

在生命起点，她们用掌心温度，守护每一个萌芽的希望



在医院的众多科室里，有这样一支特殊的团队，她们在方寸诊室与手术室里为无数家庭的“求子梦”筑牢希望的根基。她们就是生殖医学科的护士——生命萌芽的最初守护者。

■ 采血台前的“指尖温度”

“请握拳，放轻松，一下就好。”她

们总能精准识别血管走向，让针尖巧妙避开淤青与疼痛。核对试管标签时的再确认、为备孕患者备好的糖果…每一个细节里，都藏着对生命的敬畏与温柔。

■ 手术室里的“黄金搭档”

作为生殖医学科手术室的核心力量，她们术前认真备物、检查流程，术中与医生默契配合、快速传递卵泡液，术后耐心

陪伴患者、讲解注意事项，用严谨与关怀为每一次治疗保驾护航。

■ 微信群里的“私人顾问”

褪去工作服，她们仍是患者随时可寻的“贴心人”。熟知每个患者的治疗阶段，第一时间解答用药疑问、安抚焦虑情绪，用线上的及时回应，延续线下的温暖守护。

■ 诊疗区里的“精准守护”

“来，慢慢躺好，别紧张，我们会非常轻柔。”在各项检查前，她们轻缓的话语总能抚平患者的紧张。精准协助医生完成卵泡监测、取卵术、胚胎移植等关键操作，细致记录每一组数据，反复核对患者身份信息，从促排卵药物的注射指导，到术前术后的饮食叮嘱，每一句耐心解答，都藏着对生命的珍视。

医学的温度，在于对生命的尊重，生殖医学科不仅是技术的执行者，更是希望的守护者。通过优化就医环境、加强健康宣教、提升专业技术、融合中医智慧，让冰冷的医疗流程充满人文关怀。在这里，每一次问诊、每

一份报告、每一句鼓励，都是对生命的尊重与祝福。

她们未曾见证婴儿的第一声啼哭，却亲手呵护过生命最初的模样；她们不直接创造生命，却用专业与温暖，为生命的启程铺就坦途。在生殖医学科的方寸天地里，她们以责任为帆，以温情为桨，载着无数家庭的期盼，驶向“圆满”的彼岸。

地 址：连云港市妇幼保健院生殖医学科门诊四楼C区

门诊时间：周一至周日8:00-12:00，

14:30-17:30

咨询电话：0518-85816992

（生殖医学科 刘淑敏）



两次试管移植失败，第三次多做了这一步，她终于当上了妈妈

两次胚胎移植，两次满怀希望，又两次失望而归。

32岁的李女士在试管之路上跌跌撞撞。直到第三次，医生只改变了一个关键步骤——“养囊”，她的宝宝终于稳稳地住进了“房子”。

这神奇的一步到底是什么？是所有人都该选吗？今天，连妇幼一次说清楚。

她前两次失败，问题竟出在“好看的胚胎”上

32岁的李女士，前两次试管移植的都是“优等生”——第3天的卵裂期胚胎，形态漂亮，评分很高。可它们就是无法着床。

医生复盘发现：这些胚胎“中看不中用”，发育潜能不足，根本没力气在子宫里“安家”。

第三次，医生建议：不急着重植，再多养几天。

就是这一步，让李女士从4枚胚胎中，筛选出了1枚真正的“种子选手”——优质囊胚。移植后，成功着床，足月生下健康男婴。不是所有好看的胚胎都能成大事，能不能养成囊胚，才是硬道理。

什么是“养囊”？一句话：让胚胎自己“卷”起来

所谓的“养囊”，医学上叫囊胚培养。

简单说：把培养到第3天的胚胎，继

续在实验室里多住2-4天（养到第5-7天）。

这多出来的几天，其实是一场残酷的“淘汰赛”：

染色体异常的、发育潜能差的胚胎，会停止发育，自然淘汰。

只有真正生命力顽强的“天选之子”，才能闯关成功，长成囊胚。

李女士的故事就是最好的证明：前两次直接移植的“第3天胚胎”，混杂了“伪学霸”；第三次养的囊胚，才是货真价实的“真学霸”。

“养囊”最大的好处：让胚胎和子宫“双向奔赴”

