-RADS 6

已经明确为恶性。已经确定存在恶性 病变,可能需要进一步的治疗。

关于BI-RADS分级的解读,在1和2 级中,通常无需进一步处理;在3级中, 可以选择进行短期随访以进行动态观察; 而4、5和6级则需要更进一步的评估和可 能的活检以确定是否为恶性病变。 BI-RADS分级只是一种评估工具, 最终的 诊断仍需要依赖医生的专业判断和其他辅

如何缓解分娩时的紧张情绪?

黄立新 沧州市妇幼保健院

分娩是女性生命中重要而特殊的时 刻,它标志着新生命的诞生和母性的开 始。然而,面对分娩时的种种未知和可能 的疼痛,许多准妈妈们会感到紧张和焦 虑。这些情绪不仅可能影响分娩的顺利进 行,还可能对母婴健康产生不良影响。所 以了解如何缓解分娩时的紧张情绪,对于 每一位准妈妈来说都是非常重要的。

一、分娩时紧张情绪的来源

一般来说,分娩时的紧张情绪主要来 源于以下几个方面:

对未知的恐惧:分娩是一个复杂的过 程,许多准妈妈们对分娩的具体过程和可 能遇到的情况缺乏了解,因此会感到恐惧

对疼痛的担忧:分娩时的疼痛是不可 避免的,许多准妈妈们会担心自己无法承 受这种疼痛,从而产生紧张和焦虑的情

对母婴健康的担忧:准妈妈们往往非 常关心自己和宝宝的健康, 担心分娩过程 中可能出现的问题,如难产、产后出血 等,这些担忧也会导致紧张情绪的产生。

二、缓解分娩时紧张情绪的方法

(一) 心理调适

了解分娩知识:准妈妈们可以通过阅 读书籍、观看视频等途径, 了解分娩的具 体过程和可能遇到的情况,增加对分娩的 认识和理解。

寻求专业支持: 准妈妈们可以寻求医 生、护士或心理咨询师等专业人士的帮 助,了解自己的身体状况和分娩计划,以 及如何应对分娩时的各种情况。这些专业 人士可以提供专业的指导和建议。

积极参与产前课程:产前课程可以帮 助准妈妈们了解分娩的整个过程和需要 注意的事项,同时也可以与其他准妈妈 交流经验和感受,增强彼此之间的支持 和信心。

保持良好的心态: 准妈妈们需要保持 积极乐观的心态,相信自己能够顺利度过 分娩过程。同时, 也要学会放松自己, 避 免过度紧张和焦虑。

(二) 呼吸放松法

呼吸放松法是一种简单而有效的缓解 紧张情绪的方法。准妈妈们可以在分娩前 学习并练习这种方法,以便在分娩时能够 运用自如。具体操作如下:

坐在一个安静舒适的地方, 闭上眼 睛,放松身体。

慢慢地深呼吸几次, 感受气息在鼻腔 中进出的感觉。 在呼吸的过程中,将注意力集中在呼

吸上, 想象自己正在将紧张和焦虑排出体

在呼气时, 想象自己正在将身体中的 紧张和压力释放出去。

通过反复练习呼吸放松法, 准妈妈们 可以在分娩时更好地控制自己的情绪和呼 吸,减轻紧张感。

(三) 音乐疗法

但不限于以下几种情况:

检查和治疗方案。

音乐疗法是一种通过音乐来影响人 的心理和生理状态的方法。在分娩时, 准妈妈们可以选择一些轻松、舒缓的音 乐来放松自己。这些音乐可以帮助准妈 妈们转移注意力,缓解紧张和焦虑的情

绪。同时,音乐还可以刺激大脑释放内 啡肽等神经递质,帮助准妈妈们缓解疼 痛和不适感。

(四) 陪伴与鼓励

在分娩时,准妈妈们需要得到家人和 医护人员的陪伴与鼓励。家人的陪伴可以 让准妈妈们感受到支持和关爱,增强她们 的信心和勇气。医护人员的鼓励则可以帮 助准妈妈们更好地应对分娩过程中的各种 情况,减轻她们的紧张感。

三、注意事项

不要过度焦虑: 虽然分娩是一个重要 的时刻, 但准妈妈们也不要过度焦虑和紧 张。过度焦虑可能会影响分娩的顺利进行 和母婴健康。

遵循医生建议: 准妈妈们需要遵循医 生的建议和指导,按照分娩计划进行分 娩。同时, 也要根据自己的身体状况和感 受及时调整分娩计划。

保持积极心态: 在分娩过程中, 准妈 妈们需要保持积极的心态和信心,相信自 己和医生能够顺利度过这个特殊的时刻。

分娩时的紧张情绪是许多准妈妈们都 会面临的问题。通过心理调适、呼吸放松 法、音乐疗法和陪伴与鼓励等方法, 准妈 妈们可以有效地缓解这些情绪, 保持平静 和自信地迎接新生命的到来。同时,准妈 妈们也需要注意不要过度焦虑和紧张,遵 循医生的建议和指导,保持积极的心态和 信心。相信在医生和家人的陪伴下,每一 位准妈妈都能够顺利度过分娩过程, 迎接 自己可爱的宝宝。

发现肺内微结节怎么办?

