

鼻子变大、嘴唇变厚、手指变粗……

## “容貌变丑”竟是脑垂体瘤作祟

■记者程雪



孙才兴,主任医师,浙江省肿瘤医院神经外科副主任、学科带头人,医学博士。擅长神经系统恶性肿瘤的综合治疗;擅长神经导航及神经内镜等新技术的应用,致力于提高神经肿瘤手术的功能保留及生活质量。

一次会议上,浙江省肿瘤医院神经外科副主任、主任医师孙才兴无意中,同来开会的某女士讲话声音有些嘶哑,孙医师和她进行交流的时候便仔细观察,发觉她的鼻子大、嘴唇厚、手指粗,是腺垂体分泌生长激素过多所致的肢端肥大症,属于有分泌功能性垂体瘤的一种。由于此类病人的内脏器官也很有可能异常肥大,容易引发心脑血管病、呼吸困难等,于是孙医师便建议该女士去医院就诊。检查之后发现,该女士果然患有垂体瘤。经过一段时间的药物治疗,如今,该女士的内分泌已经回到正常水平,其肿瘤也得到一定的缓解。

## 垂体瘤导致激素分泌异常

也许很多人觉得费解,为何鼻子大、嘴唇厚、手指粗等肢端肥大的症状和在人体中的垂体瘤“扯上关系”?“首先要理解垂体的定义和功能。”孙医师解释道,垂体位于蝶鞍,通常花生米一般大小,妇女妊娠

期可稍大,是人体脑组织中的重要内分泌腺体。

垂体能分泌生长激素、泌乳素、促甲状腺激素、促肾上腺皮质激素、促性腺激素等多种激素,调控着人体的生长、发育、繁殖和代谢等,可以说人体的各种生命活动大多离不开垂体的正常工作。

在临床上,垂体瘤多发生于20至40周岁的青壮年,男女比例相差无几,只有部分类型的垂体瘤,如泌乳素型垂体瘤患者女性居多。

垂体瘤会导致激素分泌异常或者压迫周围神经和血管,从而引起压迫症状。当肿瘤不断变大,直至压迫海绵窦里的神经,此时,会出现眼睑下垂、眼球固定、眼球突出、眼球充血

等症,是为海绵窦综合征。

## 垂体瘤种类繁多症状各异

孙医师说,正因为垂体分泌多种激素,调控人体的生长发育和新陈代谢活动,所以,根据是否分泌激素,临床上将垂体瘤分为有分泌功能性垂体瘤和无分泌功能性垂体瘤。

其中,最常见的就是生长激素型

垂体瘤,在儿童身上,主要表现为巨人症。在成年人身上,常见症状为肢端肥大症,也就是所谓的容貌变丑,具体表现为面容宽大,鼻子变大,嘴唇变厚,下颌突出,手足肥厚粗大,指、趾变粗等。

泌乳素型垂体瘤多数为女性患者,发病时多表现为月经不调、闭经、泌乳、不孕等。也有一部分是男性患者,表现为性欲减退、阳痿。

促肾上腺皮质激素型垂体瘤主要症状为向心性肥胖,即脂肪大量堆积在面部和胸腹部及臀部,而四肢相对瘦小、满月脸、痤疮、多毛等。

促甲状腺激素型垂体瘤主要症状为怕热、多汗、体重下降、心慌、房颤等。

此外,无分泌功能性垂体瘤不分泌激素,不会影响生长发育,所以不易发现,早期没有或只有轻度的内分泌失调的症状,容易被忽视,直到肿瘤产生压迫症状才发现。

“目前,引发垂体瘤的具体原因尚未明确。”孙医师说,不过,有研究表明,治疗精神疾病的吩噻嗪类药物会引发垂体瘤。

## 大约99%垂体瘤都是良性肿瘤

临床上,很多患者就诊时往往辗转多个科室,没有及时得到正确的诊断和治疗。孙医师提醒,如果出现以上这些症状,在相应专科查不出确切原因时,应该及时去神经内、外科进行全面检查,通过内分泌检查、CT扫描和磁共振成像检查,可查看是否有垂体瘤或其他鞍区肿瘤。

“当然,患了垂体瘤也不用太害怕。临床上大约99%的垂体瘤是良性肿瘤,一部分属于介于良性和恶性之间的交界性垂体瘤,只有0.2%~0.3%的垂体瘤患者会恶化成垂体腺瘤。”

