

本期主题：**处暑**

共舞（於贤 摄）

一碗梨粥

■ 诸葛保满

夏日的余热渐渐消散，处暑时节悄然而至，初秋的凉意渐行渐浓。在这个季节交替的时刻，有一碗粥蕴含着浓浓的母爱，如同一缕清风拂去夏日的燥热，带来一份清凉与慰藉，那便是秋梨粥。

处暑，是二十四节气之一，标志着炎热的夏季即将结束，凉爽的秋季即将来临。古人云：“处，止也，暑气至此而止矣。”此时，天气虽已转凉，但夏日的余温犹存，人们容易感到口干舌燥，身体不适。在这个时候，一碗秋梨粥，便是最适宜的滋养品。

秋梨是清热润肺的佳品，其性凉味甘，能生津止渴，清热润肺。老家的乡亲们将新鲜的秋梨去皮切块，与大米一同熬煮成粥，便成了一碗清香扑鼻、甘甜可口的秋梨粥。

于我而言，秋梨粥的意义远不止于其美味与滋养，更承载着浓浓的母爱。那份深沉而细腻的情感，如同粥中的每一粒米，每一滴水，都是用心熬制，充满了对家人的关怀与呵护。在我童年的记忆里，每当处暑时节来临，母亲总会早早地起床，为全家人熬秋梨粥。她会细心地挑选最新鲜的秋梨，耐心地去皮切块，然后将它们与大米一同放入锅中，用文火慢慢熬煮。在这个过程中，厨房里弥漫着淡淡的梨香，那是家的味道、母爱的味道。母亲熬粥时的身影，是我心中最温暖的画面。她总是那样专注，那样

温柔，仿佛在用粥传递着对家人的深情。每当我喝着那碗热腾腾的秋梨粥，都能感受到母亲的爱意，那是一种无法言说的温暖，它能穿透初秋的微凉，直抵人心深处。秋梨粥不仅滋养了我们的身体，更滋养了我们的灵魂，让我们在成长的道路上，始终感受到母爱的陪伴与支持。

随着年岁的增长，我也学会了熬制秋梨粥，每当处暑时节，我会为家人熬制秋梨粥，那份熟悉的味道，仿佛能带我回到那个充满母爱的童年。如今，每当一碗秋梨粥端上桌，家人围坐在一起，分享着粥的美味，那份温暖与幸福，便在我们之间流淌，成为了我们家庭中最宝贵的记忆。

一碗梨粥出暑来，处暑的秋梨粥不仅带走了夏日的炎热，更带来了初秋的凉爽与宁静。它是一份滋养，更是一份爱的传递，在处暑时节，让我们一起熬制秋梨粥，品味那份来自自然的馈赠，感受那份深沉而细腻的亲情。

闲情、风物、周游、史事投稿邮箱：718703153@qq.com



健康讲堂

是“胎”还是“瘤”？——带你正确认识畸胎瘤

黄碧琴（桂林医学院附属医院妇科）

当您看到B超报告，提示“考虑卵巢畸胎瘤”，是不是既疑惑又害怕。什么是畸胎瘤？是长了个畸形胎儿还是肿瘤？良性还是恶性呢？今天带您一起正确认识畸胎瘤！

一、什么是畸胎瘤？

畸胎瘤是一种最常见的卵巢生殖细胞肿瘤，并不是民间常说的妇女怀了“怪胎”，也不是“寄生”在患者体内的“兄弟姐妹”，而是由原始生殖细胞异常增生、集聚而成。瘤体里面会含有许多人体的成分，如毛发、油脂、皮肤、牙齿等，因此被称为“畸胎瘤”。

二、畸胎瘤是什么原因引起？

畸胎瘤的病因尚不清楚，可能与胚胎期生殖细胞异常分化等因素有关，也可能与遗传因素、神经系统异常、生殖系统先天性疾病等因素有关。比如可能是：月经初潮较晚和月经不规律持续时间长、有囊性畸胎瘤病史、怀孕次数少、不孕、酗酒和运动等有关。

