责任编辑:

患者90%以上是男性,其中50周岁以上的居多

声带白斑癌变率10%~15%



能高云,副主任医师,浙 江省立同德医院耳鼻喉科主 任,浙江省医学会耳鼻咽喉科 学分会委员,浙江省中西医结 合学会耳鼻咽喉科分会委 主攻耳显微外科及鼻内 镜外科,擅长慢性中耳炎、慢 性鼻窦炎、鼾症等的微创手术 治疗,对鼻咽癌、鼻腔鼻窦肿 瘤、喉部肿瘤的诊治有丰富的 临床经验,对咽喉部疾病、耳 聋、耳鸣及儿童鼻窦炎的中西 医结合治疗有较高的造诣,主 持参与厅级课题5项。

肩周炎发作

只能忍痛"爬墙"吗

保守治疗3个月效果不佳可行关节镜手术

难道得了"肩周炎"就只能 期通过口服消炎镇痛、物理治疗

结合 X 线片和左肩部磁共振影 展肩关节镜手术治疗,通过几个

像,诊断为"肩周炎(冻结期)", 0.5厘米大小的微创小切口就可

为其做了微创肩关节镜下 以解决肩周炎、肩袖损伤、肩峰

360° 关节囊松解手术。术后 撞击症、肩关节不稳等肩关节疾

没戴防护眼镜 一男子恐保不住眼球

职业防护切莫大意

近日,宁波市眼科医院急诊 "磨光机"划伤右眼。经检查发

来自四川的洛女士在宁波 诊手术,但是汪先生的右眼眼内

接诊了两位眼外伤患者,一位患 现:患者右眼视力仅剩光感,眼

者工作时戴了防护眼镜,另一位 球内的情况乱得如同一锅粥。

市当地的一家模具工厂打工。 结构损伤严重,后期还需进一步

前几天,洛女士像往常一样戴 行2期手术。如果发生眼内感

上工作防护眼镜,开始了一天 染,很可能连眼球都会保不住。

器发出"砰"的一声,一块异物 任医师介绍,物质的颗粒和碎

从机器中弹射出来,打在了洛 屑、火花和热流、耀眼的光线和

女士的防护眼镜上。巨大的冲 烟雾都会对眼睛造成伤害,所以

击力击碎了防护眼镜,眼镜碎 必须根据防护对象的不同选择

片划伤了左眼角膜。当时洛女 和使用防护眼镜。金属切削作

视物模糊、流泪。洛女士马上 机作业等工作时戴防护眼镜,不

治疗后立即转至宁波市眼科医 凝土屑等异物进入眼内,还能防

眼镜,眼球被保住了,而且眼内 的态度。但是有没有戴防护眼

结构没有任何破坏,目前,视力 镜,后果截然不同,因此千万不

能大意。

经过专科检查,洛女士的左 眼睛不可逆的损伤。在碰到外

健康常识

■记者王艳 通讯员沈文礼

最近,53岁的徐女士饱受肩

膀疼痛的困扰,她去家附近的医

院就医,被诊断为"肩周炎"。医

生给予口服消炎镇痛药后,嘱咐

她"你得了肩周炎,没什么好办

有所缓解,可是一停药疼痛就反

复。每天坚持"爬墙"锻炼也没

有改善肩关节功能,甚至还有加

医骨伤诊所进行推拿、小针刀等

治疗。治疗后医生再次嘱咐她

回家进行"爬墙"练习。可徐女

士的肩关节僵硬并没有改善,还

出现了夜间肩膀疼痛,常常半夜

痛醒,即使吃了止痛药也无济于

忍痛"爬墙"吗?徐女士来到杭

州市西溪医院求诊。该院骨科

郑思化副主任医师接诊后,为

徐女士做了详细的体格检查,

辅助正规的康复治疗,徐女士 患。

健康提醒

■记者王艳

通讯员兰碧菲、陈贞贞

没戴,结果截然不同。

的工作。突然,正常运转的机

士的左眼疼得厉害,随即出现

被同事送往就近的医院,简单

眼视力只能看到眼前影子在晃

动,中央角膜见一弧形全层裂

断为左眼角膜穿通伤。医生马

上对洛女士进行了急诊清创缝

合手术。由于洛女士戴了防护

恢复到了0.1。

伤,长约1厘米,角膜水肿。诊 睛的损伤。

院。

服药后,徐女士左肩部疼痛

于是,徐女士又去了一家中

法,回家练习爬墙吧!"

