

青春期盲目减肥可致闭经

“妇科内分泌门诊经常会接诊一些青春发育期闭经的女生。”专家表示,这个问题需要引起广大家长的重视。询问这些出现闭经的女生的病史发现,这些孩子很多都有过盲目减肥的经历。

专家提醒,青春期女性减肥应该采取正确、科学的方式,过度节食容易损伤健康,得不偿失。

案例 瘦15斤,体重减了,月经也停了

从进入青春发育期,小静的身体除了乳房发育、屁股大了外,体重也长胖了些,155cm的身高,体重50kg。这让她感到烦恼,甚至自卑。小静下定决心减肥:每天早上不吃早餐,午餐只吃一点米饭素菜,晚上吃一个苹果当正餐。

不到一年,小静凭借自己的毅力甩掉了15斤肥肉。但庆幸减肥的同时,小静常常感到头昏眼花、心慌气短,还很容易疲劳。脾气也变得越来越糟糕,原来发育的乳房变小了,而且月经周期开始延长,经量也比以前少了好多。最近半年来,“大姨妈”甚至干脆不来了。

去医院做了一系列检查后才发现,小静促卵泡激素(FSH)、促黄体激素(LH)、雌二醇(E2)均低。医生认为,这极可能是由于减肥过度,扰乱了下丘脑-垂体-卵巢轴的内分泌调节功能,因促性腺激素分泌不足而导致了闭经的发生。

原因 营养不足,扰乱正常的生殖内分泌调节

“青春期女性的月经容易受到干扰而不规则。”专家说,女性到了青春发育期,下丘脑会分泌出促性腺激素释放激素。这种激素作用于脑垂体,促使其分泌促卵泡激素(FSH)和促黄体激素(LH)作用于卵巢,从而促进卵泡的生长,分泌女性荷尔蒙,开始月经的初潮,月经的来潮意味着女性进入性发育期。

女性来月经的头几年,可能会因

为下丘脑-垂体-卵巢轴的内分泌调节不够完善,月经不一定规则。但当内分泌轴发育稳定后,就开始每个月规律的月经,一直持续到49~50岁左右。然而,在女孩子月经初潮至18岁这段时间还是处于青春发育期,特别容易受外界干扰而出现月经不规则。例如最常见的“低促性腺性闭经”,就是因为促性腺激素分泌不足,卵巢得不到信号,卵泡不发育所致。

为什么减肥过度会让青春期女生出现低促性腺性闭经?“因为过度节食时,人体得到营养物质不足,可扰乱机体原本正常的生殖内分泌调节功能,甚至封闭生殖功能,将节省的营养物质供应更重要的器官如心脏、肺脏等。”专家说,青春期女性本来下丘脑-垂体-卵巢这条生殖内分泌轴还尚未完善,更容易受到影响,如盲目减肥可引起月经紊乱,甚至闭经。

危害 长期闭经可致不孕,增加患癌风险

因过度节食而引起的闭经,如果还在早期,一般通过正常均衡的饮食来恢复体重,及在医生的指导下辅以雌孕激素药物治疗,大部分都可逐渐恢复月经。

但有一部分女性在盲目减肥导致闭经后,反而认为不来月经更省事了而不去理会它,或难以启齿。殊不知长期闭经而不处理的话,不仅会使内外生殖器官发育不良而为以后的不孕不育设下埋伏。并且,由于雌激素不足,还会导致第二性征发育差,如乳房发育差而平胸、骨骼发育差不能达到应

有的身高甚至骨质疏松,长期无排卵也会增加子宫内膜病变甚至子宫内膜癌的风险。

“盲目减肥不可取,青春期女性应该要树立正确的审美观,不要为了追求骨感美而过分节食。”专家说,想要保持苗条的身材,最好还是通过合理饮食及坚持适当的运动来实现。要特别提醒的是,年轻女性突然出现闭经切不可大意,在排除了妊娠、哺乳期等生理性的原因后,应及时到医院检查,寻找原因,及时治疗。
(林恒华)

及早确诊心肌损伤 可防猝死发生

听到猝死,大家都难免惧怕。近年来,我国心血管疾病的发病人数逐年增加,导致急性心肌梗死(AMI)的死亡率呈现快速上升的趋势,猝死个案不断发生。专家表示,在心肌梗死发生前检测高敏心肌钙蛋白(hs-cTn)可确诊心肌损伤,以便及早预防和干预。

《中国心血管病报告2013》显示,目前

估计全国心肌梗死患者达250万。“由于AMI发病突然,常危及生命,患者从发病起至确诊的时间长短,直接影响治疗效果。”

日前,《高敏感方法检测心肌钙蛋白临床应用中国专家共识》发布,中华医学会心血管病学分会主任委员、北京大学第一医院心内科及心脏中心主任霍勇教授指出,cTn是心肌细胞的一种结构蛋白,心肌细胞

损伤破坏后cTn会释放到外周血中被检测到。

复旦大学附属中山医院检验科主任潘柏申教授表示,随着新一代hs-cTn检测的问世,在灵敏度、分析精密度方面较之前的检测方法有显著提高,能更敏感探查既往易被漏诊的微小心肌损伤,能在更早期诊断出心肌损伤(包括AMI)。以前,临床通常需要

等待约6小时,现在只需3小时,急诊在1小时之内就可以得到检测结果,争分夺秒挽救患者生命。

专家还表示,未来hs-cTn检测也有望在其他隐匿性心脏疾病,以及像肺栓塞、慢性肾脏病、卒中等非心脏疾病筛查领域得以应用。

(梁瑜)

