

耳朵总是痒 当心这五种问题

专家提醒

耳朵痒大多数是外耳道区域瘙痒,导致耳痒的原因可能有以下几种:

1. 盯聆

盯聆俗称耳屎,或多或少地盯聆在外耳道内,都有可能引起耳朵的瘙痒。正常情况下,盯聆会随着咀嚼、运动等动作自行脱落。当盯聆过多引起耳朵瘙痒明显,或者形成块状栓塞时,应到医院寻求耳鼻喉科医生的帮助,不建议在家自行操作。自己盲目地掏耳朵,如果

操作不当,可能会损伤外耳道壁甚至鼓膜,严重时还会引起继发感染。

2. 真菌性外耳道炎

当外耳道的屏障被破坏时,如耳道被水浸湿、挖耳或使用了不干净的挖耳器具等,都可能引发真菌感染。真菌容易在耳道深处黑暗、温暖的环境中生长,有时甚至会会长到鼓膜表面,黑曲霉和假丝酵母菌是常见的致病真菌。

真菌感染的一个典型症

状就是耳痒,耳痒的位置也有可能比较深。感染了这种真菌性外耳道炎很容易反复发作,持续时间可能长达数月甚至数年。

3. 细菌感染

当耳道屏障受损时,细菌感染同样是一个需要警惕的问题,耳道内的渗出液和脓性分泌物等都可能引起瘙痒症状。

4. 湿疹

耳道的皮肤也可能出现湿疹,引发瘙痒,这种瘙痒更多地

表现为外耳道口皮肤的瘙痒。湿疹范围较小时可能仅局限在耳道内,外部难以观察,但范围较大时,可以在耳道口周围看到明显的皮肤变化。

5. 干燥

皮肤干燥同样可能引发耳朵瘙痒,这在老年人中尤为常见。为了缓解干燥带来的不适,可以适当为耳道口处保湿。

中国科学技术大学附属第一医院耳鼻喉头颈外科副主任医师 潘春晨

急性心肌梗死 有哪些预兆

急性心梗常见的诱因包括剧烈运动、过度疲劳、暴饮暴食、大量饮酒、情绪波动、天气变化、便秘者用力排便等。心梗的高危人群包括老年人,糖尿病患者,吸烟人群,合并高血压、高血脂、肥胖的人群,父母有早发冠心病史者。

有的人心梗发病前数日可能会有乏力、胸部不适、心悸、气促、烦躁、心前区疼痛及心绞痛加剧等表现。心绞痛表现为活动时发生的胸闷、胸痛或呼吸困难等。如果近期出现胸闷频繁发作,或者不但活动时胸闷,休息时也胸闷,应尽早就诊,这可能是不稳定心绞痛发作,有可能是出现急性心梗的前期表现。但也有部分患者,心梗前没有任何胸闷、胸痛的症状,心梗可能是冠心病的首发表现。也就是说,心梗可发生于冠状动脉无明显狭窄的患者。

冠状动脉发生严重痉挛也可引起心绞痛、心梗,甚至猝死,但有粥样病变的冠状动脉更易发生痉挛。心梗也可表现为不典型症状,常见于女性、老年人、有糖尿病或脑血管病的患者。以恶心、呕吐为首发症状的患者,容易被误认为是胃肠道疾病而延误治疗。

因此,患者一旦出现疑似心梗的症状且持续不缓解,包括胸部轻微发紧或不快感,有时可表现为麻木或烧灼感,即便症状不典型也应尽早到医院诊治,以免延误治疗。

另外,并不是所有的胸痛都是心梗。急性心梗应与主动脉夹层、急性心包炎、急性肺动脉栓塞、气胸和消化道疾病等引起的胸痛相鉴别。

首都医科大学附属北京安贞医院冠心病中心 赵林 冯婷婷



日常注意四点 有助皮肤变好

防晒。不防晒的人很容易皮肤变黑、长斑、长皱纹、长痘,坚持防晒3~5年,皮肤状态会显年轻。很多人认为,在晴天或夏天才需要防晒,阴天或冬天不用防晒。事实上,只要太阳每天照常升起,紫外线一定不会缺席,因此防晒一年四季都需要。

