

# 盆底超声 揭示身体的隐秘世界

盆底是由一组肌肉、韧带和组织构成的,它像一个小吊床,支撑着盆腔内的器官,包括膀胱、子宫和直肠。

盆底常常没有得到人们的关注,通常默默地工作,直到出现问题。那些曾经怀孕、分娩或年龄渐长的女性可能会发现,盆底问题变得日益突出。这些问题包括尿失禁、盆腔器官脱垂以及其他与盆底功能障碍相关的困扰。国内一项多区域调查表明,至少25% 60岁以上的中国女性患有不同程度的盆腔器官脱垂。

如何了解身体里这个隐秘而重要的区域呢?这时盆底超声登场了。盆底超声是一种使用超声波来检查盆腔器官及其周围结构的方法,它是一种非侵入性的检查方法,能深入了解盆底区域的解剖结构和功能情况。

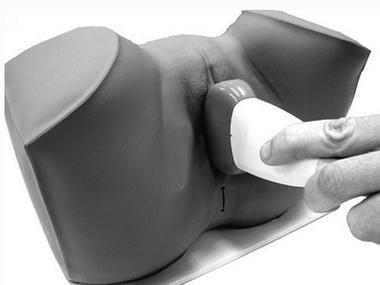
## 盆底超声是怎么检查的

盆底超声的检查没有辐射,不会造成任何损伤,费用比较经济,而且检查结果的准确性和可重复性都挺好。因此,有盆底功能障碍的高危因素的人们强烈推荐早期进行盆底超声检查。

检查前,被检查者膀胱内保留少许尿液,大便拉干净,仰卧在检查床上,两腿分开。

检查时,医生将外覆干净保护套的超声探头轻轻放置在会阴表面,通过超声波来获取图像。医生首先观察平静状态下膀胱、子宫、直肠位置;再嘱被检查者做乏氏(Valsalva)动作(深吸气,屏住呼吸,往下用力,像拉大便一样,此时腹压增加)及缩肛动作(把肛门往上提缩,像憋大便一样),通过耻骨联合下缘做水平参考线,动态观察膀胱、子宫、直肠的位置变化,判断膀胱、子宫有无脱垂,观察有无直肠形态及结构改变等。

三维超声成像技术的应用使得断层超声成像能够获得类似于CT及MRI的盆底连续多层横断面图像。医生能够直观地观察盆底肌的损伤及程度,并通过计算腹压增加时膀胱、子宫、直肠的移动度来评估盆底肌肉协调性及支持功能。



盆底超声检查示意图

## 盆底超声的应用领域

盆底超声的临床应用非常广泛,在多个医学领域发挥着重要作用。

**妇科:**通过盆底超声,医生可以直观地观察女性盆腔器官(包括阴道、子宫、膀胱等)的位置和状况,以及盆底肌的情况。这对于妇科疾病诊断和治疗提供了重要的依据。

**产科:**孕期,它可以评估孕妇盆底结构的情况,了解盆底肌的紧张度和功能状态,为医生提供关于产程和分娩方式选择的宝贵信息;产后,盆底超声可用于检查盆底肌的康复情况,帮助产妇维护盆底健康,建议产妇在产后42天做个盆底超声进行盆底功能障碍早期筛查。

此外,盆底超声还在泌尿外科等领域有着重要的应用。对于一些盆底功能障碍性疾病,比如尿失禁,盆底超声可以提供精确的诊断信息,为医生制定治疗方案提供重要参考。

对于盆底康复训练和功能评估,盆底超声可以为康复医师提供直观的参考,帮助患者加强盆底肌的训练,改善功能

状态。

## 哪些人需要做盆底超声检查

有下述情况或不适的人们建议做个盆底超声检查:

- 反复尿道感染
- 无意识漏尿
- 尿急、尿频、夜尿和/或尿失禁
- 持续性排尿困难
- 与膀胱相关联的疼痛
- 盆腔器官脱垂,有包块的感觉或下坠感
- 排便功能障碍或大便失禁
- 尿失禁和盆腔器官脱垂术后的阴道溢液、流血、盆腔疼痛
- 可疑盆底协调功能失调
- 产后盆底超声检查
- 梗阻性排便障碍:便意不尽、慢性便秘、阴道和会阴指状突起伴肠道排空异常感