通常情况下,泌乳素腺瘤不建议首选外科手术,三分之一的病人可以通过药物治疗,让肿瘤缓解甚至消失,同时把内分泌调节到正常状态。如若消退不佳,可考虑外科手术。

对于肿瘤复发的患者,可辅以放疗手段,但此方法很容易引起患者本身的视力进一步下降和内分泌低下,术前已出现视力下降的患者及生育期男女患者选择放疗要谨慎。

## 采撷春天的味道

2月24日,杭城迎来了久违的阳光。男女老少纷纷走出家门,享受来之不易的“日光浴”。尽管日头不大,春风微凉,地面因连日阴雨也还比较潮湿,但位于文二路西溪湿地的绿堤上依然人头攒动,孩子们撒欢地跑,也有不少人带着小宠物悠闲地溜达。还有几位大爷大妈脱去厚厚的外套,蹲在草地上,采起了“马兰头”。

“拿回家水里焯一下,切碎,拌上豆腐干,淋上麻油,不要大鲜啊,马兰头还是清热解毒、散瘀止血的一味中药呢……”一位60多岁的大爷一边拿小剪刀剪着鲜嫩的马兰头,一边说,“春天了,天气好,出来走一走,玩也玩了,还能带好吃的回去,真不错!”

通讯员李丽 摄影报道



## 梅花入药疗效多 入茶熬粥用途广

■记者程雪 通讯员张颖颖

眼下,踏春赏梅正当时,中国人自古有赏梅之心,不忍见梅花凋零,收集花瓣或煮粥或泡茶或作天然香料,甚至有高雅之士收集梅花上的积雪烹茶,将梅花入茶、熬粥、做菜……无不增添了很多生活情趣。

“梅花是一味不可多得的中草药。”浙江大学医学院附属杭州市第一人民医院中药房中医师王倩婷介绍道,《本草纲目》记载梅花味微酸,涩,无毒。具有舒肝,和胃,化痰的功效。可治疗肝胃气痛、食欲不振、头晕、瘰疬疮毒、梅核气等症。历代医家也素爱梅花,不少药方中都不乏梅花的身影,比如梅花点舌丹、紫金锭、三花丹等。

王倩婷说,梅花为蔷薇科植物梅的花蕾,有白梅、红梅、绿萼梅之分,其中以绿萼梅入药最优,可在1~2月间采集含苞待放的花蕾,晒干储存。

梅花入药功效多:绿萼梅3g,决明子10g,沸水冲泡,代茶频饮,可用于治疗高血压;绿萼梅、白菊各10g,玫瑰花15g,沸水冲泡,代茶频饮,用于治疗暑热烦



## 发现血精莫惊慌 及早治疗是关键

■记者王艳 通讯员潘敏超

近日,台州市中心医院泌尿外科副主任医师王慧一天之内就接诊了三位血精患者。突然发现自己精液变成了血红色,三位正当壮年的男士个个精神紧张,脸色煞白,也吓坏了陪伴就诊的老婆大人。

据介绍,三位患者共同特点都是工作压力大、应酬多。其中,李先生已罹患血精两年之久,虽然也到其他医院看过几次,吃过药,但每次都是间隔不久就会再犯。这次在妻子的一再坚持下终于下定决心,好好配合医生检查治疗。

王慧介绍,血精症是指精液颜色变深,呈现鲜红、暗红、黄褐等颜色,提示精液中存在红细胞,最常见的症状是血精及下腹部或会阴部疼痛不适。血精症最容易找上40岁以下的青年人,是临床上最常见的导致男性不育的疾病之一,随着人们生活压力的增大,环境及雌

激素类药物等的影响,患病人数明显增加,对男性的身心健康存在影响。

男性泌尿生殖道的尿道、前列腺及精囊等组织器官的病变,均可能导致血精。其中最常见的是精囊的感染性炎症(精囊炎),也可能是肿瘤或者某些系统疾病(结核、或出血倾向)的局部表现,少部分患者有可能找不到明确的病因。

对于罹患精囊炎时间不长的患者,往往通过及时服用抗生素就可根治;但如果症状反复发作就会变成顽固性精囊炎,会严重影响患者的正常工作及生活,导致紧张焦虑、勃起功能障碍甚至不育!

上文提到的那位长期患病的老李先生,住院后,综合病史和检查结果,经过专家讨论,考虑罹患的是慢性精囊炎。王慧和其他两位泌尿外科专家一同为其进行了精囊镜检查,检查中发现患者的一侧精囊内不仅充满了血块,还有好几颗结石。患者得知检查结果后,后

悔没有及早重视。

王慧表示,慢性精囊炎的射精管开口不够通畅,细菌可能会通过尿道外口逆行而上,造成精囊感染。再加上饮酒和辛辣饮食等外部不良因素的频繁刺激,导致血精反复发生,久之就会形成精囊结石,更加重了排精不畅。多重因素掺杂,反复刺激,终于导致血精迁延不愈。最后,这位患者经过激光碎石和精囊冲洗,两天后就顺利出院了,并且在最近的回访中得知症状没有再犯。

