

卵巢肿瘤应警惕

汪宇

(荣经县新建乡卫生院 四川 雅安 625200)

卵巢肿瘤是临床上常见的妇科疾病，区分为良性肿瘤和恶性肿瘤，可发病于各个年龄阶段，但多发于中年女性群体中。由于卵巢位于盆腔的深方，常常不能自己发现卵巢肿瘤，不像子宫肿瘤可以因出血及早就诊。卵巢肿瘤常常是没有症状的，一旦出现症状，多因合并症，如卵巢囊肿蒂扭转等才能就诊。所以卵巢肿瘤常常是由于检查时发现的，而一旦出现了症状，常常是比较棘手的，要么就是良性肿瘤的合并症，要么就是肿瘤比较大，或者是出现恶性征象。因此，在日常生活中一定要十分警惕卵巢肿瘤的发生，一旦发现类似症状，则应该及时就医治疗。

一、卵巢肿瘤的疾病定义以及病症形态

卵巢肿瘤是指发生于卵巢上的肿瘤，它是女性生殖器常见肿瘤之一，主要是和卵巢囊肿有着相似度的一种肿瘤程度，有良性肿瘤和恶性肿瘤两种区分，良性肿瘤具有可治愈性，恶性肿瘤的死亡率比较高。其实，在疾病发生人群中，大部分有卵巢肿瘤的人群是身体素质比较差，没有生产过的妇女，甚至绝经比较晚的高龄妇女的都会出现卵巢肿瘤。

二、卵巢肿瘤的病因

目前，临床上对于卵巢肿瘤的发生病因尚不明确，但大多认为可能与以下几种因素有关：①经济条件好的妇女发病率高于经济条件差的妇女；②与机体因素有关：卵巢瘤在月经初潮早、绝经晚、未产的妇女发病率高，而分娩次数多，哺乳和口服避孕药的妇女发病危险减少。这种“不断排卵”致癌学说，认为排卵造成卵巢上皮细胞的损伤，反复损伤和修复过程促发癌变；③与遗传因素有关：20%~25%卵巢恶性肿瘤患者有家族史，主要是因常染色体遗传所致；④与吸烟、工业粉尘和病毒性腮腺炎、盆腔 X 线治疗等有关。

三、卵巢肿瘤的临床表现

1、良性肿瘤

卵巢良性肿瘤包块较小，一般不会产生较为明显的临床症状，偶然间会在患侧有下腹沉坠或牵痛的感觉。可清楚触及腹部肿块，表面光滑，无压痛，有囊性感。多数良性肿瘤以输卵管形成一较长的柄蒂，因肿瘤与周围组织多无粘连，故移动性较大，常可将包块自下腹一侧推移至上腹部。

2、恶性肿瘤

卵巢恶性肿瘤生长速度较快，包块多呈现出规则、无移动性，可出现腹水症状，短期内还会出现如衰弱、发热、食欲不振等全身症状。

3、功能性卵巢肿瘤

如粒层细胞瘤，因产生大量雌激素，可引起性早熟的症状。女性特征如体格、乳腺、外生殖器均发育迅速，并出现月经，但不排卵。

骨骼发育可超越正常范围。尿中雌激素增高，同时尿中促性腺激素亦升高，超出一般规律而达成人水平。

4、其他

中等大小、蒂部较长的卵巢肿块，包括潴留性卵巢囊肿，可发生瘤体和蒂部扭转。一旦扭转，可发生出血和坏死，临床上表现为急腹症，可有腹痛，恶心或呕吐，检查时肿瘤部位腹肌紧张，压痛明显，可有体温升高和白细胞计数增多。肿瘤较大时，压迫邻近器官，可致排尿及排便困难。

四、卵巢肿瘤的治疗措施

临床上对良性卵巢肿瘤的治疗，对于年龄不大的单侧良性肿瘤患者，可行患侧附件切除术，保留健侧卵巢。即使双侧卵巢均患肿瘤，也应争取行卵巢肿瘤剔除术，以保留部分卵巢组织。而对于恶性卵巢肿瘤的治疗，则是以手术治疗为主，以放射治疗和化学治疗为辅。随着医学技术的不断发展，目前已经可以通过腹腔镜下实施微创手术，轻松帮患者摘除妇科肿瘤。微创手术创口微小，术后只需创可贴覆盖伤口、愈合后也不影响皮肤外观，身体恢复快。

五、预防卵巢肿瘤发生的措施

1、女性群体在月经期间应注意个人卫生清洁，尤其是要保持外阴及阴道的清洁，注意调养身体，严禁性生活。

2、日常生活和工作中，女性群体最好要保持有乐观积极的心态，要学会正确面对并处理各种生活压力和工作压力、学习压力，保持心情舒畅稳定，端正心态，以乐观的心情面对人生，切忌忧思烦怒，学会自我调节。

3、寒冷季节以及季节交替时节，要注意穿衣保暖，避免着凉，切不可冒雨涉水，不可冷水淋浴，要注意保持适当的休息和充足的睡眠，做到劳逸结合。

4、在饮食方面，要注意营养均衡，多进食富含维生素和蛋白质的食物，清淡饮食，忌食生冷、刺激性食物，确保机体所需营养成分补充充足。据研究报道，女性可多进食花椰菜(花菜)、白花椰菜、圆白菜、小白菜等等蔬菜，或者食用大豆等含丰富维生素 E 的天然食物可对预防女性卵巢癌起到辅助作用，并增加已患癌症者的存活率。

5、避免人工流产：人工流产次数多会导致卵巢肿瘤，因此，应积极采取避孕措施，尽量避免或减少人工流产次数。

6、定期到医院进行检查，一旦发现有卵巢肿瘤，应在三个月到六个月内复查一次，如肿瘤增大较明显，出血严重，则应及时进行手术治疗。

六、科普小结

卵巢肿瘤只要做到早检查、早发现、早治疗还是可以避免恶性的。此外，还需要在日常生活中加强重视，警惕卵巢肿瘤的发生！