

“咚、咚、咚”两年了,声音从未消失……

真凶竟是血管搏动性耳鸣

■蒋骅、刘晓

三十岁出头的王女士(化名)出现在门诊间的时候,她的脸上似乎透露着焦虑与愁苦。她说,感觉自己得了一种怪病。两年来,她一直觉得右耳隐约能够听到“咚、咚、咚”的声音。那“咚咚”声不快不慢,跟自己的心跳同步;不轻不重,刚刚好能被听到,却又听不太清。为了消除这“咚咚”声她已经尝试了各种方法,休息、打针、吃药、针灸、听音乐。然而,无论怎么努力,“咚咚”声一直停留在她的右耳,从未消失。

不过当她把手放在颈部右侧并轻轻按压时,“咚咚”声就会减弱甚至消失。通过她的描述和初步的耳科检查,医生大致判断出这位患者听到的“咚咚”声并非普通的耳鸣,而是一种称之为“搏动性耳鸣”的特殊症状。

果然,CT检查很快就发现了问题所在:患者右侧乙状窦表面的骨板是缺损的。患者颞骨CT平扫影像。左上:右侧颞骨横断位影像,见右侧乙状窦与乳突间骨板缺损。右上:左侧颞骨横断位影像,见左侧乙状窦与乳突间骨板完成。下:双侧颞骨冠状位影像,见右侧乙状窦与乳突间多处骨缺损。

“乙状窦”是颅内重要的回流通道,左右各一条,供应大脑的血液主要通过乙状窦回流到心脏,而“乳突”则是中耳的重要解剖结构。

正常情况下,乙状窦与乳突间有层薄薄的骨板相隔,但在这位患者身上,这层骨板却意外地缺损了。由于乳突本身具有一定的传声功能,乙状窦中血液流动的声音很可能通过乳突传到了内耳中,让患者听到了与心跳节律一致的“咚咚”声。

骨板修复,“咚咚”声终消失

针对这位患者的情况,医生建议她住院,通过手术将乙状窦表面缺损的骨板补起来,患者接受了建议,表示愿意尝试。入院后,完善听力学和影像学检查,排除了其他颅底肿瘤和血管畸形的可能,确定了手术方案:通过耳后切口进入乳突,修补缺损的骨板。

术中发现患者乙状窦表面的确实有多处骨板缺损,大小在1×1mm~4×6mm不等。最终,利用患者自身的骨粉及软组织对缺损的骨板成功进行了修补,手术过程顺利,仅用时1.5小时。术后第二天,患者就覺得右耳的“咚咚”声比术前明显变小了,也没有出现严重的手术并发症,术后第三天患者出院。

一个月后,患者再次来到门诊复查,她整个精神状态好了很多,人都变得开朗了。她激动地表示,现在已经基本听不到那种“咚咚”的声音了!听力学检查显示,她右耳的听力跟手术前相比没有变化。

这位患者比较幸运,病变范围较小,手术范围也相对较小。有的患者搏动性耳鸣病因是肿瘤(如颈静脉球体瘤),那么手术的范围则会大得多。如果不幸肿瘤侵犯颅底神经、血管等重要结构,术后则

可能出现面瘫、声音嘶哑、吞咽困难、脑脊液漏等并发症,需要二次手术修复及长期的康复治疗。除此之外,患者还需定期复查磁共振,以评估肿瘤是否复发。

多数情况下,耳鸣无法找到确切的病因,不会危及生命,也无需特别治疗。耳鸣患者应避免恐惧、焦虑,千万不要“病急乱投医”,盲目相信一些偏方、土方和未经科学验证的治疗方法。少数情况下,耳鸣可能会是某些严重疾病(如肿瘤、血管疾病)的早期征兆。因此患者尤其要注意耳鸣是否为单侧的或搏动性的。如果出现这样的耳鸣,应到正规医疗机构就诊,排查相关疾病。

