

青春期发育后，随着内分泌系统发育稳定后，女性就开始每个月规律的月经，进入更年期之后，又随着卵巢功能的衰退，女性会开始慢慢出现绝经。但有一些女性，明明都停经了，过段时间后“月经”又回来了，难道是返老还童了吗？首都医科大学附属北京康复医院妇科副主任医师于丽君，今天就和咱们来聊聊绝经后又来月经到底是怎么回事？



本期专家

首都医科大学附属北京康复医院  
妇科内分泌科副主任医师 于丽君

记者：什么是绝经后出血？  
绝经后出血是第二春吗？

于丽君：月经停止一年，称为绝经。绝经以后的阴道出血，称为“绝经后出血”。绝经后出血是一种临床症状。有人认为绝经后出血是“返老还童”“第二春”，这种说法是不科学的。绝经后出血是机体出现异常的表现，需重视，一旦发生绝经后出血，哪怕量极少，也应该到医院就诊，查明出血原因，及早治疗。

记者：绝经后出血常见的妇科疾病有哪些？

于丽君：绝经后出血是妇科恶性肿瘤的早期信号，约40%左右见于妇科恶性肿瘤性疾病，如：子宫内膜癌、子宫颈癌和卵巢癌、子宫肉瘤等；另有60%见于妇科良性疾病，如：

# “大姨妈”卷土重来 当心宫颈癌

□本报记者 陈曦/文 邵怡明/插图



有可能是内膜异位症、子宫肌瘤、卵巢癌等，要及时来医院检查。

更年期了还来大姨妈了？

老年性（萎缩性）阴道炎、宫颈息肉、子宫内膜炎、内膜息肉、黏膜下肌瘤、子宫内膜薄或一些药物作用或宫内育器等。

子宫内膜癌  
绝经后出血尤其应警惕“子宫内膜癌”，子宫内膜癌是妇科常见的三大恶性肿瘤之一，

仅次于子宫颈癌，平均年龄60岁左右，多见于老年妇女，相当一部分患者伴有糖尿病、高血压或肥胖。多表现为持续或间断性不规则的阴道出血，晚期出血中可杂有烂肉样组织，伴有阴道排液，液体为黄水样，气味特别难

闻。下腹部疼痛、腹部包块，B超、妇科检查均可查出异常，诊断性刮宫可以协助诊断。有些患者还需做分段诊刮，并将刮出的组织送去作病理分析，以排除子宫内膜癌的可能。

### 宫颈癌

表现为接触性阴道出血、水样白带，腹部疼痛，有下坠感，晚期伴有阴道大量出血、还会发生尿频、尿急、尿痛或血尿，消瘦等症状，B超或妇科检查可发现异常的宫颈，通过宫颈刮片以及活检能够获得早期诊断。

### 卵巢癌

发病原因复杂、种类繁多，可有下腹部不适感、腹部包块、腹部疼痛、阴道出血等症状，妇科检查、超声等影像学检查和化验检查均可协助诊断。绝经后卵巢应萎缩，妇科检查难以触及，如绝经后卵巢仍可触及或可触及增大的包块，伴有不规则阴道出血，食欲不振或腹胀时，应怀疑卵巢癌可能，尽早就诊。

### 子宫肉瘤

既往多有子宫肌瘤病史，绝经后出现持续或间断性不规则的

阴道出血，如超声提示肌瘤无萎缩、增长迅速、血供丰富者，应高度怀疑子宫肉瘤可能。

### 其它疾病

老年性（萎缩性）阴道炎、绝经后宫内节育器嵌顿、异位、穿孔，外生殖道异物，宫颈息肉、子宫内膜薄，服用外源性雌激素或激素类滋养补药等。

记者：出现绝经后出血应该怎么办？

于丽君：如果出现绝经后又来月经的，最好是到医院进行正规的检查，因为我们从上述的几种原因可以看出，一旦我们女性已经出现绝经的情况，就基本上不可能再来月经，所以绝经后出现月经是一种不正常的情况，或许来的根本不是月经，也许是妇科病的一些征兆，我们需要特别注意。

**健康在线**  
协办  
首都医科大学附属  
北京康复医院

## 夏季白癜风治疗 需避免“心理中暑”



从医疗机构门诊数据来看，每年暑期，白癜风患者数量都有明显提高，其中，儿童青少年白癜风患者占据较大比例。专家表示，夏季人体机能比较活跃，新陈代谢旺盛，血液循环加快，是治疗的好时机。但也要注意这个时期患者白斑外露，要避免“心理中暑”，影响治疗效果。

