

一个海浪就把“大姨妈”拍没了？

@压力大脾气大的姑娘们：“亲戚”最怕的其实不是凉水

文：今日女报/凤凰网记者 李诗韵 通讯员 陈双

炎炎夏日，去海边度假是个不错的选择。尤其对爱美的姑娘来说，穿上比基尼、戴上小花帽，再在海边踏踏浪，心情瞬间美美的！

可是，遇上“大姨妈”，与海浪的“亲密接触”就成了一件悲催的事。近日，杭州一女子的遭遇让不少人傻了眼——海边度假时来例假，没下水游泳的她竟因为一个海浪拍到肚子上，突然就闭经了。

一个海浪也能把“大姨妈”拍没了？咱们先去医院看看，这样的“意外”到底有多少……

热点

一个海浪拍在肚子上，“大姨妈”不来了

前不久，杭州市中医院妇科主任医师何嘉琳讲述了一名患者的故事，让不少女性捏了把汗——18年前，患者刘女士去海边度假，巧遇“大姨妈”。不能游泳的她，忍不住光脚下水踏踏浪。没想到，突然来了一个大浪，拍在她肚子上，整个身体从腰部往下全都湿透了。

当天晚上，刘女士的例假量就急剧减少。到了第二天，已经完全没了。本该持续五六天的例假，三天就结束了。

刘女士猜想，可能是因为海水太凉的缘故，下个月应该就正常了。结果连续几个月，都没来“大姨妈”。于是她到杭州市中医院检查发现，卵巢储备功能非常差，卵巢里几乎找不到正常的卵泡。

一个海浪竟有如此大的“威力”？故事可不是这样续说的。何嘉琳医生解释，刘女士闭经的原因可不是海水太凉，要怪只能怪自己过于紧张，“吓得卵巢早衰了”！

门诊

医院每月能接诊好几例“情绪闭经”患者

刘女士的遭遇一经报道，迅速引发了热议。但这是特例还是大家都可能遇到的情况呢？6月19日，今日女报/凤凰网记者在湖南中医药大学第一附属医院妇产科门诊了解到，像刘女士一样，突然闭经的年轻患者并不少，平均每月能接诊2—3例而她们都有一个共同特点：情绪紧张、压力大。

“每年夏天都会有一些年轻女孩来求诊，说自己吃了冷饮、游了泳，然后例假没了。”该院妇产科副主任刘文娥告诉记者，从中医角度上说，吃冷饮、泡凉水虽说对身体不好，但不至于一次就导致闭经。这些患者大多是因为过于紧张导致气血淤结致闭经，也就是西医常说的内分泌失调。

刘文娥说，在中医领域，情绪对月经的影响是特别大的。比如，爱发脾气、经常焦躁不安的患者都有肝肾亏虚的毛病，经常如此，就容易堵塞气血，影响例假。另外，年轻女性闭经一般分



为两种情况：一是原发性闭经，指女性超过18岁仍没有月经初潮；二是继发性闭经，指因为某些原因导致超过6个月未行经，或者按原有月经周期计算停止3个以上周期。

“如果是第二种情况，就需要引起注意，因为闭经可能会影响少女的发育和将来的生育功能。同时，因为卵巢长期不排卵，也会增加子宫内膜病变的可能，甚至可能导致子宫内膜癌。”刘文娥解释，从临床上分析，这些年轻患者最大的问题就在于情绪紧张、压力大、睡眠差。

提醒

经期情绪波动，会伤到“大姨妈”

“医生，我前几天跟老公吵了一架，结果例假两天就没了！”在接诊过程中，这也是患者经常会对刘文娥说起的。而在她看来，精神高度紧张与情绪过于激动都是能导致月经不正常的“元凶”。

“情绪调节与卵巢功能密切相关，而保证充足的睡眠是有利于卵巢正常工作的。”刘文娥提醒，近些年，不良生活习惯、心理因素、环境因素等都成为女性“姨妈”出问题的主要原因，“情绪闭经”现象越来越多，不孕不育患者数量明显增长。所以，一旦“大姨妈”不正常，我们应该及时发现就医，避免导致不可逆转的严重后果。