为什么囊胚移植成功率更高？

第一，同步率更高。

自然受孕中，胚胎正好在第5-7天进入子宫。囊胚移植正好模仿了这个自然过程，让胚胎和子宫内膜的发育完美同步，着床就像“钥匙对上了锁”。

第二，筛选更精准。

能长成囊胚的胚胎，染色体正常的概率更高。移植它，等于提前淘汰了一大批“无效胚胎”，少走弯路。

但别急！“养囊”有个最大的风险……

养囊不是万能的。最让人担心的情况是：养到最后，没胚胎可移植了。

尤其是以下情况，风险较高：

► 年龄超过40岁

► 胚胎数量很少（比如只有1-3枚）

► 胚胎本身质量就不太理想

38岁的张女士就是例子：她第一次试管只获得了3枚卵裂期胚胎。医生评估后建议：不养囊，直接移植。虽然着床率低一些，但她最终还是成功受孕了。

一句话：养囊是“优中选优”，前提是你得有“优”可选。

到底要不要养囊？先看这4种情况

✔ 比较适合养囊的情况：

胚胎数量充足：第3天有≥4个优质胚胎，或者移植冷冻后还有剩余。

需要延迟移植：比如有宫腔积液、内膜不达标，等身体调理好了再移。

反复移植失败：多次移植优质胚胎都不着床，怀疑是胚胎发育潜在问题。

挽救“丑胚胎”：某些长得不好看、但可能还有潜力的胚胎，试试养囊看能不能“逆袭”。

△ 建议谨慎养囊的情况：

年龄较大（尤其40岁以上）

胚胎数量少（≤3枚）

既往胚胎质量普遍不佳

试管路上，没有标准答案

李女士和张女士，一个养囊成功，一个没养囊也成功了。

（生殖医学科 杨宁 白璐）

国家三级甲等妇幼保健院

为全市妇女儿童健康服务



港城妇幼保健
GANGCHENG FUYOU BAQJIAN

第203期(总第385期)

2026年5月28日

连云港市妇幼保健院主办(内部刊物)

主编：赵成 汤丽莎

编辑部主任：闫冬梅

责任编辑：周思月

编辑：周思月



地址：连云港市海州区秦东门大街669号

电话：0518-85805916

公交线路：8路、12路、17路、22K、游1路

投稿邮箱：fbytgx@126.com

国际护士节，致敬每一位生命守护者！

科普·以行动护健康

5月11日下午，海州区副区长李宝芹，海州区卫健委党委书记、主任谢艳一行走访慰问了一线护理人员。

5月12日上午，院领导深入各临床护理单元开展慰问。

致敬·以荣光聚初心

5月12日下午，连云港市妇幼保健院举办“5·12”国际护士节总结会，院领导、中层干部、护士代表等参加活动。

院长汤丽莎向全院护理工作致以节日问候，肯定了护理团队在专科建设、技术创新、服务优化等方面取得扎实成效，特别是新生儿科、妇科成功创建市级护理重点专科，希望全体护理人员以匠心提升质量，筑牢母婴安全屏障。

党委书记赵成代表院党委向全体护理人员致以崇高敬意，表示护理团队始终是推动妇幼保健院高质量发展的核心力量。结合医院发展新形势，赵成围绕锚定行业标杆、深耕专科品牌、构建全生命周期护理体系、强化团队协同、夯实保障机制等方面对护理工作提出期望，勉励全体护理人员传承南丁格尔精神，提升能力、锤炼作风，全力打造全周期、全链条、智慧化、有温度的妇幼护理品牌。

会上，通报表扬了优质护理病区、“一科一品”特色护理服务等10类先进集体与个人，还举行了新护士授帽仪式。



（宣传统战处 周思月）

连云港站⇌连妇幼门诊，K2妇幼健康专线5.20甜蜜启航！

5.20，一个充满爱意的日子。

连云港市妇幼保健院和连云港市公交集团

选择在这一天“官宣”——全市首条快速公交K2妇幼健康专线今天正式甜蜜启航！

这不是一条普通的公交线，这是畅通高铁站⇌连妇幼的“民心线”。



民生温度·党建结对

只为更便民

上午，市妇幼保健院党委与市公交集团党委正式“牵手”成功，两家单位作为健康城市 and 城市建设发展的重要单元，一个是守护港城妇女儿童健康的“主阵地”，一个是承载市民每日出行的“摆渡人”。当“白衣天使”遇上“公使者”，他们