家住绍兴的老王有近40年的 吸烟史,每天至少要抽两包烟,除 了抽烟,他还喜欢喝白酒,几乎每 天都要"喝上几口"。平时咽喉总 感不适,痰多,但未引起重视。三 年前,一次感冒后,老王出现了声 音嘶哑,感冒症状消失后声音嘶哑 没好转,于是便来到浙江省立同德 医院耳鼻喉科就诊。检查发现,老 王的右侧声带前端长出了凸起的 白色斑块,诊断为声带白斑,在显 微镜下做了手术切除,术后病理报 告为重度异型增生。医生建议他 定期复查,术后半年,老王的声带 白斑复发,并且发现声带上的白色 斑块表面变粗糙了,并进行二氧化 碳激光手术,术中病理报告为重度 异型增生、部分区域癌变,已经发 展成早期喉癌,最后用激光将右侧 声带切除。现在距离第二次手术 已经两年多了,老王除声音嘶哑 外,状况基本稳定。

吸烟喝酒、用声过度等均可能 癌变

逐渐失去他们美好的嗓音。浙江省 立同德医院耳鼻喉科主任熊高云介 绍,声带白斑顾名思义就是声带黏 膜鳞状上皮过度增生、异型增生引 起的喉部病变,在声带表面形成灰 白色斑块状物,有的表面光滑,有的 粗糙,可伴有声音嘶哑、喉部不适和

导致声带白斑的原因复杂,目 前认为和吸烟喝酒,过度用声,慢性 炎症刺激和喉咽返流有一定的相关 性。熊主任说,声带白斑患者90% 以上是男性,其中50周岁以上的男

营养不良也可能和声带白斑的 形成具有相关性,熊主任举例,比 如,缺乏维生素A、维生素B,缺乏微

目前认为微生物感染也可能 是其中诱因。"熊主任补充道,研究 表明,幽门螺杆菌感染的病人与声 带白斑的发生有关联性。

10%~15%的声带白斑会发生

径,优美的声音能够给人一种愉悦 化症,当角化过度的时候,就会形成

感。然而,很多声带白斑患者正在 轻、中、重等不同程度的异型增生, 中度以上就会往癌变发展,形成早 期喉癌

> "声带白斑是一种癌前病变,实 际上,声带白斑是良性病变,并不是 所有的声带白斑都会发生癌变,其 癌变率只有10%~15%,而且癌变时 间短则一年,长则十几年。"熊主任

对于"如何判断声带白斑的良 恶性"这一问题,熊主任介绍,可以 从白斑的形态进行初步判断。他 说,一般情况下,可以通过喉镜观察 到三种形态的白斑,其一是平坦光 滑的形态,只是黏膜局部变白;其 二.声带白色斑块隆起,但隆起表面 是平滑的;其三,白斑表面粗糙、凸 起,属于粗糙增生型。

如果患者是第一种情况,可以 尝试着先进行保守治疗一到二个 月,其间,建议患者戒烟戒酒、少吃 刺激性食物、缓解慢性炎症、良好发 声,也可以服用一些中成药。如果 是第三种形态则恶性进展的可能性

"当然,判断声带白斑良、恶性 的'金标准'仍然是病理切片。"熊主 任告诉记者,反复复发的声带白斑

微创手术创伤小、恢复快,肿瘤 不易复发

临床上,对于声带白斑的治疗 大多采用对因治疗,建议患者作出 相应的生活习惯调整,比如,严格戒 烟戒酒,健康饮食等;有咽喉反流问 题的患者需要接受抗酸治疗;发声 方法存在问题的朋友需要寻求正确

对于保守治疗无效或怀疑有 恶变可能的声带白斑患者,熊主任 建议进行手术治疗。手术多采用 二氧化碳激光行声带白斑切除 他说,这是一种创伤小、恢复快的 热器械手术方法,早期喉癌患者采 用此类手术,肿瘤不易转移、不易 复发,相较于传统的冷器械手术法 有很大的优势。能够在保证病变 完整切除的前提下,尽可能地保护

嗓音常常被誉为人的"第二张 名片",可是这张"名片"却常常遭到 忽视。在熊主任的诊室里,很多患 者由最初的良性声带白斑发展成恶 性肿瘤才想起就医。因此,熊主任 提醒人们,如果声音嘶哑,时间持续 一周不好转,或越来越严重,就需要 及时到耳鼻喉科就诊。

健康资讯

省卫健委开展 "三服务"活动

5 支医疗队将"沉"到基层一线

■记者程雪

新年伊始,省卫健委 "三服务"活动("服务企业 服务群众服务基层"活动) 即在杭启动,由省级医院专 家组成的5支医疗队,与相 关市县医院一起下沉到基 层一线,为群众提供开设专 科门诊、组织疑难重症会 诊、教学查房、演示手术等 义诊服务。