### 夏季白癜风易发作

白癜风虽然并没有严格的季节性，但在夏季往往更易发作与扩散。北京国丹白癜风医院雷安萍主任介绍，白癜风并不是单纯的皮肤病症，是与人体脏腑、血液、免疫等“内环境”密切相关的综合性疾病。夏季，人体新陈代谢加快，免疫功能亢进，黑色素细胞分泌黑色素就需要更多营养。但由于患者脏腑、血液、免疫“内环境”失衡，血液中酪氨酸酶活性降低，不能为黑色素细胞提供足够营养。“这样一方面合成黑色素需要更多

营养，另一方面酪氨酸酶供应不上来，大量出现缺口，导致黑色素分泌不足，白斑快速发展。”雷安萍表示，另外，夏季日晒强烈、高温酷热、空气中过敏因素增多、蚊虫叮咬、人们饮食、作息不规律等，都可能诱发或加重病情。

### 晒太阳看好“时间表”

雷安萍表示，白癜风除了坚持专业治疗，夏季也要把握疾病的特点，“因时而异”进行护理。

“因时而异”也就是要顺应天时自然。比如，夏季阳光照射强度加大，暴晒之后易引起皮肤炎症，特别是头部、面部等裸露部位会导致黑色素细胞受损，失去产生黑色素的能力，导致病情加重。所以白癜风患者夏季首要的护理工作就要注意防晒。外出要做好一定的防晒措施。

值得关注的是，日晒对白癜风来说，是一把“双刃剑”。日光中的紫外线照射皮

肤后产生的生物学效应可提升黑色素细胞的功能，增强酪氨酸酶活性，促进黑色素合成。同时紫外线能抑制皮肤中的巯基化合物，减少黑色素代谢、消耗。所以适量晒太阳对白癜风恢复有好处，但过犹不及。过量紫外线对皮肤是有害的，会加速黑色素消耗，使黑色素细胞中堆积大量有毒物质，对细胞造成损伤，严重者导致白斑扩散。夏天紫外线强，要避开大中午，以上午8点到10点，下午3点到5点为宜。出门可以打太阳伞、戴帽子，如果使用防晒霜，要使用绿色不刺激的。

夏季衣服单薄，皮肤外伤、蚊虫叮咬概率增大。进展期的患者夏季更容易发生同形反应。所以，患者一定要注意保护皮肤，避免各类外伤。此外，还需注意经常清洁皮肤，保证干净清爽，饮食宜清淡、均衡，当出现不良情绪时，一定要及时调整。夏天天气燥热，人容易疲劳，要睡眠充足，不要熬夜。

(徐波)

## 贵州豫能新田煤矿 抓早抓小保安全

7月11日，贵州豫能新田煤矿围绕安全管理重点，从细节入手，不断细化安全管理。

该矿要求干部职工要结合自身岗位职责，认真查找隐患问题，及时上报队部或安监管理部门，及早采取整改措施。通过重新对井下的风门进行压边、贴反光条、继续执行切眼浅孔抽采措

施等工作，做好通风及瓦斯防治管理。机电部门制定设备检修计划，对矿井所有大型固定设备开展一次全面的停产检修，确保设备的安全运行。结合“树转提促”思想教育活动，职能部门做好对关键岗位、关键人员的检查活动，做到常提醒，多督促，确保安全生产。(宋忠庆)

## 丰台市场监管局对辖区商超 开展熟食凉菜专项检查

天气渐热，针对商超市场人流量大的特点，近日，丰台区市场监管局卢沟桥乡食药所在辖区范围内开展以大型商超为重点区域的食品安全专项检查活动。执法人员检查主要从凉菜专间、凉菜制作储存设施等条件和进货查验、人员规范管理等两方面开展，一是检查凉菜专间是否符合要求，对现场卫生进行重点检查，现场查看了凉菜原料、半成品、成品是否按要求进行冷藏储存。二是查验凉菜原料、调料等

进货台账，告诫经营者严禁使用超过保质期食品及调料。三是检查员工佩戴工作衣帽、口罩等卫生用品的佩戴情况，直接接触食品人员的健康管理情况。食药所执法人员规范了熟食凉菜间内环境卫生和防蝇防虫措施，并指出要严把进货质量关，建立健全进货查验登记制度、索票索证制度、购销台账制度等；以及做好专间位内环境卫生清洁工作，严格按照食品安全操作规范要求加工配制凉菜。(许航)

**公告**  
杨庆功：你于2019年3月6日私自离岗未归，且至今未与公司联系。其行为已严重违反单位及《保安劳动合同书》的相关规定。现正式通知因你违反了上述规定，公司于6月30日与你解除劳动合同。请你于2019年7月21日前到分公司办理相关手续。  
特此告知。  
开远保安分公司  
2019年7月15日

**公告**  
北京安海之园林古建筑工程有限公司工会不慎遗失工会法人资格证书，法定代表人名称：孙京京，证书编号：01110001353，统一社会信用代码：81110115599680072A，特此声明作废。  
北京安海之园林古建筑工程有限公司  
2019年7月15日