

# 八旬老人半夜被胸闷憋醒,性命垂危 30岁女士手上长满小水疱,奇痒难安 这些毛病 都是黄梅天惹的祸

本报记者 何丽娜 张冰清 通讯员 张玥洁 徐尤佳 黄春燕 陈旭婷

闷热、潮湿,最近你有没有觉得特别困倦、乏力、胃口不佳呢?然而,江南黄梅天的威力还不止于此,一不小心还可能会要人命。

83岁的冯大爷(化名)关节不好已多年,每次变天的时候,他这两个膝关节简直比天气预报还准,“一般下雨前一天就开始胀痛”,尤其是到了梅雨天,双膝胀痛得连动都不想动。今年入梅后,冯大爷也是备受煎熬,贴止痛膏药、擦活血化瘀的药水,能用的办法统统用上之后,觉得还是躺着不动相对更舒服。于是,孝顺的子女们就让他整天躺着,一日三餐都按时送到床前,冯大爷也很享受这种温馨的氛围。

然而,危险却在冯大爷身体里逐渐形成。几天前的凌晨,熟睡的冯大爷莫名被胸闷、气急憋醒,一直过了三四个小时后天亮了都没缓解,家人觉得不放心,便赶紧将他送至就近的杭州市红十字会医院急诊。

一听说胸闷、气急,接诊医生率先想到的是凶险的心梗,于是立即查心电图,所幸结果显示没有特别问题,可排除心梗可能。接着继续检查,冯大爷的氧饱和度很低,血凝中的D-二聚体指标却特别高,因此,综合考虑是身体内有血栓形成,而且这个血栓随着血液循环跑到了肺里,形成了肺栓塞,以致严重影响了呼

吸,如果不及时处理会危及性命。于是,冯大爷当即被转至呼吸科做进一步治疗。

那么,冯大爷的血栓是从哪来的?经进一步检查,医生们在他的右下肢找到了静脉血栓。该院急诊科主任黄世恩分析,应该与他近期躺着不动有很大的关系。有一种类似的病叫飞行综合征,指的是一些人乘坐长途飞机后出现头晕、恶心甚至深静脉血栓,特别是靠窗坐的人,因为走动麻烦,下肢的活动会更少,也就更容易中招。

无独有偶。在冯大爷之后,同样已八旬高龄的沈大爷(化名)也因胸闷数小时后被送进医院,经检查,也确诊是肺栓塞。而他的病因则更加明确,他是位肺癌患者,因病情加重已卧床一个多月。

黄世恩表示,因长期卧床,运动减少,体内血液的粘稠度会增高,就为血栓的形成创造了条件。因此,像肿瘤患者、手术后的病人等都属于高危人群。而当下正处磨人的黄梅天,受天气影响很多人的运动锐减,尤其是那些本身有关节疾病的人,更加不愿意多动,因此就更增加了发生凶险肺栓塞的风险。

## 一夜醒来听不见,原来耳朵里发霉了

你知道吗?霉菌一不小心还会“钻”进耳朵,躲在耳屎里偷偷繁殖,直到把耳道堵得水泄不通。

杭州30多岁的李女士(化名)就遭遇了这种窘境,医生从她耳朵里挖出一大坨黑色物体,那就是耳屎和霉菌的混合物。

前几天,李女士像往常一样冲凉后上床睡觉,结果第二天起来,发现自己左耳几乎完全听不见了。她赶紧拿出手机上网查询,网上都说这是“突发性耳聋”,很难治,搞不好听力会永久性丧失,吓得她赶紧来到杭州市中医院就诊。

市中医院耳鼻喉科主任陈志凌用耳内镜检查发现,她左耳的外耳道堵着一大坨黑色物体,上面还有一

些絮状物。他用耳内镜取出蚕豆大小的堵塞物后,李女士立马就能听到了。

陈志凌解释说,这不完全是耳屎的祸。这坨黑压压的东西里除了耳屎,还有大量的真菌,造成了外耳道的炎症,所以才会影响听力。

他猜测,患者的耳屎已经累积到一定量,前一晚洗澡后没有清理干净进入耳道的水,于是真菌就在一个潮湿的环境下疯狂生长。

他还向家长强调,如果小朋友夏天计划去游泳,那最好在去之前到医院清理一下耳屎,“小朋友的耳道狭窄,很容易在游泳后肿胀、发炎,我们夏天经常大半夜接诊因为中耳炎疼得直哭的孩子,所以最好防范于未然。”

## 手指上长出小水泡,不是脚气蔓延,是汗疱疹

每到夏季,不少市民的手指上都会长出一些米粒大小、透明的小水泡,不仅痒到让人怀疑人生,一旦挠破后还会脱皮,且它们通常来得毫无征兆。

有人认为这是湿疹,更有人觉得这些小水泡是“脚气”蔓延!那么,这些透明小水泡究竟是什么?