三、畸胎瘤生长在什么地方？

畸胎瘤好发位置最常见于卵巢，其次是睾丸，也就是说男性也可能患畸胎瘤，其他发病部位包括纵隔、腹膜后、脑、胃、睾丸、骶尾部等。

四、畸胎瘤有什么症状？

1.多数畸胎瘤患者早期较小时，没有明

显症状，常在体检或手术时被偶然发现。

2.腹部包块：肿瘤增大时，有腹胀感，或腹部扪及包块，肿瘤长大占满盆腔、腹腔时，可出现尿频、便秘、气急、心悸等压迫症状。

3.腹痛：当肿瘤发生扭转、破裂等情况时，会突然出现一侧剧烈下腹痛，可伴恶心呕吐等急腹症症状。

4.恶病质表现：恶性者，后期可伴有食欲下降、消瘦、贫血等恶病质表现。

五、畸胎瘤是良性还是恶性？

卵巢畸胎瘤的良、恶性取决于组织分化程度，分为成熟畸胎瘤和未成熟畸胎瘤两类。其中，95%以上是成熟畸胎瘤，由分化成熟的胚胎组织组成，属于良性肿瘤，可发生于任何年龄，80%-90%为20-40岁的女性，预后良好。大多数卵巢成熟畸胎瘤为单侧发病，双侧发病的占10%-17%。瘤体呈圆形或椭圆形，表面有一层光滑的包膜，囊壁质韧，常见小丘样隆起囊腔内突出。成熟畸胎瘤以单房多见，囊腔里含有多种组织，最常见的是毛发团和油脂，有时还可见到牙齿、骨质、皮肤和神经组织。成熟畸胎瘤恶变率为2%-4%，多见于绝经后女性，患者预后差。

未成熟畸胎瘤分化欠佳，属于恶性肿瘤，占卵巢畸胎瘤的1%-3%，好发于青少年及儿童，平均年龄为11-19岁，复发和转移率均较高。瘤体呈球形或分叶状，多为实性，可有囊性区域。实性区域质软，有出血、坏死，有时可见骨、软骨、毛发等组织；囊性区域通常有浆液、黏液或胶冻样物质。

六、畸胎瘤可以做哪些辅助检查？

1.血清肿瘤标志物：CA125、CA199、CEA、AFP在卵巢未成熟畸胎瘤患者体内呈现出不同程度的升高，具有一定的指导意义；而在卵巢成熟畸胎瘤患者往往不升高。

2.B超检查：是卵巢畸胎瘤的首选诊断程序，其特征为囊肿内有一个或多个高回声结节，是皮脂腺物质和钙化回声。

七、畸胎瘤一定要手术治疗吗？

畸胎瘤目前没有药物治疗方式，以手术治疗为主。畸胎瘤的治疗需要充分考虑肿瘤大小、患者的年龄和生育要求。

1.对于绝经前、有生育要求的年轻女性，比较小的畸胎瘤可门诊随访；但如果囊肿大于等于5cm，则需要畸胎瘤剥除，否则畸胎瘤很容易发生扭转，导致卵巢坏死、腹腔内感染。

2.对于绝经后的女性，单个卵巢多个畸胎瘤或者巨大畸胎瘤的绝经前女性，则建议卵巢切除。

特别注意的是：短时间内快速生长或影像学检查不排除恶性的畸胎瘤，一定要及早治疗哦，切忌耽误病情！如果术后病理提示恶性卵巢畸胎瘤者，必要时遵医嘱辅助化疗药物。

八、卵巢畸胎瘤为何会剧烈腹痛？

这是因为卵巢畸胎瘤发生了蒂扭转。卵巢肿瘤蒂扭转是妇科常见的急腹症，约10%卵巢肿瘤发生蒂扭转。通常在体位突然改变时发生，典型症状是突然发生一侧下腹剧痛，常伴恶心、呕吐，甚至休克。如果扭转程度较轻，一般可自行复位，表现为腹痛发作后缓解；如果扭转严重，不能自行复位，使血液供应受阻，可能导致卵巢坏死、感染，严重时危及生命。因此，对不能自行恢复的卵巢肿瘤蒂扭转，需要尽快进行手术治疗。

青少年及儿童卵巢肿瘤早期多无明显症状，很容易漏诊，加之该年龄段人群比较好动，一旦发生卵巢肿瘤蒂扭转，如果未能及时就诊和治疗，后果不堪设想。