李文 沧州市人民医院医专肿瘤院区

在医学检查中, 肺内微结节的发现常 常让患者和家属感到焦虑和不安。这种微 小的肺部异常往往不易察觉, 但在现代医 学影像技术的帮助下,越来越多的微结节 被检测出来。面对肺内微结节,我们应该 如何应对?

一、肺内微结节是什么?

肺内微结节, 指的是在肺部影像学检 查中发现的直径小于或等于3厘米的局灶 性、类圆形、密度增高的阴影, 这些阴影 可以是单发的, 也可以是多发的。肺内微 结节可能由多种原因引起,包括良性病变 和恶性肿瘤。根据直径大小, 肺结节可进 一步分为微小结节(直径小于5mm)、小 结节(直径在5-10mm)和肺结节(直径 在10-30mm)。

从医学角度来看, 肺内微结节的密度 可以分为三类:实性结节、部分实性结节 和磨玻璃结节。实性结节指的是结节内部 全部是软组织密度的阴影,不含有气体或 液体成分; 部分实性结节则包含实性和磨 玻璃密度两种成分; 磨玻璃结节则表现为 密度轻度增高的云雾状淡薄影, 其内血管 及支气管纹理仍可显示。

肺内微结节的出现并不一定意味着患 有肺癌,许多良性病变,如炎症、结核、真 菌感染等,也可能在肺部形成类似的结节。 由于肺癌在早期往往表现为微小的结节,因 此对于肺内微结节的评估和诊断至关重要。

肺内微结节的出现有多种原因,包括

二、为什么会出现肺内微结节?

肺部感染:如肺炎、肺结核等,这些 感染可能导致肺部出现炎症性结节。 良性肿瘤:如错构瘤、硬化性血管瘤

等,这些肿瘤虽然为良性,但也可能在肺 部形成结节。 恶性肿瘤:如肺癌等,恶性肿瘤在初

期往往表现为微小的结节。 其他因素:如尘肺、结节病等职业性

疾病, 也可能导致肺部出现结节。

三、发现肺内微结节后应该怎么办? 咨询专业医生:患者应尽快咨询专业 医生,了解结节的性质和可能的原因。医 生会根据患者的病史、症状、体征和影像 学检查结果,进行综合评估,制定合适的

进行进一步检查:如血液检查、肿瘤 标志物检查、肺功能检查等。这些检查有 助于更准确地评估结节的性质和可能的风

定期随访: 随访的周期会根据结节的 大小、密度、位置等因素而有所不同。通 过定期的CT扫描或其他影像学检查,医 生可以观察结节的变化情况,以便及时发 现并处理任何异常情况。

手术治疗:如果结节被认为是恶性 的或者存在较高的恶性风险, 医生可能 会建议患者进行手术治疗。手术方法包 括肺叶切除、肺段切除等,具体方案会 根据患者的具体情况制定。手术治疗是 早期肺癌的首选治疗方法,可以有效地 控制病情。

辅助治疗:对于恶性结节患者,除了 手术治疗外,还可能需要接受放疗、化疗 等辅助治疗。这些治疗方法有助于控制病 情、延长生存期和提高生活质量。

四、如何预防肺内微结节的发生?

戒烟限酒: 吸烟和饮酒是肺部疾病的 主要危险因素之一。戒烟限酒有助于降低 肺部疾病的发生风险,包括肺内微结节。

避免职业暴露:对于从事与粉尘、化 学物质等有害物质接触的职业的人群,应 采取相应的防护措施,减少职业暴露的风

定期体检: 定期进行体检有助于及时 发现肺部异常情况,包括肺内微结节。建 议每年进行一次胸部CT扫描等影像学检

保持健康生活方式: 如均衡饮食、适 量运动、充足睡眠等,有助于提高身体免 疫力,降低肺部疾病的发生风险。

五、结语

肺内微结节是一种常见的肺部异常现 象, 其性质可能是良性的也可能是恶性 的。面对肺内微结节,患者应保持冷静并 遵循医生的建议进行进一步检查和评估。 通过咨询专业医生、进行必要的检查、定 期随访和采取预防等措施, 我们可以更好 地应对肺内微结节带来的挑战并保护自己 的健康。同时,我们也要认识到肺内微结 节的发现和治疗是一个长期的过程,需要 患者和医生共同努力和配合。

甲状腺结节的病理学奥秘, 你知道吗?