只为一件事：如何让您就医的路，更短一点，更暖一点。

市妇幼保健院党委书记赵成、院长汤丽莎，市公交集团党委书记刘永善共同见证了党建结对共建签约。

为民办实事·从“院门”直通“车门”

过去，您是不是有过这样的经历？开车怕堵，停车一位难求；打车心疼，来回几十块；转车麻烦，大包小包还得走一里地。从今天起，这些烦恼统统“刹一脚”！

K2妇幼健康专线
高效连接连云港站与市妇幼保健院

并与各大BRT线路无缝衔接

这意味着什么？高铁出站即乘公交，公交到站直抵门诊。下车就是医院东门、门诊，真正实现“零距离”换乘！

从“院内”到“院外”，零跑腿闭环

熟悉我们的朋友都知道，为了让大家

少跑腿，我们一直在努力：

院内：推行“先医后付”，取消住院处，首创入院“零押金”，床旁直接结算，打造诊区一站式……我们在院内打造了“门诊+住院”的全流程绿色通道和一站式服务，实现了“院内零跑腿”。院外：今天，K2专线的开通，我们把服务延伸到了院外！高铁出站即乘公交，公交到站直抵门诊，大大便利了县区和外地乘高铁就医的群众。

一头连着家的温馨，一头连着健康的守护。我们打通了就医的“最后一米”，真正实现了“家门到院门，再到家门”的温暖闭环。从“院内零跑腿”到“院外零跑腿”，我们想做的是让您在就医路上，每一步都轻松。

520 不止于快，更有温度·未来可期

K2已经试运行一个月了，获得了一致好评。但我们的努力不止于此。

这条专线还有更多“暖心升级”：

无障碍改造，方便轮椅上下，让行动不便的患者出行无忧。

健康科普专车：车身和车内将布满“孕产生育、妇女健康、儿童成长”的科普知识，坐一趟车，学几个健康小妙招，不知不觉就成了“健康达人”。

520 乘车指南·收藏不迷路

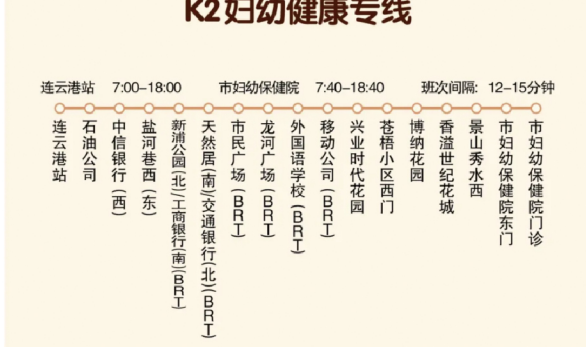
专线名称：K2妇幼健康专线（双向对开）

首末班时间：

连云港站：7:00 - 18:00

市妇幼保健院：7:40 - 18:40

班次密度：约12-15分钟一班，不用久等。



（宣传统战处 周思月）

五大健康一站管，分龄定制更科学！ 连妇幼“五健”门诊开诊



聚焦儿童成长关键期，守护健康每一步！连云港市妇幼保健院儿童青少年“五健”健康管理门诊明日正式开诊，专为港城儿童打造营养、心理、视力、口腔、脊柱五大领域一站式健康守护服务，分龄定制专属体检方案，全周期护航儿童健康成长！

儿童青少年“五健”关注于儿童青少年**体重健康、心理健康、视力健康、口腔健康、脊柱健康**五大健康热点，依托国家级儿童早期发展示范基地优势，整合儿童保健科、眼保健科、口腔保健科、心理卫生科、康复技术科、营养科等多学科资源，打破科室壁垒，构建“**防、筛、诊、治、康、养、育、管**”一体化服务体系，一站式解决儿童五大核心健康问题，让家长无需多科室奔波！

