

幻想与现实的较量：关于乳腺超声检查的误导观点

陈显燕

合江县人民医院 646200

〔中图分类号〕R445

〔文献标识码〕A

〔文章编号〕2095-7165 (2024) 05-053-01

面对体检单上的“乳腺超声”，许多人心里难免咯噔一下。每当家人、朋友讨论到乳腺健康，关于“超声检查”的各种传言也如互联网段子一样层出不穷，让不少原本准备平常心对待的小伙伴和家属，无端背上了几分焦虑和莫名压力。你或许听过这些说法：“乳腺超声会伤身体”、“一次检查就能查‘明白’一切”、“做超声只有有问题的人才需要”……这些耳熟能详的观点，其实在现实中常常多了点浪漫幻想和误导色彩。今天，咱们就把这些误区拉出来遛一遛，看看现实到底长啥样。

1 幻想一：乳腺超声有辐射？”现实：其实温暖得像热毛巾

聊起各种影像检查，很多人脑海里首先浮现出科幻电影里的奇异光束和满天飞舞的“辐射粒子”。于是“超声检查到底是不是安全”的疑问，成了茶余饭后不衰的话题。现实情况却有点戏剧反转——乳腺超声检查是利用高频声波在体内“走亲访友”，技术原理和你喊一嗓子对着山谷回音有异曲同工之妙，跟辐射压根儿不沾边。全程不疼也不痒，最多像理发师在头皮上轻拂剪子，只不过主场换成了乳腺部位。再加上没有电流冲击、没有任何探照灯的“高能量”渗透，这项检查堪称“温和派选手”，大可不必紧张兮兮，担心伤身体真的有点“草木皆兵”了。别怕，即使一年拍个几次，也不会长出小超人本领。

2 幻想二：乳腺超声啥都能查清？”现实：其实它也有“近视眼”

不少人觉得，这机器一上阵，凡是乳腺有风吹草动，就统统原形毕露。仿佛一台乳腺侦探仪，每一丝“小秘密”都难逃它法眼。事实是，乳腺超声在发现某些变化上确实有独特本领，比如囊肿、腺体增生或者结节，常常被它“一眼认亲”。但和所有机器一样，它也有自己的“短板”。比如对于非常微小或深部结构，一些非常隐匿的早期变化，超声可能像我们在大雾天里分辨远处风筝，难免“眼神模糊”。乳腺的结构因人而异，有的人腺体稠密、“迷宫”结构复杂，这时候光靠超声还真不保险，需要和X光、磁共振这些朋友联合“侦查”才能更全面。就像侦探小说里破案，总得多角度取证。也就

是说，超声虽能“侦查”不少情况，但偶尔也需要同伴帮忙，别让它独自背锅。

3 幻想三：有了症状才用做检查？”现实：别等楼塌了才想搬家

日常门诊常有朋友问：“我又没啥不舒服，查乳腺干嘛？”仿佛超声是专门为那些“风雨飘摇”的乳腺准备的，健康人完全用不着插队。其实，乳腺超声的最大意义，偏偏和“没啥感觉”有很大关系。乳腺许多小状况都爱玩“潜伏”，没啥响动就是它们的看家本事，不靠影像“抓包”，难以“现原形”。定期筛查的目的，就是在“糊涂闹钟”响起前，悄悄提前发现线索，让大家有机会“未雨绸缪”。一份简单的检查，有时候胜过各种神秘症状后的突击应对。更别提，超声过程简单到令人惊讶：穿着宽松衣服，小小探头一滑，安静几分钟就结束。换句话说，把超声当成健康体检常规的一部分，别等楼塌了才想搬家，健康有备无患才是真舒心。

4 幻想四：查出“结节”就是大祸临头？”现实：生活照样有诗和远方

拿到乳腺超声报告后，“结节”两个字常让不少理智派开自动脑补模式，各种猜测云集——是不是意味着灾难来临？其实，乳腺结节里的“主角”可不是只有恐怖片角色。生活中，乳腺的“小疙瘩”“小水泡”比你想象得多得多，大部分结节都是良性的“无害邻居”，它们悄悄住进乳腺“公寓”，不打搅大局。有些结节甚至可以和你和平共处好多年，根本不会“搅局生活”。况且，乳腺超声能区分许多常见的良性和特殊情况，还能指导医生是否需要进一步观察或者处理。没必要“谈结节色变”，与其被吓得夜不能寐，不如静待医生安排，耐心随访，有机会让自己成为“佛系达人”。大部分结节不会妨碍你追剧、喝下午茶，也不会掺和你的小确幸。

与其被网络流言或莫名压力左右，不如给乳腺超声一次公平的“出镜机会”。幻想与现实之间，理性与科学总会帮你拨开迷雾。检查是生活的一部分，但生活远不止“查查查”，还包括自信、坦然和每天的好心情。健康路上，既要把握细节，也别忘了轻松前行。

(上接第 52 页)

感染；为确保母体健康，术后杜绝立即妊娠的行为，因术后子宫会出现不同程度损伤，一旦出现妊娠现象往往会诱发生命危险。(4) 卧床休息期间，禁止对患者予以随意搬动和下腹部按压等操作；详细评估病情进展，若存在尿频、排尿感，应警惕是否为腹腔内出血；全方位评估血压及脉搏指标变化，若存在腹痛现象禁止使用止痛剂。

6.2 预防

(1) 正确怀孕及避孕，若怀孕还应确保双方心情、躯体

状况良好，若尚未做好迎接新生命的准备，则应合理避孕，杜绝宫外孕的可能。(2) 及时做好生殖系统病症的救治，特别为炎症，是诱发输卵管狭窄的关键。而人工流产等操作，则会加重炎症反应，逐步进展为输卵管粘连，为输卵管的侵入留下可乘之机。(3) 时刻保证经期、产期、产褥期卫生健康，预防生殖系统感染，若已出现感染问题应立即到院就诊，且在输液期间开展剖腹探查术。(4) 若已存在宫外孕，再次出现宫外孕则会摧毁女性生育信心。为预防此类状况，可借助体外受孕的方式，待受精卵成熟后将其送回母体内正常孕育。