邵茜 沧州市人民医院医专肿瘤院区

甲状腺结节,作为一种常见的甲状 腺疾病, 近年来其发病率逐年上升。然 而,很多人对甲状腺结节的病理学奥秘 知之甚少,今天我们就来一起探讨甲状 腺结节的病理特点及其相关知识。

一、甲状腺结节的概述

甲状腺结节,是指在甲状腺组织内 出现的局限性肿块。这些肿块可以是单 个或多个,大小不一,质地各异。大多 数甲状腺结节是良性的, 但仍有少数可 能是恶性或具有恶性潜能。

二、甲状腺结节的病理类型

良性结节

良性结节是甲状腺结节中最常见的 一种类型,主要包括结节性甲状腺肿、 甲状腺腺瘤等。这些结节通常生长缓 慢,对周围组织无浸润性生长,也不会 引起远处转移。良性结节的病理特点主 要表现为甲状腺滤泡细胞的增生和排列 紊乱,但细胞形态和核分裂象均正常。

恶性结节

恶性结节即甲状腺癌, 虽然发病率较 低,但危害性极大。甲状腺癌的病理类型 主要包括乳头状癌、滤泡状癌、髓样癌和 未分化癌等。这些癌细胞的形态和核分裂 象均异常, 具有浸润性生长和远处转移的 特性。甲状腺癌的恶性程度因病理类型而 异,其中乳头状癌的恶性程度相对较低, 而未分化癌的恶性程度极高。

三、甲状腺结节的病理变化

形态学变化

甲状腺结节的形态学变化主要表现 为甲状腺组织的局限性增生和肿大。良 性结节通常呈圆形或椭圆形, 表面光 滑,与周围组织界限清晰。恶性结节则 形态不规则,表面凹凸不平,与周围组 织界限不清,可侵犯邻近器官和组织。

细胞学变化

良性结节的细胞学变化主要表现为 甲状腺滤泡细胞的增生和排列紊乱。这 些细胞形态正常,核分裂象少见或不 见。恶性结节的细胞学变化则表现为癌 细胞的形态异常和核分裂象增多。癌细 胞可呈乳头状、滤泡状、梭形或未分化 型等多种形态,核分裂象明显增多,且 常伴有核异型性和核仁增大等改变。

四、甲状腺结节的诊断方法 超声检查

超声是诊断甲状腺结节的首选方 法,通过高分辨率的超声探头,医生能 够清晰地观察结节的大小、形态、边界 是否清晰、内部回声是否均匀以及血流 情况等信息。这些信息对于鉴别结节的 良恶性具有重要意义。例如,恶性结节 通常形态不规则, 边界不清, 内部回声 不均匀,且血流信号丰富。

细针穿刺活检

当超声检查或其他影像学检查提示 结节可能为恶性时, 医生会建议进行细 针穿刺活检。这是一种微创的诊断方 法,通过细针穿刺抽取结节内的细胞或 组织进行病理检查。细针穿刺活检的准 确率较高,被誉为诊断甲状腺结节良恶 性的"金标准"。通过病理检查, 医生可 以明确结节的性质和病理类型,为患者 制定合适的治疗方案提供依据。

血清学检查

这些检查包括甲状腺功能测定和甲 状腺相关抗体检测等。甲状腺功能测定 可以了解患者的甲状腺功能状态,如是 否存在甲状腺功能亢进或减退等情况。 而甲状腺相关抗体检测则可以了解患者 是否存在自身免疫性甲状腺疾病等情况。

五、甲状腺结节的治疗原则

良性结节的治疗

对于良性结节的治疗, 主要根据结 节的大小、症状及患者意愿等因素综合 考虑。对于无症状且体积较小的良性结 节,通常采取观察随访的方式;对于体 积较大或有明显压迫症状的良性结节, 可采用手术治疗或药物治疗等方法。

恶性结节的治疗

对于恶性结节即甲状腺癌的治疗, 主要采用手术切除、放疗和化疗等综合 治疗手段。手术切除是治疗甲状腺癌的 首选方法,可根据病变范围及病理类型 选择合适的手术方式; 放疗和化疗则主 要用于辅助治疗和晚期患者的姑息治疗。

六、结语

甲状腺结节的病理学奥秘虽然复杂, 但只要我们掌握了其基本的病理特点和诊 断方法,就能够做到及时发现和准确诊 断。同时,对于不同类型的甲状腺结节采 取不同的治疗原则和方法也是非常重要 的。通过了解甲状腺结节的相关知识,能 够更好地为自身健康保驾护航。