服务内容

分龄定制体检内容（五大维度全覆盖）

- 01

婴幼儿期（0-3岁）：萌芽守护，筑牢基础
营养健康：生长曲线监测（体重 / 身长 / 头围）、喂养行为评估、辅食添加指导、贫血筛查、微量元素检测、过敏风险评估。
心理健康：神经心理发育筛查（大运动 / 精细动作 / 语言 / 社交）、情绪安抚指导、分离焦虑干预、亲子互动评估。
视力健康：新生儿眼病筛查、屈光状态检测、斜视 / 弱视筛查、追视能力评估、眼轴发育监测。
口腔健康：乳牙萌出评估、龋齿风险筛查、口腔黏膜检查、清洁指导、局部涂氟防龋。
脊柱健康：体态发育评估、肌张力检测、脊柱生理曲度筛查、下肢姿势异常预警。
- 02

学龄前期（3-6岁）：成长护航，精准筛查
营养健康：BMI 体质指数评估、体成分分析（体脂率 / 肌肉量）、挑食 / 偏食干预、钙铁锌营养评估、肥胖 / 消瘦指导。
心理健康：注意力水平测评、行为问题筛查（多动 / 易怒 / 孤僻）、社交能力评估、入园适应指导、情绪管理训练。

- 03

学龄期（6-18岁）：全面防护，动态管理
营养健康：生长发育速度监测、骨龄检测、青春期营养指导、肥胖症干预、代谢指标筛查（血糖 / 血脂）、运动营养搭配。
心理健康：学习压力评估、焦虑 / 抑郁情绪筛查、青春期心理疏导、社交障碍干预、网络成瘾预警、自信心培养。
视力健康：裸眼视力 + 矫正视力检测、眼轴长度监测、近视度数动态追踪、干眼症筛查、角膜曲率检测、近视防控方案制定。
口腔健康：恒牙列检查、龋齿充填评估、牙周炎筛查、牙齿排列不齐评估、正畸指导、智齿萌出监测。
脊柱健康：脊柱侧弯专项筛查（Adam 前屈试验）、脊柱侧弯精准筛查（X光辅助）、脊柱旋转度评估、高低肩 / 长短腿矫正、久坐体态指导、脊柱健康运动处方开具。

选择我们的理由

- 一站式护航

✓ **专家团队：**多学科专家联合坐诊，儿童保健、眼科、口腔、心理、康复、营养等专科医生一站式问诊。
✓ **精准方案：**严格遵循国家《儿童青少年“五健”促进行动计划》，分年龄、分阶段定制个性化体检与干预方案。
✓ **一站式服务：**集中式筛查区域，一站式完成视力、口腔、脊柱等项目同层完成，减少奔波，高效便捷。
✓ **全周期档案：**建立儿童专属“五健”健康档案，动态追踪发育情况，长期提供健康指导。

就诊指南

预约挂号：微信关注“连云港市妇幼保健院”，进入掌上医院-我要挂号—儿童保健—儿童青少年“五健”健康管理门诊
门诊位置：门诊2D区8号诊室
门诊时间：工作日 14:30-17:30，节假日：8:00-12:00。
预约咨询电话：0518-85609750
(儿童保健科 王涛)

那些温暖与感动，等你来书写！ “我的妇幼故事”征文启事

四秩芳华，感恩相伴。回望连云港市妇幼保健院（连云港市第三人民医院）发展历程，记录医患同心的真挚瞬间，留存港城妇幼健康事业的珍贵记忆，现面向全社会正式启动“我的妇幼故事”主题征文活动，诚挚邀请每一位与连妇幼相遇、相知、相伴的朋友，提笔叙温暖，文字忆初心。

征文主题

以“我的妇幼故事”为主题，以真实故事、真挚情感、真实经历为核心，在连妇幼蓬勃发展的40年里，记录与连妇幼的温暖相遇、动人瞬间、成长陪伴与深刻感悟。用文字定格温暖，用故事致敬岁月。