"三服务"活动紧紧围 绕深化医疗卫生领域"最多 跑一次"改革和加快健康浙 江建设、县域医共体建设、 '三医"联动改革、全民健康 信息化、医疗质量安全提升 等五场攻坚战,以及基层在 改革发展中遇到瓶颈和现 实问题,全面了解、共同分 析、精准把握持续推进"1+ 5"重点工作存在的体制性 障碍、机制性矛盾和操作性 问题,研究和落实帮助基层 医疗卫生事业加快发展的 政策举措。活动聚焦提升 基层医疗卫生服务能力,解 决基层医疗卫生单位在改 革发展中遇到的实际困难

围绕群众看病就医的 "关键小事",广泛听取群 众对卫生健康工作的意见 和建议,主动顺应群众对健

康生活的新期盼,研究解决 群众反映强列的看病就医 问题。结合"卫生下乡"活 动,组织开展好"专家下乡 义诊活动",根据基层群众 的就医需求,统筹省市县三 级医疗机构的知名医生到 乡镇、村为基层群众提供义 诊服务;结合做好贫困群众 的结对帮扶工作,深入走访 因病致贫、因病返贫的困难 群众,切实解决其实际困

绕研发、生产、经营中遇到 的困难,从政策层面上认真 梳理不利于企业健康发展 的"条条框框",从操作层面 上认真分析不利于企业健 康发展的"玻璃门""弹簧 门",从服务层面上认真查 找不利于企业健康发展的 不作为、慢作为,最大限度 减少影响健康企业持续健 康发展的制度障碍和政策 制约,加快形成鼓励社会力 **最参与** 日本健康事业发展 的良好政策环境。活动将 深入社会办医疗机构、药品 生产流通企业、医疗器械和 设备生产企业、卫生健康信 息化企业等健康相关企业 开展调查研究,面对面研究 分析难点,一对一制定落实

1月1日起实施

控烟区域扩大,

在自己办公室吸烟也将被禁止

杭州是国内较早开展 控烟立法的城市之一,控烟 工作一直持续扎实推进。 随着健康杭州的建设,公众 对烟草危害的认识逐步提 政府办公厅关于贯彻实施 〈杭州市公共场所控制吸烟 条例〉的通知》下发,对《条 增强了执法力量。 例》部分内容进行了细化, 对如何深入贯彻实施控烟 有关部门加强控制吸烟公

公共场所、室内工作场所、 公共交通工具内禁止吸烟, 制品。 因此,即使在自己的办公室 吸烟,也是被禁止的。

性住宿和餐饮等室内公共 场所一个缓冲期,将其在一 知》中专门明确,限制吸烟 度。 场所包括:歌舞、游艺娱乐 场所和对社会开放的棋牌 局,经营性住宿、餐饮场所 以及经营性洗浴中心(含浴 室)、足浴、按摩保健、美容 划定或设置吸烟区(室)。 到2021年12月31日后,第

女、儿童提供服务的医疗卫 部门处置。

制吸烟场所将禁止吸烟。

杭州最新"控烟令"

■记者程雪 通讯员严敏

2019年1月1日,最新

工作进行了布置。

用于"杭州市市区和县(市) 烟草促销、赞助活动,禁止 政府所在地城镇范围"扩大 通过自动售货机或者信息 到"杭州市行政区域内"。

19届亚运会举办之年起,限

室外区域也提出了禁烟要

生机构、儿童福利机构,以 及体育健身场馆、演出场所 的室外观众坐席和比赛、健 修订的《杭州市公共场所控 身、演出区域,对社会开放 制吸烟条例》(简称《条例》) 的文物保护单位等公共场 所。《条例》在实现全面禁烟 的道路上迈出一大步。相 比国内多数城市,立法已经 走在前列。

《条例》规定教育、文 化、旅游、体育、交通运输。 高,对健康的需求日益增 公安机关等多部门在各自 长,原《条例》的修订也水到 行业或者领域内实施控制 渠成。近日,《杭州市人民 吸烟工作的监督管理工作, 改变了原来卫生行政部门 一家负责控烟监管的模式,

《条例》规定政府以及 益宣传,鼓励支持志愿者组 最新"控烟令"扩大了 织和志愿者开展有关活 适用范围,将原来规定的适 动。《条例》禁止各种形式的 网络销售烟草制品,在各类 《条例》明确规定室内 公务和大型公共活动中不 得提供、使用或者赠与烟草