老年Ⅱ型糖尿病合并肌少症的相关危险因素

寿璋 沧州市中心医院

随着生活水平的提高和人口老龄化 趋势的加剧,老年Ⅱ型糖尿病(T2DM) 患者数量逐年上升。与此同时, 肌少症 作为一种与年龄增长密切相关的老年综 合征,在糖尿病患者中尤为常见。老年 Ⅱ型糖尿病合并肌少症不仅影响患者的 生活质量,还增加了跌倒、骨折等风 险,严重威胁着老年人的健康。我们将 科普老年Ⅱ型糖尿病合并肌少症的相关 知识,特别是相关危险因素,以提高大 家对这一疾病的认识。

一、老年 || 型糖尿病与肌少症概述 老年Ⅱ型糖尿病是一种常见的慢性

代谢性疾病,以高血糖为主要特征。而 肌少症则是指随着年龄增长,骨骼肌质 量和力量逐渐下降的一种老年综合征。 在老年Ⅱ型糖尿病患者中,由于长期的 高血糖状态和其他并发症, 肌少症的发 病率较高。老年Ⅱ型糖尿病合并肌少症 不仅会导致患者体力下降、行动不便, 还会增加跌倒、骨折等风险。

二、老年Ⅱ型糖尿病合并肌少症的 相关危险因素

年龄因素

年龄是老年Ⅱ型糖尿病合并肌少症 的一个重要危险因素。随着年龄的增 长,人体各系统的功能逐渐衰退,包括 骨骼肌系统。老年人骨骼肌质量和力量 的下降是自然规律,但在Ⅱ型糖尿病患 者中,这种下降可能更为严重。这是因 为糖尿病本身会加速骨骼肌的萎缩和退 化。

高血糖状态

高血糖状态是老年Ⅱ型糖尿病合并 肌少症的另一个重要危险因素。长期的 高血糖状态会对肌肉组织产生负面影 响,导致肌肉质量和力量的下降。此 外,高血糖还会引起胰岛素抵抗和氧化 应激反应,进一步加剧肌肉组织的损伤 和萎缩。

胰岛素抵抗

胰岛素抵抗是Ⅱ型糖尿病的一个主 要特征,也是老年Ⅱ型糖尿病合并肌少 症的一个重要危险因素。胰岛素抵抗会 导致胰岛素信号传导通路受阻,影响肌 肉组织对葡萄糖的摄取和利用。这会导 致肌肉组织能量供应不足, 进而引起肌 肉萎缩和力量下降。 营养不良

营养不良也是老年Ⅱ型糖尿病合并

常见的老年综合征,其危险因素包括年 龄、高血糖状态、胰岛素抵抗、营养不 良、缺乏运动和药物因素等。针对这些 危险因素,我们可以采取相应的预防和 干预措施,降低老年Ⅱ型糖尿病合并肌 少症的发生率,提高老年人的生活质量。

易出现营养不良。而营养不良会导致蛋 白质摄入不足,影响肌肉组织的合成和 修复,进一步加剧肌少症的发展。 缺乏运动

肌少症的一个重要危险因素。老年人由

于消化功能减退、食欲下降等原因,容

缺乏运动也是老年Ⅱ型糖尿病合并 肌少症的一个危险因素。长期缺乏运动 会导致肌肉组织得不到充分的锻炼和刺 激,从而引起肌肉萎缩和力量下降。此 外, 缺乏运动还会导致心肺功能下降、 代谢能力降低等问题。

药物因素

一些降糖药物和胰岛素也可能对 肌肉组织产生负面影响。例如,某些 降糖药物可能会影响肌肉组织的代谢 和能量供应,导致肌肉萎缩和力量下 降。因此,在选择降糖药物时,应充 分考虑患者的年龄、病情和身体状况 等因素,避免使用对肌肉组织有不良 影响的药物。

三、预防与干预措施

针对老年Ⅱ型糖尿病合并肌少症的 危险因素,我们可以采取以下预防和干 预措施:

控制血糖:通过合理的饮食、运动 和药物治疗,将血糖控制在正常范围 内,减轻高血糖对肌肉组织的损伤。

改善营养状况:保证充足的蛋白质 摄入,促进肌肉组织的合成和修复。同 时,增加维生素 D和钙的摄入,预防骨 质疏松和骨折。

增加运动:鼓励老年人进行适量的 有氧运动和力量训练,提高肌肉质量和 力量。运动时应根据个人情况选择合适 的运动方式和强度,避免过度运动导致 损伤。 药物治疗:对于已经出现肌少症的

患者,可以考虑使用一些能够改善肌肉 质量和力量的药物进行治疗。但需要注 意的是, 药物治疗应在医生指导下进 行,避免药物间的相互作用和不良反应。 四、结语

老年Ⅱ型糖尿病合并肌少症是一种