一旦发现颅内或头颈交界处有肿瘤或血管变异、畸形等情况,患者应到相关科室就诊,对病情的严重程度进行评估。与主管医生进行充分沟通,决定最终的治疗方案。

可以包含美容修饰、卸妆等功效宣称,而0-3岁婴幼儿使用的化妆品的功效宣称仅限于清洁、保湿、护发、防晒、舒缓、爽身。也就是说,3岁以下婴幼儿使用的化妆品,不包括“彩妆”这一类别。因此,如果彩妆化妆品标签宣称3岁以下婴幼儿可用,则属于违法行为。

与成人相比,12岁(含)以下的儿童,特别是3岁以下的婴幼儿,皮肤屏障功能尚未成熟,对外来物质的刺激更敏感,更容易受到损害。市面上一些按照一般玩具产品标准生产出来的“口红玩具”“腮红玩具”等产品中可能含有不适宜作为化妆品原料使用的物质,包括安全风险相对较高的着色剂等,如果给儿童使用,可能会刺激儿童的皮肤。而且,这类“彩妆玩具”可能存在重金属超标的问题,如铅超标等。

过量铅被吸收后可损害身体多个系统,影响儿童智力发育。家长在选择玩具化妆品的时候要慎之又慎。

育儿大百科

玩具化妆品千万别让孩子用

■主持人许瑞英

当前,一些由眼影、腮红、口红、指甲油等组成的“儿童梳妆台”玩具十分热销。日前,国家药监局对外发布消息称,实际上,这类产品多数属于由玩具生产企业生产的、仅供玩偶等涂饰用的玩具,它们不属于化妆品管理范畴。儿童将这类玩具误用为化妆品存在一定安全隐患。

依据《化妆品监督管理条例》,化妆品是指以涂擦、喷洒或者以其他类似的方法,施用于皮肤、毛发、指甲、口唇等人体表面,以清洁、保护、美化、修饰为目的的日用化学工业产品。简单来说,施用于人体表面的产品是化妆品,应当按照化妆品的法规规定进行管理;单纯施用于玩偶等玩具表面的产品并非化妆品,应当按照玩具或者其他产品的法规规定进行管理。

此外,依据国家药监局发布的《化妆品分类规则和分类目录》,3-12岁儿童使用的化妆品

男性健康

男性结扎之后还想再生 输精管再通 可以实现再生育

■秦芳

几年前的全面二孩政策开放后,小梁很快与妻子生育了二宝,眼看着两个孩子健康成长、一家其乐融融,小梁在避孕方面产生了一个想法:妻子虽说都是顺产,但也是吃了两次苦,现在应该是男人付出了。

得到妻子的支持后,小梁就来到浙大妇院男性科(泌尿科),咨询了男性输精管结扎的问题。医生仔细询问、评估了情况之后,先递交了院内的伦理申请,伦理批准后,小梁就在预约的日子接受了输精管结扎手术。

手术如期进行,主刀医生直接跨越瘢痕,在瘢痕处的上游和下游处分别分离出一小段正常健康的输精管,然后离断修剪,再将两头进行吻合,没有原来输精管结扎处的瘢痕。这样一来,虽然有旧手术瘢痕保留,但输精管血管得以保留,手术后成功率增高,手术时间也比原来的经典手术足足快了近一小时。节省下来的时间,能够保证手术医生在手术中始终保持手法的稳定性和精准性。

没有意外,术后的复查结果十分满意,小梁的精液检查恢复了正常。随访的时候,他也在戒烟戒酒锻炼身体备孕中。

医生介绍说,在浙大妇院男科,输精管再通吻合手术是常规开展项目之一。目前开展的“跨越瘢痕版本”输精管再通手术不仅能有效节省时间,而且成功率在70%-90%左右。

“我们并不是说,因为有这么高的成功率,大家就可以随意去做绝育手术。只是告诉大家,在辅助生殖技术之外,还有男科显微手术,也能够帮助男性恢复生育功能。”医生补充道。

医生评估了小梁的情况,决定为他亲自做吻合手术,也就是把输精管接通。相比较于

以前做的输精管结扎手术,再通(吻合)手术也更为复杂、更加精细。

经典的再通手术,需要将原来结扎的输精管两头分离出来,原有的瘢痕要切除;其次,接通手术需要全程在手术显微镜下操作,针线比头发丝还细,手法需要保持稳如磐石的状态2-3小时。