征集对象

在职和离退休职工、孕产妇和患者及家属、进修实习人员、合作单位同仁、关心支持医院发展的社会各界人士等。

征文内容方向

内容真实、情感真挚、视角不限，可围绕以下方向自由创作：
(一) 医患温情故事：就医产检、分娩生产、儿童诊疗、保健体检、康复随访过程中，令人感动、温暖、难忘的医患瞬间，记录医护人员的专业坚守与温柔守护。
(二) 成长陪伴故事：从新生、成长、保健到守护，个人、家庭与妇幼相伴的成长历程，记录医院陪伴家庭走过的温暖时光。
(三) 职工初心故事：全院职工、离退休人员从医初心、岗位坚守、成长蜕变、团队温情、奋斗故事，见证医院四十载发展变迁。
(四) 岁月变迁故事：以个人视角讲述医院环境、服务、技术、理念的发展变化，见证港城妇幼健康事业的蓬勃发展。
(五) 真挚祝福寄语：结合自身经历，抒发对医院建院40周年的美好祝福、未来期许与真挚感言。

作品要求

(一) 原创真实：参赛作品须为原创首发，内容真实、情感真挚，严禁抄袭、剽窃、虚构、洗稿，不得一稿多投。若涉及版权纠纷、侵权问题，由作者本人承担全部责任。
(二) 内容合规：作品积极向上、立意正向，弘扬医者大爱、温情善意，遵守法律法规及公序良俗，不涉及隐私泄露、不当言论、负面诋毁等内容。
(三) 文体篇幅：文体不限，记叙文、散文、随笔、纪实故事均可；字数控制在500—2000字为宜，优秀作品可适当放宽。
(四) 格式规范：作品标题自拟，正文段落清晰、语句通顺；可随文附带相关老照片、就珍纪实照片、合影图片（自愿添加），图片清晰无水印。
(五) 版权说明：参赛作品一经投稿，默认授权医院用于业务宣传、公众号推送、画册汇编、展览展示、媒体宣传等公益性用途，作者享有署名权。
(六) 投稿方式
(一) 投稿邮箱：lygsfyyq@163.com
(二) 投稿格式：邮件主题统一注明：40周年征文+作品名称+作者姓名+联系电话。
(三) 附件要求：文章以Word文档形式发送（切勿将正文粘成邮件内容），文末备注作者姓名、职业、与妇幼渊源（患者/职工/社会人士等）、联系方式；如有配图，可作单独附件附上。
(七) 征文时间
即日起—2026年12月底
作品应用
优秀作品将通过医院官方微信公众号、官方平台陆续推送展示等。
(八) 其他说明
(一) 主办方对所有参赛作品拥有评审、展示、宣传、汇编使用权，作者永久享有署名权。
(二) 凡投稿参与者，即视为认可本次活动全部规则。
(三) 咨询电话：0518-85812080
(党政办)

宫外孕≠开腹留疤！ 这项微创技术，让术后腹部“看不出做过手术”

24岁女子因突发剧烈腹痛急诊入院，经检查确诊为宫外孕，病情紧急，需立即手术治疗。患者对手术创伤、术后恢复及外观影响的担忧，妇科团队快速评估、精准研判，最终为其实施经单孔腹腔镜微创手术，在第一时间解除急症风险的同时，最大程度降低手术创伤。

手术顺利完成，切口隐匿于脐部天然褶皱之中，腹部几乎看不到手术痕迹。

单孔腹腔镜宫外孕手术			
单孔腹腔镜 VS 传统多孔腹腔镜 从微创到超微创，一张图看懂差别			
对比维度	单孔腹腔镜（经脐）	传统多孔腹腔镜	患者获益点
切口数量	1个切口（位于脐部）	3-4个切口（分布于腹部）	单孔更隐蔽，美观度更高
切口位置	耻部上缘褶皱内	下腹部（脐旁或腹中）	单孔疤痕几乎无可见度
术后疼痛	轻缓，恢复更快	中等，需止痛药	单孔患者舒适度更好
恢复时间	住院2-3天，快速回归	住院3-5天，恢复期稍长	单孔不影响日常工作
费用优势	宫外孕、卵巢囊肿、子宫肌瘤、盆腔粘连等	宫外孕、卵巢囊肿、子宫肌瘤、盆腔粘连等	单孔更适合注重隐私与美观
适用场景	宫外孕、卵巢囊肿、子宫肌瘤、盆腔粘连等	宫外孕、卵巢囊肿、子宫肌瘤、盆腔粘连等	单孔更适合注重隐私与美观