扫一扫，
分享健康知识

链接

“大姨妈”没了，查查这些原因

频繁人流

短时间内多次人流，子宫内膜会受到严重的损伤，很难完全修复，从而会引起女性闭经。

术后过早同房

在进行过宫颈、阴道等部位的手术后，休息时间太短或过早同房，都可能引发感染。

精神紧张

这种情况多见于青春期少女，学习压力、工作负担等负面情绪太大，可能导致睡眠不足、营养缺失，从而引发闭经。

疾病因素

卵巢疾病、内分泌疾病、垂体疾病等女性疾病，也可能影响激素正常分泌，引发女性闭经。

小科普

儿童吃荔枝真的危险吗

文/刘丁凤(湖南省儿童医院急诊科)

国内曾有医院介绍，接诊71例“荔枝病”患儿，10例患儿死亡。那么，吃荔枝真会导致死亡吗？荔枝吃多了的确会得“荔枝病”。小孩子因为肝糖原本身储备就不足，如果空腹食用或食用过量荔枝就有可能引起昏迷、低血糖等现象，这就是俗称的“荔枝病”，也叫低血糖症，一般表现为头晕、出汗、面色苍白、乏力、嗜睡、心悸、肢冷等症状。

荔枝很甜，吃了咋会低血糖？一是因为荔枝果糖含量高。果糖首先须在肝脏中转化为葡萄糖后才能被吸收；血液中果糖浓度升高，身体会分泌大量胰岛素，降低血糖水平。二是在荔枝中特别是在未成熟的荔枝中含有两种毒素，导致机体葡萄糖生成不足，从而引发急性低血糖和爆发性脑病。

你的宝宝打虫了吗

文/兰慧(湖南省儿童医院神经内科)

寄生虫病是小儿时期最常见的多发病，对小儿危害大，重者可致生长发育障碍。那么，宝宝在什么情况下必须要打虫呢？

1、宝宝经常吐痰。2、粪便非常臭。3、宝宝腹部疼痛。4、肛门周围瘙痒。5、睡眠不安。6、把东西放到嘴里。7、皮肤出现疹子。

除去市面上的打虫药，建议服用南瓜子、大蒜、生姜、柠檬子、胡萝卜、青木瓜和种子、椰子和椰子油等食物进行驱虫。

另外，预防很重要。宝宝首先要保持双手干净，尤其是吃饭前和如厕后，双手很容易沾附细菌和病毒，也可能传播寄生虫；其次避免食用生食，没煮熟的食物也可能含有寄生虫，食用后造成寄生虫感染。

怎样预防宝宝细菌性痢疾

文/黄金莲(湖南省儿童医院感染科)

很多宝宝小时候都会受到细菌性痢疾的侵害，其实这是一种急性肠道传染病，父母应当对此疾病引起足够重视。首先，细菌性痢疾传染性较强，父母要帮助宝宝养成良好的个人卫生习惯，做到吃饭前、大便后用流水认真洗手；父母要给宝宝早晚刷牙定期洗澡。

其次，细菌侵入宝宝体内的主要方式是从嘴而入，因此做好饮食卫生是非常关键的。宝宝的食物应保持新鲜，生食、水果等要清洗干净，最好用开水烫过之后再让宝宝吃。

第三，要注意宝宝所接触的家具、玩具、衣物、餐具等的卫生，做到定时清洗及消毒，因为苍蝇也是痢疾的主要传播媒介。

此外，冷饮也是导致细菌性痢疾的重要媒介。夏季宝宝吃冷饮的几率很大，要尽量到正规商店购买合格产品。

脑卒中急救的“黄金6小时”

文/段微微(湖南省儿童医院神经内科)

6小时对于很多人来说微不足道，可是对于脑卒中病人来说，却是“黄金期”。脑卒中是急症，抢救时要争分夺秒，3个小时内是治疗的最佳时间。如果超过3个小时，特别是6个小时后，患者的神经细胞会出现坏死。那么，到底该如何把握“黄金6小时”呢？

首先评估：1、患者是否能够微笑？是否感觉一侧面部无力或者麻木？2、患者能顺利举起双手吗？是否感觉一只手没有力气或根本无法抬起？3、患者能流利对答吗？是否说话困难或言语含糊不清？如果上述三项有一项存在，请立即拨打120急救电话。

其次，送对医院是关键。最后，关键时刻要果断。做溶栓，存在3%左右的风险，可能致残或死亡。因此，一些患者家属签字时踌躇不定，甚至拒签。这样耽误时间的情况经常碰到。