王慧提醒,血精症并不可怕,关键在于及早发现和及时治疗。如果发现血精症状,要尽早就医,千万不要因为不好意思而推迟就医,或者干脆就不管不顾。当然,预防最重要。因此,广大男士一定要关爱自身健康,哪怕工作繁忙应酬多,也需注意调节,克制不良生活和饮食习惯,适量饮酒。平日里适度运动,同时保持隐私部位的清洁卫生。

## “学位”里隐藏着健康密码

卫生监督部门表示:采光照明、课桌椅高度与摆放最关键

■记者程雪 通讯员董志宏

“学区”“休闲娱乐区”“养老区”……你家孩子在班里属于哪个区?2019年春晚小品《占位子》令人印象深刻。开学季,学爸学妈们互相见面不免戏谑一番。

“学区”之分未免失实,但孩子在班级里的大小“学位”中隐藏着健康密码,却是事实。卫生监督部门表示,采光照明是其中一个重要因素。根据《中小学校教室采光和照明卫生标准》(GB7793-2010)要求,教室采光系数最低值不应低于2%,教室窗地面积比不应低于1:5,课桌面上的维持平均照度值不应低于300lx;黑板应设局部照明灯,其维持平均照度不应低于500lx,灯具距课桌面的最低悬挂高度不

应低于1.7m,教室主采光窗应设置在学生左侧,教室窗户玻璃应采用无色透明玻璃。

课桌椅高度与摆放也不容忽视,课桌椅的总体原则应该是“个性化原则”,也即“最适合自己的才是最好!”卫生监督部门在日常工作中重点关注是否根据学生身高,按照《学校课桌椅功能尺寸及技术要求》(GB/T3976-2014)的要求对班级课桌椅进行调节,至少要保证一个教室内有两种或两种以上不同高低型号的课桌椅。此外,课桌椅的摆放也是监督检查的重点,应保证教室前排课桌前缘与黑板的距离不小于2.0米,教室后排课桌后缘与黑板的距离不大于9.0米,教室后部纵向走廊宽度不小于0.6米,教室纵向走

道的宽度不小于0.6米。

近几年,卫生健康部门、教育部门针对教室环境卫生做了大量的工作,切实保护“学位”健康安全。去年,杭州市卫生监督部门共开展学校卫生监督双随机监督检查661家,对教学环境存在问题的学校提出了整改意见,问题主要集中在教室采光照明、课桌椅调节和摆放方面,比如窗户玻璃不是无色透明的,课桌面或黑板面日照度不达标,一个教室只有一种高度型号的课桌椅,课桌椅摆放不规范等。

同时,杭州市卫生监督部门还通过爱眼日宣传、专题培训等活动对学校卫生标准进行宣贯,推广使用《中小学生学习课桌椅型号对照表》,只要往对照表前一站,每个孩子都能轻松找到适合自己的课桌椅。

## 雨水时节话养生

■记者程雪 通讯员张颖颖

“天街小雨润如酥,草色遥看近却无。”如今,已经进入了农历二十四节气之一的“雨水”。此时,气温回升、冰雪融化、降水增多。那么,雨水节气养生应该注意些什么呢?

浙江大学医学院附属杭州市第一人民医院中医科副主任中医师傅大治提醒,雨水期间要注意“倒春寒”现象。

## 昼夜温差大,年高体弱注意保暖

雨水之后空气中水分增加,导致气温不仅偏低,而且寒中有湿,这种湿寒的气候对人体内脏和关节有一定的影响,雨水节气昼夜温差较大,雨水多,湿气重是这个节气的气候特点。俗语说的“春捂秋冻”的“春捂”在这个季节就特别需要强调,尤其是年高体弱者,易于受风寒而患风寒感冒。《黄帝内经·素问·痹论》说:“风寒湿三气杂至,合而为痹也”。痹症就是指的风湿骨痛,老寒腿。春季多风,雨水节气寒湿重,具备了“风寒湿”三气杂至的条件,体质弱的人就易患上“痹症”。

因此,雨水节气一定要注意保暖,重点照顾好“头颈与双脚”两头:人体下身的血液循环要比上部分差,容易遭到风寒侵袭,因此衣着宜“下厚上薄”。同时还应避免用冷水洗头洗脸、洗脚、洗澡。另外,常用生姜红枣一起煮汤喝,亦能够驱寒保暖。

## 阴雨绵绵,调肝理气愉悦身心

雨水节气,阴雨绵绵,天气阴晴不定,景色也不佳,这种变化无常的天气,加上春色还未吐艳,无景可观,很容易引起人的情绪波动。中医认为,肝是主情志的,肝气调达,则精神愉悦,根据古代的五脏理论,春天对应的脏器是肝。所以,专家建议,春天要放飞心情,要开心,而不能让自己悲伤,雨水节气,更加要注意调理情志,愉悦身心,以顺应春季“养生生之气”的要求。