对个人在禁止吸烟场 所吸烟的行为,《条例》规 考虑到政策的可操作 定责令立即改正,可以处五 性,《条例》给了娱乐、经营 十元罚款;拒不改正的,处 二百元罚款。对场所经营 者、管理者未履行控烟职责 定期限内设为限制吸烟场 的,责令限期改正,可以处 所,《杭州市人民政府办公 二千元以上二万元以下罚 厅关于贯彻实施(杭州市公 款。此外,还对向未成年人 共场所控制吸烟条例〉的通 售烟等行为加大了处罚力

对于新兴的电子烟, 《条例》明确规定,吸烟是指 吸入、呼出烟草的烟雾或有 害电子烟气雾,因此,禁止 吸烟场所不仅禁止点燃烟 美发场所等,场所需按要求 草制品和吸传统卷烟,也禁 止吸电子烟。

《条例》规定,禁烟场所 必须设置明显的禁烟标识, 如果发现有人吸烟,确定该 尤其值得关注的是, 场所属于禁烟场所后,可要 《条例》对一些公共场所的 求吸烟者立刻停止吸烟或 者离开该场所。如果不听 求,具体包括:托儿所、幼儿 劝阻,市民可以拨打市长公 园、中小学校、少年宫、教育 开电话"12345"投诉举报, 培训机构等主要为未成年 市长公开电话登记受理投 人提供教学的场所,妇幼保 诉后将按照控烟监管职责 健院、儿童医院等主要为妇 分工,移交相应的控烟监管

引发声带白斑

左肩疼痛很快得到缓解,左肩

关节周围炎,是以肩关节疼痛和

活动不便为主要症状的常见病

症。好发年龄在50岁左右,女

性发病率略高于男性,多见于体

力劳动者。如得不到有效的治

疗,有可能严重影响肩关节的功

能活动。肩关节可有广泛压痛,

并向颈部及肘部放射,还可出现

治疗。口服消炎镇痛药,物理治

疗,痛点局部封闭,按摩推拿、自

我按摩等综合疗法。同时进行

关节功能练习,包括主动与被动

外展、旋转、伸屈及环转运动,这

里说的"爬墙"就是关节功能练

及"爬墙"等康复锻炼,部分患者

可以治愈。假如保守治疗3个

月效果仍不佳,就需要考虑行关

节镜手术了。目前骨科常规开

同样在宁波务工的汪先生,

因为没有戴防护眼镜,就没有这

么幸运了。当天,他在工作中被

接诊后,医生马上为他进行了急

该院眼外伤专家周和定主

业、混凝土凿毛作业、手提砂轮

仅可以减少铁屑、砂尘、石屑、混

止酸碱等化学物溅入眼内造成

力对眼睛造成伤害时,可以起到

缓冲作用,减轻外力及异物对眼

工人觉得戴防护眼镜麻烦,对于

戴不戴防护眼镜都表示无所谓

专家提醒,在工作中,不少

郑思化同时提醒,肩周炎早

目前,对肩周炎主要是保守

不同程度的三角肌的萎缩。

郑思化介绍,肩周炎又称肩

活动度明显改善。

量元素也会引起声带白斑。

声带白斑本质上是鳞状上皮细 言语是人与人交流的重要途 胞过度增生、异型增生,是一种喉角

"口碑糕点" 直播厨房

餐饮店后厨一首是 令消费者止步的"神秘禁 区","闲人莫进"的牌子 遮蔽了大众的视线,也为 色面纱。近日,位于杭州 市延安路湖滨银泰的杭 州鲍师傅糕点,率先打破 行业陋规创新推出阳光 透明厨房工程,在店门面 外竖起大屏,向市民直播 厨房全景,将蛋糕制作过 程一览无遗展现,获得市

> 见习记者邹伟锋 通讯员朱伟丰 摄

健康警示

天寒地冻别再露脚踝赶时髦

小心妇科疾病找上门

记者洪菡婷报道 弹力水洗磨白 男辺修身小脚裤、铵至男口散辺复百 阔腿九分裤、破洞磨白流苏直筒牛仔 裤……不论什么季节,只要露出脚 踝,就是街上最靓的妞。"美则美矣, 未尽善焉",殊不知在阴冷的冬季,不 少妇科疾病正悄悄找上门。

医妇科门诊有一位妈妈带着女儿来 就诊。这个17岁的女孩,脸色黄中带 青,手指发紫,一双手臂紧紧环住腹 部。原来从去年秋天降温开始,女孩 的月经量越来越少,颜色也很深,每 靠止疼药才能度过。