很多人对腹腔镜手术并不陌生，但单孔腹腔镜和传统多孔腹腔镜到底有什么区别？从多孔到单孔，从有痕到无痕，单孔腹

查出HPV阳性=宫颈癌？ 错！做好这3步，把癌症扼杀在摇篮里

宫颈癌，这个望而生畏的名词，是女性健康的“隐形杀手”。然而幸运的是目前唯一病因明确、可有效预防的癌症。今天，让我们一起揭开宫颈癌的神秘面纱，学习如何科学地守护自己的健康。

01 宫颈癌发生的必要条件

宫颈连接着子宫和阴道。这个小小的器官，却承担着重要的生理功能，也是疾病容易侵袭的部位。宫颈癌的发生，并非一蹴而就，而是一个漫长的、多阶段的过程。人乳头瘤病毒（HPV）——主要罪魁祸首！HPV病毒 HPV是什么？它非常普遍，主要通过性接触传播。可以说，有性生活的女性，一生中感染HPV的几率高达80%以上。

02 发现HPV感染，先不要过于紧张

体检后有的人知道自己感染了HPV便非常焦虑，赶忙查小红书、夜不能寐，认为自己得了宫颈癌或者怀疑老公、怀疑人生！实际这是最大的误区。大部分感染是一过性的；对于大多数免疫力正常的女性而言，HPV感染就像一次“感冒”，身体的免疫系统会在1-2年内自行将病毒清除。高危型HPV的持续感染是关键；只有当“高危型”HPV（如HPV16、18型，它们可以导致了70%以上的宫颈癌）在体内持续存在多年（通常5-10年甚至更久），才有可能导致宫颈细胞发生病变，从低级别病变（CIN 1）一步步进展为高级别病变（CIN 2/3），最终才可能演变为宫颈癌。

二级预防：临床预防—预防宫颈癌的“第二道防线”，也是最重要的防线。它能及时发现并处理癌前病变，阻止其发展为癌症。主要筛查方法：
1. 宫颈细胞学检查（TCT/LCT）：2. HPV检测：直接检测是否存在高危型HPV感染。1、筛查策略（根据最新指南）：首选策略：HPV检测。因其敏感性最高，能更早发现风险。2、联合筛查：HPV检测+TCT检查。准确性最高。

三级预防：规范治疗——及时处理病变（最后防线）。如果筛查发现了癌前病变或早期宫颈癌，也不必恐慌。现代医学有多种成熟的治疗手段。宫颈癌并不可怕，记住以下三大核心要点，就能为自己构筑起坚实的健康堡垒：
1. 早筛查：尽早接种HPV疫苗，2. 早接种：定期进行宫颈癌筛查（HPV和TCT）。3. 早就诊：出现异常症状，及时就医，为健康争取“最佳治疗时机”。

关爱自己，用科学的知识 and 积极的行动，将宫颈癌的风险降到最低，拥抱一个健康、美好的未来！
(体检中心 赵玉凤)

腹腔镜不只是技术上的升级，更是对女性创伤、美观、术后生活质量的全方位守护，优势一目了然。

微创升级：让宫外孕手术“隐形”完成

宫外孕（异位妊娠）是育龄女性常见急腹症，如同体内“不定时炸弹”，一旦破裂可引发腹腔大出血，危及生命。传统开腹与多孔腹腔镜，或创伤大、恢复慢，或腹部留多处瘢痕，让女性在“救命”与“爱美”间两难。经济单孔腹腔镜宫外孕手术，以“微创、无痕、快速康复”为核心，成为宫外孕治疗的优选方案。仅在肚脐天然褶皱处做1个约1.5-2cm切口，通过单孔多通道器械，置入腹腔镜与操作器械，在高清视野下完成输卵管开窗取胚/病灶切除，精准清除妊娠组织、止血、清理盆腔积血。切口藏于脐部凹陷，术后皮内美容缝合，恢复后几乎无可见瘢痕，真正实现“隐形手术”。