手术如期进行,主刀医生直接跨越瘢痕,在瘢痕处的上游和下游处分别分离出一小段正常健康的输精管,然后离断修剪,再将两头进行吻合,没有原来输精管结扎处的瘢痕。这样一来,虽然有旧手术瘢痕保留,但输精管血管得以保留,手术后成功率增高,手术时间也比原来的经典手术足足快了近一小时。节省下来的时间,能够保证手术医生在手术中始终保持手法的稳定性和精准性。

没有意外,术后的复查结果十分满意,小梁的精液检查恢复了正常。随访的时候,他也在戒烟戒酒锻炼身体备孕中。

医生介绍说,在浙大妇院男科,输精管再通吻合手术是常规开展项目之一。目前开展的“跨越瘢痕版本”输精管再通手术不仅能有效节省时间,而且成功率在70%-90%左右。

“我们并不是说,因为有这么高的成功率,大家就可以随意去做绝育手术。只是告诉大家,在辅助生殖技术之外,还有男科显微手术,也能够帮助男性恢复生育功能。”医生补充道。



“你好,请出示健康码和行程卡。”“行程卡你不会弄?来,我来帮你!”连日来,走进衢州市柯城区的斗牛方舱(新冠疫苗)接种点,身穿蓝马甲的志愿者刘小苟(左),都会给前来接种疫苗的市民送上测体温、登记、取号、维持秩序等温馨服务。

刘小苟是来自柯城区信安

通讯员胡江丰 摄

头屑多、头痒难耐

头皮脂溢性皮炎该怎么办

■王菲

明明刚洗了头,肩膀上还是“雪花飘飘”;刚做了发型出门,头皮太痒忍不住一直挠;使劲洗着油头,居然还看到头皮红了一块;最后,开始了脱发之旅……如果你有上述症状,可能是头皮生病了。头皮健康的时候,我们一般只会在梳头时看到有头屑掉落,当你穿深色衣服时肩膀上有肉眼可见的头屑,那是病理性头屑,常见的疾病是脂溢性皮炎。

头皮脂溢性皮炎有时只有头皮屑,有时会伴有头皮瘙痒,常常会复发。如果脂溢性皮炎重一些,还可以表现为头皮红斑、头发油,甚至还可能会发生脱发。

头屑多、头痒,你可能做错了这些

头皮脂溢性皮炎有头皮屑、头皮痒的表现,常常是因为真菌(马拉色菌)大量繁殖和头皮过于油

腻。

马拉色菌原本是皮肤表面正寄居的一种真菌,平时对皮肤影响不大;但它专吃皮脂,当头皮非常油腻时就会疯狂生长繁殖;通过水解皮脂中的甘油三酯,产生游离脂肪酸,然后刺激皮肤产生炎症反应,缩短细胞更替时间,引起头皮屑、头皮瘙痒等症状。

如果你洗头洗错了,还会为马拉色菌提供食物:洗头水太热。如果水温超过40℃,易伤害头皮毛囊与发丝,油性发质的还可能刺激头皮分泌更多油脂。

还有一些错误做法就是使用碱性洗发水。碱性过强的洗发水会导致头皮受损,加重皮炎。

此外,洗头时用指甲挠头皮不仅会刺激皮脂腺和毛囊,还易抓破头皮,导致指甲缝里的微生物趁虚而入。洗头时应该用指腹揉头皮。

去屑洗发水如果有抑菌作用,长期用一种就可能出现耐受,不再

有效。

另外,高热量、高脂肪、油腻、辛辣的食物及烟酒、咖啡等都会刺激皮脂腺分泌,熬夜、过度焦虑紧张等也可引起内分泌失调,使得头油出更厉害。改变这些小习惯,或许可以预防头皮屑的发生,但如果已经“雪花片片”,又该怎么办?