原来,女孩读的是高职服装设计专 业,一直坚持着露脚踝的时尚穿着, 入,导致月经问题。 秋冬也不例外。

脚踝对女性来说,除了可以展现 经不调、崩漏、带下量多、子宫肌瘤 柔润之美,却也是维持健康的重要位 置,在整个腿部保暖中起到决定性作 而三阴交穴具有健脾理血、益肾平 用。从中医的角度来看,脚踝的位置 有一个非常重要的穴位:三阴交。

三阴交是一个交汇穴,人体的三 大经络足太阴脾经、足少阴肾经、足 前不久,杭州市妇产科医院的中 厥阴肝经在此处汇合,聚焦于一点。 三阴交的解剖位置在小腿内侧,足内 脚踝尖上四手指宽处,平时按压会感 觉轻微的酸胀。浅层分布隐神经的 小腿内侧皮支,大隐静脉的属支,深 层有胫神经核胫后动静脉……也就 次经期腹痛严重到无法上学,只能依 是说,这个位置复杂而敏感,当女性 月经不调,体寒不温的时候,按压此 医生看了她的穿着:九分裤搭配 穴,酸胀感会特别明显,这是局部气 一双帆布鞋,整个脚踝裸露出来呈青 血不通,气滞血瘀后造成的经脉不畅 紫色,立刻就明白了。再详细询问, 造成的。案例中的女生就是因为长 期裸露脚踝,寒湿之气从三阴交侵

大多数的妇科疾病,如痛经、月 医院,找专业医生诊治。

使用,可以起到很好的保健养生、延 年益寿的效果。 需要注意的是,特殊人群如孕妇 不要随意艾灸或长期按揉三阴交穴, 会有导致流产的风险。如果已出现 痛经、月经量增多、经期延长、月经量 减少、阴道不规则出血、白带增多、外 阴瘙痒、不孕等妇科病症,一定不能 大意,单纯揉按三阴交的效果可能不 明显,可以在西医妇科治疗的同时尝 试中药调理。切记!一定要去正规

等,多与肚、脾、肾二肚矢调有天。

肝的作用,是治疗妇科疾病的首

选。平时可以在早上9点脾经运行

时间或空闲时,用大拇指或穴位指

压器械,轻轻按揉双侧三阴交穴,力

度以穴位处微有酸胀为度,每次每

穴按揉3~5分钟,与其他穴位配合

服药后发现怀孕了 这孩子该不该要?

29岁的慈溪姑娘小青,怀胎十 期。 月,近日顺利产下了二孩女儿,母女 平安,小青一颗悬着的心也总算放回 了肚里。原来,小青在怀二孩的初期 (当时不知道自己已有孕)因为感冒 吃了不少药,还参加了单位组织的体 的影响而死亡(流产),要么胎儿未 检拍了X光,这些经历让小青一度非 受到药物的影响,一般不会导致胎 常担忧,深怕影响腹中胎儿的健康, 儿畸形 甚至考虑终止妊娠。

胎儿有害的射线,孩子究竟留还是不

表现为会致使胎儿畸形。

还有就是,卵子受精后,胚胎

不敏感期(胚胎早期):末次月经 后14~28天,即妊娠0~2周。在这个 时期药物对胚胎的影响是"全或 无":要么胚胎因为受致死剂量药物

敏感期(胚胎期):末次月经后29 况,不要盲目保胎。 怀孕初期服过药,或者接触了对 天~70天,即妊娠3~8周。这个时期 属胎儿器官分化时期,如中枢神经系 统(脑)、循环系统(心脏)、感觉系统 事实上,虽然有很多药物与胎儿 (眼、耳)、肌肉骨骼系统(四肢)等。 星、环丙沙星、莫西沙星等)、氨基糖 异常有关,但仅仅一部分药物的病例 在这个时期,胚胎对药物最敏感,易 苷类抗菌药(阿米卡星、庆大霉素

低敏感期(胎儿期):妊娠9~38周 之前,建议进行妊娠试验!

和胎儿的发育可以分为几个阶段, (孕第11~40周)。这个时期属大多数 分别是不敏感期、敏感期和低敏感 组织发生和功能成熟期。药物的影 响可能涉及到生长和功能方面,比如 精神发育和生殖功能。

> 判断孕期用药是否会对胎儿有 影响,还应考虑这几个要素:用药距 末次月经的时间、平时的月经周期是 多久、药物对胎儿的影响等。

值得注意的是,如果在妊娠初期 有用药的经历,且有流产或出血的情

此外,性生活时未采取避孕措施 的育龄妇女,在使用抗病毒药(利巴 韦林)、喹诺酮类抗菌药(左氧氟沙 等)、四环素类抗菌药(米诺环素等)

育儿大百科

■主持人许瑞英