补水保湿。只补水不保湿或只保湿不补水,均不利于维持皮肤屏障的完整性,会影响美白效果。未进行基础护肤,直接涂防晒霜、粉底液等,防晒霜中的化学成分在被阳光照射分解后,会对皮肤造成损伤,粉底液会使毛孔堵塞,皮肤就会变得粗糙。

避免每天敷面膜。每天敷面膜的人,刚开始可能会觉得皮肤有所改善,但时间一长,皮肤过度吸水就会发生过度水合现象,使毛囊皮脂腺导管因吸水过度而膨胀,导致毛孔堵塞,减弱皮肤的防御能力。建议每周使用面膜不超过3次,每次15~20分钟。敏感肌尽量少用含香精、防腐剂等刺激成分的面膜。

美白不追求速效。皮肤的新陈代谢周期约为28天,美白应长期坚持。一些速效美白产品可能含有激素或者重金属等有害成分,会对皮肤及身体造成损害。

江苏大学附属医院 钱小 葛 马红

一问医答

戴上假牙后怎么成了“大舌头”

张先生问:经过长时间的治疗等待,我终于戴上了假牙。但闹心的是,戴上假牙后,我突然变成了“大舌头”,说话吐字都不太清楚了。请问这是啥原因?

四川大学华西口腔医院老年口腔科护师张霖答:初戴假牙,发音不清晰属于正常情况,老年患者不用担心。因为人的声音是由呼吸系统产生的气流,通过鼻腔、咽腔、口腔、胸腔等对声音的调节,最后经唇、齿、舌、腭而形成的。牙齿与舌



头、嘴唇、颊肌相互配合,控制经过口腔的气流路线和流量,从而发出不同的声音和构成不同的语句。缺牙就会改变这种合作状态,引起舌、唇、腭等的正常发音位置改变,从而引起发音的不清晰。

带您了解 PET/CT 检查

近年来,随着生活水平的提高和健康意识的增强,人们对医学检查的需求也越来越高。当谈到现代医学影像技术时,PET/CT无疑是一项令人瞩目的成就,为医学领域提供了一种强大的工具,用于诊断、分期和监测多种疾病,特别是肿瘤。

PET/CT是把正电子发射断层显像(PET)与X射线断层扫描(CT)两种影像设备有机结合在一起的新型影像设备。临床中PET/CT最常用的放射性示踪剂是18F标记葡萄糖类似物——脱氧葡萄糖,英文缩写18F-FDG,其在体内的分布可准确反映体内器官/组织的葡萄糖代谢水平。人体所需的能量是由体内葡萄糖氧化产生的,人体通过消化食物产生葡萄糖,经细胞

氧化产生能量、二氧化碳和水。恶性肿瘤细胞具有比正常细胞分裂更快,新陈代谢更加旺盛的特点,因此需要更多的葡萄糖,静脉注射显像剂18F-FDG后,大多数肿瘤病灶会表现为对显像剂的高摄取。

PET/CT检查具有以下四个优势:

1. 疾病诊断更早期。PET/CT能灵敏地探测疾病早期的代谢异常,达到早诊断、早治疗的目的,这是其他影像学检查无法比拟的。

2. 病灶检出更全面。PET/CT一次扫描就能实现全身成像,能够更直观地看到病变部位和全身分布情况,同时减少了患者接受检查的次数。

3. 检查结果更准确。PET/CT中的PET显像能够通过定性和定量分析,提供人体功

能和代谢方面的信息;CT能够提供像地图一样的人体解剖信息,二者融合显像,从而更好地实现肿瘤的精确定位和定性,产生1+1>2的效果。

4. 无创显像更安全。很多人关注PET/CT的辐射。其实,做一次全身PET/CT扫描的辐射剂量对人体来说是绝对安全的,作为一种无创的分子影像学检查,受检者只需接受静脉注射,整个检查过程安全可靠,不会产生其他任何不适。合理范围内应用核医学PET/CT检查,患者的获益远远大于损害,也不会对周围人员造成辐射损伤,最终实现PET和CT两种影像优势互补,更好地为患者解决临床实际问题。

河北医科大学第四医院核医学科 戴萌

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

图说 我们的价值观

子也孝 孙也孝

中国福 中国喜

中宣部宣教局 人民日报 中国网络电视台