核心优势：不止微创，更懂女性需求

- ★ **美观·瘢痕隐身**
唯一一切口藏于肚脐褶皱，与天然脐纹融为一体，腹部无外露疤痕，守护隐私与美观。

★ **创伤更小·疼痛更轻**
单一切口减少腹壁神经与肌肉损伤，术中常规出血少（通常<50ml），术后痛感显著降低，无需强忍疼痛。

★ **恢复更快·早日回归**
术后6小时即可下床活动，24-48小时排气进食，住院仅2-3天，大幅缩短康复周期。

★ **精准护孕·保留功能**
对有生育需求女性，优先行输卵管开窗取胚术，最大程度保留输卵管完整性，为后续备孕保驾护航。

★ **并发症更少·安全更稳**
降低感染、出血、盆腔粘连风险，急诊与择期均适用，危重病例也能安全实施。

守护女性健康与尊严

- **适用人群**
 - 未破裂、已破裂宫外孕（生命体征平稳者）
 - 追求腹部无痕、注重美观的年轻女性
 - 有生育需求，希望保留输卵管功能者
 - 肥胖、合并基础疾病，不适合开腹手术者

别给癌症留时间！ 从息肉到癌变，肠道给你的这个“窗口期”千万别浪费

肠癌病变。肠镜下显示“多发息肉”，这里极有可能混杂着腺瘤性息肉。而他的直肠腺瘤，很可能就是由其中某颗“潜伏”已久的腺瘤演变而来的。
腺瘤性息肉的癌变风险，与以下因素有关：
1. 大小：直径越大，风险越高。尤其是**超过1cm的息肉**，需要高度警惕。
2. 数量：**越多越危险**。像张先生这样的“多发息肉”，说明肠道环境容易长东西，风险自然更高。
3. 病理类型：**绒毛状腺瘤的癌变率最高**，管状腺瘤相对较低。
4. 病理分级：如果报告中出现**“高级别上皮内瘤变”**，说明它已经走到了**癌变的“临界点”**，离真正的癌只有一步之遥。
03 **“低分化腺瘤”到底意味着什么？**
回到张先生的病理结果：“低分化腺瘤”。在息肉演变成癌的初期，癌细胞还比较“规矩”，长得像正常的肠黏膜细胞，我们称之为“**高分化**”或“**中分化**”。此时的癌相对温和，转移慢，治疗效果也好。但“低分化”意味着，癌细胞已经变得面目全非，失去了正常细胞的结构和功能，恶性程度高、侵袭性强、生长速度快。

摸到乳房有肿块？先别慌，90%的情况是虚惊一场！

“洗澡时突然摸到胸口有个硬块，那一瞬间，我的心跳漏了半拍。”这是我的一位朋友凌晨2点给我发来的微信。

这样的经历，相信很多女性都有过。乳房肿块，听起来确实让人害怕。但我想告诉你的是：**绝大多数乳房肿块都是良性的，并不是癌症**。希望你消除焦虑，真正了解自己的身体。

乳房本身就不是一块“光滑平整”的组织，它由乳腺小叶、导管、脂肪和结缔组织构成。所以，摸到一些“颗粒感”或“结节”是很正常的。

乳腺增生性肿块

相信有很多女性月经前都会感觉乳房有胀痛，摸起来有疙疙瘩瘩的感觉，月经结束又自行缓解。这种“肿块”通常是乳腺增生，它与激素水平波动有关，癌变风险极低，不需要特殊治疗，但要注意调整生活方式。但需要注意一些长期持续性疼痛的增生，通常中药调理，并且每3~6个月彩超检查。

所以，当你摸到肿块时，你不能仅凭手感来给它下判决书，请将它交给专业医生。

乳腺纤维腺瘤

1. **专科问诊：**医生会详细询问你的病史——肿块何时发现、有无疼痛、月经婚育情况、家族病史等。这些信息是判断风险的重要拼图。
2. **专科查体：**乳腺科医生的双手就是最精密的“探测仪”。他们通过触诊，能感知肿块的质地、边界、活动度以及腋窝淋巴结的情况，这些细节是机器难以完全替代的。
3. **影像学筛查：**这是看清肿块“真面目”的关键。
(1) 乳腺超声：它能清晰分辨肿块是“水泡”还是“实心团块”，它的分级就像一张“风险导航图”，告诉你下一步该怎么走。
(2) 乳腺钼靶（X线）：它对微小的钙化灶特别敏感，而某些类型的早期乳腺癌正是以钙化形式出现的。
(外科 徐艳红 于剑)