最近梅雨季,30岁王女士(化名)手上的小水泡如雨后春笋般长得密密麻麻,还奇痒无比,令她无法安睡。

王女士说,其实这样的水泡她几乎年年这个季节都会长,但过段时间水泡就会自行好转、消失,自己也就没当回事。不知道什么原因,今年水泡长得特别多,也没见好转。深受困扰的她,这才到医院就诊。

杭州市三医院皮肤科杜晓航主任中医师说,和很多因“手上的小水泡”前来就诊的患者一样,王女士患的就是汗疱疹。

汗疱疹是一种手掌、足部汗腺较发达部位的水疱性皮肤病。近期因汗疱疹的患者就占到了总就诊人数的5~10%,甚至有部分患者已经自行将疱疹刺破,大多

伴有抓痕皮损。

如果你有汗疱疹,那么首先证明你新陈代谢旺盛。所以患汗疱疹的多数都是小孩和青年,很少见到老年人会长汗疱疹。

那是因为抠脚,脚气传染到手上了吗?

不是的!汗疱疹是一种湿疹,而脚气是真菌感染,完全就是两回事。但是它们确实长得有点像,怀疑是否为汗疱疹之前可以到医院做一个真菌检查。

家人手上就有汗疱疹,是他传染给我的么?

也不是的!汗疱疹虽然看起来很吓人,成堆生长,但是其实它并不传染。一些肢体上的接触,不会传染上汗疱疹。

汗疱疹不能刺破,“里面的水”流到哪就会长到哪?

不是的!这条谣言是皮肤科门诊患者中说的比较多的,好像只要有渗液,都会被套上“流到哪里,长到哪里”的帽子。其实,这只是因为汗疱疹的生长比较密集,恰好长在附近,就会产生这样的“错觉”。

## 除湿这几招 今晚就可以做起来!

一直雨雨雨雨雨的日子,这缠绵的梅雨季,真是难以将歇。

如此潮湿闷热的黄梅天,你是否总是感觉睡不醒,即使睡醒之后,也常常犯困、身体沉重?大便总也不成形,稍微吃点油腻、凉物就拉肚子?特别容易出现皮肤问题,爱长痘痘、湿疹?

这种种症状都可能预示着——你有湿气!

浙江省中山医院治未病科倪锋主任提醒大家:湿邪之气侵犯人体后,会影响脾胃消化功能,再加上夏季很多人爱吹空调,喝冷饮、爱吃凉菜及各种冷冻食品,这些习惯同样会影响脾胃运转。

在此,倪锋为大家介绍一些容易做到的除湿办法——

### 芳香祛湿

中医多运用芳香、发汗及苦温药材,作为祛湿法宝。现代药学也发现,这些芳香植物确有抗病毒功效,如被制成流感疫苗的八角就是一例。此外,热辣辣的姜汁发汗,最适合在淋雨之后驱散身体湿气。

### 运动祛湿

体内湿气重的人大多数都缺乏运动,因此常常感觉身体沉重,四肢无力,久而久之导致湿气攻入脾脏,引发一系列症状。

因此,建议夏天进行适当运动来缓解身体过重的负担,促进器官运作,加速湿气排出。但切勿大汗淋漓,《伤寒论》有言:微微似欲汗出者,风湿俱去。

### 饮食祛湿

夏季适当多吃以下食物,以一样或几样煮粥、炖汤或单食,可健脾化湿、清热利水:如红豆、薏米、绿豆、扁豆、玉米、冬瓜、洋葱、水芹、鲫鱼、马齿苋、西瓜等。

### 中医祛湿

拔罐是中医传统的治疗方法之一,可以逐寒祛湿、疏通经络、祛除瘀滞、行气活血、消肿止痛、拔毒泻热,具有调整人体的阴阳平衡、解除疲劳、增强体质的功效,能有效祛除体内湿邪。

阳虚的朋友可选择做艾灸温阳化湿。艾叶味苦性辛温,具有温经止血、祛寒止痛的作用,能够温经通络、行气活血、散寒除湿及养生保健,对除湿邪很有疗效。

刮痧也是一种很好的祛湿方法,在民间运用的也非常普遍,有很好的散热、祛瘀、活血、通经络和排毒排湿的作用。

本报通讯员 汤婕