《黄帝内经·素问·六元正纪大论》中说:“木郁之发……民病胃脘当心而痛”。五行之木,对应的季节是春天,对应的脏器是中医所说的“肝脏”。五行理论认为,“木能克土”,运气有太过不及,春天的节气太过,肝气过旺,肝气犯脾,就容易引起脾胃疾病。而雨水节气,降雨多,湿气重,寒潮时又光顾。脾惧湿,胃畏寒,这种又冷又湿的节气,更让脾胃病高发。

傅大治副主任中医师说,雨水节气更要注意呵护脾胃,避免生冷、油腻的饮食,少饮酒,饮食要以平性为宜;适当运动,以健胃助消化,避免寒湿入侵;雨水时节气候转暖,但又风多物燥,常常会出现口干舌燥、嘴唇干裂等现象,因此应该多吃新鲜蔬菜、多汁水果以补充人体水分;雨水时节容易出现“倒春寒”,“倒春寒”容易使人内脏郁热,因此不宜吃燥热食物“火上浇油”;郁热使人“贪凉”,过于食凉,会使寒湿伤及脏腑,引起胃寒、胃凉、腹泻之类的失衡症状,所以,饮食保持中庸,吃热饭热菜,慎吃辣椒、白酒等性温、性热的食物为宜。

此外,可以多吃些五谷杂粮,同时巧妇们可以经常熬粥给人食用,如银耳粥、红枣小米粥、百合山药粥、薏仁莲子粥、薏米仁山药粥、南瓜燕麦粥等,都是很好的选择。

## 宝宝过敏易生病 家中过敏原勿忽视

■主持人许瑞英

养育孩子的过程中,最让家长着急、忧心的莫过于宝宝生病了。

许多宝宝一到换季的时候,动不动就咳嗽不停,鼻涕、喷嚏不断,皮肤上也特别容易起小疹子。妈妈们总觉得是因为自己的宝宝体质差,其实,导致出现咳嗽、喷嚏、起疹子的原因很多,不仅仅是因为感冒、病毒或细菌感染,还有最为常见的是过敏。

有些妈妈会说,我很注意家里的卫生啊,床单褥子都勤洗勤换的,宝宝怎么还会过敏呢?事实上,除了床铺、窗帘、毛绒玩具等用品,家里有很多地方存在过敏原,譬如说地板。

## 地板是过敏原的重灾区

据美国普渡大学的一项调查数据显示,婴儿每千克体重吸入的生物微粒的数量是成年人的4倍。而地上的这些微粒物进入孩子呼吸道之后,就会诱发宝宝出现呼吸道症状,包括鼻塞、鼻痒、鼻涕、喷嚏等情况。

地面的生物微粒有以下几种:尘螨、霉菌孢子、动物皮屑、蟑螂等。其中尘螨是引起过敏相关症状的重要因素之一,我们肉眼很难看到,但它可以在家里的各个角落。尘螨的排泄物、甚至尘螨的尸体,都会沉积于床面、地面、沙发等物体表面,具有强烈的免疫刺激性。霉菌容易在厨房、浴室、阳台等潮湿的区域生长,特别是地面部分。这些霉菌孢子也很容易引起过敏,尤其是如果被吸入呼吸道,就会引起宝宝过敏性哮喘。宠物脱落的皮屑、毛发等物质可能会引起宝宝过敏。这些物质不仅会飘散于空气中,也会沉积在地面上,宝宝接触地面会增加吸入的可能性。蟑螂爬行过的地方会遗留蟑螂的分泌物、粪便,死去蟑螂的碎屑,这些物质都可能诱发宝宝的过敏。

另外,因为宝宝呼吸道黏膜较为娇嫩,地面上散落沉积的灰尘、纤维等物质被吸入呼吸道也会让孩子不舒服,增加孩子生病的机会。

## 清洁地板,要格外注意这些隐患

很多家庭装修时会用上地毯,而宝宝们最喜欢在地毯上爬来爬去,但是一般地毯疏松的结构,会容纳非常多的灰尘和颗粒,很适合尘螨生活。清理地毯时应避免灰尘、颗粒存留于地毯中,引起宝宝过敏。

木地板相对来说易于清洁,但清扫时还要注意洒落下面、床下面、墙角边缘等边角部位,这些地方容易滋生尘螨,要重点清理。

家中卫生间、厨房一般都会使用地砖、瓷砖,虽然容易清洁,但因为这些区域一般较为潮湿、狭小且存在多处的拐角、死角以及食物残渣和油污,极易滋生霉菌以及引来蟑螂。在清洁时,一定要注意及时清除水渍、油污。