尽早通过盆底超声等方法评估盆底情况,在临床症状出现前进行早期干预,尽早通过无创的物理治疗手段(如盆底肌锻炼等)来帮助盆底支持结构的恢复,可有效避免日后盆底功能障碍疾病的发生。

(作者:刘晖 福建医科大学附属第一医院 超声医学科 副主任医师)

# 超声发现囊肿是否会变成癌症 需要手术切除吗

看到自己体检报告的那一刻,每个人都怀着紧张的心情,翻开体检报告的那一刻,心跳比高考查分还要刺激,生怕自己得了不治之症。如果超声报告上提示身体长了东西,各种不好的联想也就开始了,有人还因此坐立不安、茶饭不思,严重影响了正常生活。今天我们就来讲讲超声检查最常见的体检异常之一——囊肿。

单纯的囊肿其实是个“水泡”,里面装满了液体,个头有大有小,个数有多有少,体检常见的包括肝囊肿、肾囊肿、卵巢囊肿、乳腺囊肿等。由于各种先天(管道发育异常等)或后天性(感染、外伤、寄生虫等)的原因,腺体分泌的液体无法排出去,只能像气球一样“吹”起一个囊肿,如果液体不断分泌,随着时间这个水泡会越来越大(多大算大?见下文),甚至压迫其他器官而出现症状,极少数患者可能出现囊肿破裂或囊内出血而出现急腹痛,这

时候就需要及时就诊啦。还有一些囊肿会自行消失,最常见的是卵巢囊肿,有些是生理性的,跟月经周期有关,可能是卵泡或者黄体囊肿,会根据周期自行消失或出现,不用紧张。可以下个月再复查。

## 囊肿会不会变成癌症

对大多数单纯性的囊肿来说,癌变可能性很低,大多是良性病变,不须过分担心,定期复查即可。如果体检报告中的超声检查结果仅仅用了“囊肿”这两个字,基本就已经说明超声科医生觉得它就是良性病变。报告所见中经常描述为:无回声、圆形或椭圆形、边界清晰、壁薄且光滑、无血流信号。因为它们先天缺少变成癌的条件。咱们来复习一下癌的产生过程:一个细胞在增殖过程中发生基因突变,导致它丧失了正常的结构和功能,开始不受控制地生长和

增殖,从而越长越大,侵犯其他组织器官。也就是说,癌症,至少得长一个细胞团。可囊肿是一包“液体”啊!只有薄薄的一层囊壁是细胞。有些囊肿的壁甚至连细胞都不是,只是一些纤维化包裹。就算它们想变成癌症那样的坏东西都有心无力。

## 该警惕的囊肿

虽然从机制上讲,单纯的囊肿变癌可能性很小,但是如果囊肿不再只是一个单纯的“水泡”,这时候就要警惕了,需要进一步诊断。这时候的超声体检报告可能提示“囊性占位”、“囊性包块”、“囊性肿物”等,而不只是单纯提示囊肿,并建议进一步检查。比如囊肿里可能包了个肿瘤,超声报告里就会用“有实性成分或乳头状突起”来描述,或者用“囊壁薄厚不一、不规则增厚、可见多发分隔带回声、偏心囊腔”等来描述占位的超声特

点。这些词语说明:这个囊肿不单纯,需要警惕它。

以下几种情况需要及时就医:

- (1) 报告是否出现上文中提及的需要警惕的描述
- (2) 通常直径超过4~5厘米
- (3) 压迫邻近器官,引起腹痛、便秘、腰酸、尿频等症状的囊肿
- (4) 怀疑囊内出血的囊肿
- (5) 平时痛经并发现卵巢囊肿,还要警惕子宫内膜异位症引起的“巧克力囊肿”
- (6) 绝经后出现了新的卵巢囊肿,肿瘤标志物远远超过正常

最后总结一下,有三个因素对囊肿很重要:大小、症状,恶变风险。

把握这几条,体检发现囊肿了,就知道是该放心还是及时就医。(作者:林胜男 福建医科大学附属第一医院 超声医学科 住院医师)