头皮问题可试试“酮康唑”

病理性头屑多、头皮痒罪魁祸首通常是马拉色菌,所以可选择含有抑制真菌(马拉色菌)活性成分的洗剂。有效的成分包括:2%酮康唑、2.5%二硫化硒等。

酮康唑属于广谱抗真菌药物,它能通过抑制羊毛固醇转化为麦角固醇,来抑制真菌细胞膜合成,不管是对浅部和深部真菌感染,都有抑菌和杀菌效果。2%酮康唑洗剂能改善与马拉色菌大量增殖相关的皮肤问题,如头皮瘙痒、头皮屑、脂溢性皮炎、花斑糠疹、头皮银

屑病等。

2015年的一项Meta分析,评估了多种外用抗真菌药,对面部和头皮脂溢性皮炎的患者,2%的外用酮康唑(每周1-2次)改善红斑、瘙痒和头皮屑的效果较好。

另有临床研究比较了2%酮康唑、1.5%吡硫翁磷和2.5%二硫化硒洗剂对头皮屑的治疗效果,发现2%酮康唑的疗效要优于后二者,这可能与它抗真菌疗效较好有关。

如果你头屑超多、头皮还痒,可以每周2次在洗头后使用酮康唑洗剂。用法:将酮康唑洗剂(约5mL)涂在湿润的头发上,轻揉到产生大量泡沫,再轻轻按摩头皮3~5分钟,然后用清水冲洗掉。如果觉得头屑太多了,可再重复用一次。外用酮康唑不会经皮肤引起全身吸收,可以较长时间使用。一般建议控制症状后缓慢减量至每周一次或每两周一次,直到痊

愈。

但是,一些马拉色菌株最终会对唑类抗真菌药耐药,所以不建议用太久,连用2~4周后如果还有症状,那可以换一种洗剂,比如2.5%二硫化硒。

需注意的是,用上述抗真菌药物都可能出现一定的头皮干症状,这很正常,如果特别干,可以用点保湿的护发素。

如果是过敏体质,则需要慎用,一旦皮肤出现灼痛、红肿等,请立即停用。对于头屑头痒更明显的人,除外用唑类洗剂(如酮康唑)或二硫化硒洗剂,必要时可以在医生指导下外用抗真菌软膏、糖皮质激素等其他药物。单纯外用药物效果不理想的,也需要及时咨询医生,可能需要配合口服药物治疗。如果头屑严重增多,医生还需考虑区分头皮银屑病、头癣、特应性皮炎等其他疾病。

■花美英

水是生命之源。身体里少了水,我们的皮肤会变得干巴巴,又粗糙又容易起皮屑。但是,身体里的水太多了也不行。晚上睡前喝多了水,第二天眼皮会肿。大量的水长时间在我们身体里堆积,就会形成“水湿”,凝聚在皮肤松弛的地方,比如说小肚子、大腿内侧,变成谁都不喜欢的“游泳圈”。

“水湿”停留时间久了不被排出,身体就会变成“痰”和“饮”,“痰”的质地比较浓稠,不仅包括了我们感冒时咳嗽出去的“痰”,还包括“皮下脂肪瘤”和“肥肉”等。“饮”比较清稀,但它如果聚停在心胸部,会让我们喘不上气来,感到憋闷,停留在肠胃中还会影响消化。

由此可见,喝水还真是门大学问!

怎样喝水才是正确又健康的喝水方式,盲目追求“不管渴不渴,一天八杯水”是不可取的。

其次,不能在剧烈运动之后喝凉水或者吃冷饮。老一辈人说剧烈运动后喝凉水会“炸肺”。这是什么意思呢?

我们皮肤表面有很多毛孔,就像身体向外界的“小窗户”,剧烈运动之后,体内热了,小窗户便会被打开,向外散发热量,而这个时候如果喝凉水、吃冷饮或者用凉水洗澡,小窗户们就会因感觉到冷而关闭,这样体内的热量就散不出去了。中医说“肺主皮毛”,所以这种情况下也会伤到“肺气”,影响肺的功能,就是所谓的“炸肺”了。

另外,喝水最好喝温开水,不喝生水,少喝冷水。不同的季节可以喝一些“应季的水”。比如夏天喝祛暑的酸梅汤,秋天喝润燥的冰糖雪梨水等。