乳腺囊肿就像乳房里的“小水泡”，里面是液体。它可大可小，边缘光滑，有时会伴随疼痛。绝大多数囊肿是良性的，单纯囊肿不需要处理。定期做超声复查，看看它有没有变大。如果伴随囊性积液过多，引起乳房不适，需抽积液减轻症状。但是积液还会再产生，如果出现了持续增大的囊肿，影响到乳房的美观，或是诱发了其他不适，可以考虑手术。

乳腺炎性肿块

哺乳期妈妈如果出现乳房**红、肿、热、痛**并伴有肿块，很可能是急性乳腺炎。及时排空乳汁、抗感染治疗，肿块会逐渐消失。
以上“肿块”都有可能

抗癌路上，中西医不是“单选题” 中医肿瘤体质调理门诊开诊！

肿瘤确诊后，手术、放化疗、靶向治疗等西医抗肿瘤手段，是清除病灶、控制病情进展的核心举措，也为后续抗癌康复筑牢了坚实基础。

中医药治疗，作为抗肿瘤综合治疗中的重要组成部分，可通过调和机体脏腑功能失衡状态，提升患者对放化疗、靶向治疗等的耐受性，减轻毒副作用，增强抗肿瘤治疗效果，更能改善肿瘤生长的微环境，降低复发转移风险。

中医药在抗肿瘤治疗过程中的作用

④ 未病先防

针对肿瘤家族史、癌前病变高危人群，通过中医体质辨识，调体纠偏、扶正固本，阻断并延缓恶性进展。

② 既病防变

适配肿瘤治疗期人群，与手术、放化疗、靶向及免疫治疗协同配合，减轻治疗毒副反应，助力患者顺利完成全程治疗。

③ 瘥后防复

面向肿瘤康复期人群，调理偏颇体质，清除余毒、固本培元，改善机体内环境，降低肿瘤复发与转移风险。

门诊治疗特色

① 个体化辨证施治：

秉持中医四诊合参，结合患者体质状况、病情特点及肿瘤不同治疗阶段，精准辨析病机证结、辨别体质证型，制定个性化诊疗调理方案，实现因人制宜、精准施治。

② 综合调理模式：

运用中药内服+中医外治+生活调摄的综合治疗模式，使用中药/膏方内服，配合艾灸、中医针刺等特色中医外治法，同时兼顾情志疏导、药膳膳食及起居指导，全程兼顾治疗实效与身心调养。

温馨提示

① 中西医结合，不是互相替代：中医体质调理是肿瘤综合治疗的重要组成部分，但不能代替必要的西医治疗。请务必遵医嘱接受规范治疗以及定期复查。

② 遵医嘱，按周期复诊：

中医体质的形成与失衡非一日而成，调理也需循序渐进，应保持耐心，遵医嘱按时复诊、坚持治疗。

③ 生活方式的配合：

积极配合医生建议，规范饮食、调节情绪、调整作息，才能更好地促进体质恢复，让治疗效果最大化。

门诊信息

挂号方式：微信关注“连云港市妇幼保健院”公众号，进入微服务→掌上医院—我要挂号→中医科→中医肿瘤体质调理门诊
门诊地点：门诊二楼B区
咨询电话：0518-85869910

科室介绍

连云港市妇幼保健院中医科是集中医医疗、预防、保健、康复、养生为一体的中医特色服务科室。下设中医内科、中医妇科、中医内科，中医师学历硕、博士占比80%以上。开展中医技术包括针灸、推拿、拔罐、刮痧、火龙罐、扶阳罐、电针、中药灌肠、中药熏蒸、艾灸、雷火灸、中药穴位贴敷、小儿药浴等近40项。
中医内科承担各种中医内科系统常见病、多发病的预防、诊断及治疗。本科室以内外治相结合为主要治疗手段，主要治疗失眠、头痛、头晕、脾胃病、便秘、泄泻、咳嗽、咽异感症、耳鸣耳聋、高血压病、甲状腺、乳腺疾病，糖尿病，高尿酸血症等各种内科疾病和常见皮肤科：痤疮、湿疹等，以及治疗肿瘤术后、放化疗后常见副反应，肥胖病、结石病、结节病的亚健康体质调理。
科室下设睡眠门诊，中医胃病门诊，中医结节病门诊，中医肿瘤体质调理门诊。
(中医内科 万昱展)