

啤酒肚和宽脑门都是易患病的特征?

“男性身体10大不健康标志”热传,专家称有一定参考价值,但不能全信

一个人是否有健康问题,通过身体的一些体貌特征就可以大致判断出来。比如,肥圆的肚子是二型糖尿病的主要标志,面色或眼部发黄很可能是患上了肝炎、肝病或黄疸病等。网上盘点了男性身体10大不健康标志,现代快报记者采访了相关权威专家,他们认为这个盘点只是部分正确,有一定的参考价值,但是不能全都相信,而且并非只适用于男性。

现代快报记者 吴怡 刘峻

多数“男性健康特征”女性同样适用

这些所谓的“男性”健康特征,实际上同时适用于女性,“比如女性腹部大,患糖尿病的概率高,身上的痣颜色突然变深并且开始痒、疼,男女都会有的,不分性别。”

甲状腺疾病义诊,2小时来了600多位患者,基本都是女性 想做甲状腺手术 至少要等一个月

昨天下午,很多患者走进江苏省人民医院一楼大厅。省人民医院医护人员说,2小时接诊了600多名患者,从来没有见过义诊这么火爆的。专家告诉记者,现在要做甲状腺癌手术,至少要等1个月。

通讯员 朱小刚 现代快报记者 刘峻 文/摄



省人民医院义诊现场


这些是心血管疾病的特征?

手指甲微出血 患有心内膜炎?  **说法:**手指甲出现木屑样的微出血,如果不是受伤所致,则很可能表明一个人患有心内膜炎,这是一种心脏瓣膜被感染的疾病。

医生点评:南京市第一医院心胸外科主任医师汪黎明告诉现代快报记者,这种说法是有道理的。“在发生心内膜炎时,除了指甲会微出血,同时会伴有发烧。”

腿短上身高 易患冠心病?  **说法:**英国一项对于2512人超过15年的跟踪研究发现,腿短上身高这种体型患冠心病的风险高,如果一个人有相同长度的上身,而腿短1.3厘米,则其冠心病风险升高10%。

医生点评:南京市中医院心血管科陈志亮医生说,这还是第一次听说过,在专业领域里,还没有听说过腿的长短与冠心病的关系,倒是腹型肥胖的比较容易引发冠心病。

耳垂上有折痕 心血管疾病风险高?  **说法:**美国医学杂志刊登过一项研究发现,一个耳垂上出现折痕,心血管疾病风险增加33%。两个耳垂都有折痕,心血管风险会增加77%。

医生点评:南京市中医院心血管科陈志亮医生说,耳垂有折痕易患冠心病听说过,这称为Frank征,认为与早衰、真皮和血管的弹性纤维损失有关,中医认为心开窍于耳,是宗脉所聚,这也在一定程度上说明与心系疾病有一定关系。

外观上的特点,与疾病有关吗?

腰围大于臀围 易患糖尿病?  **说法:**腰围大于臀围,对男性而言预示着双重健康风险:患心脏病的风险高;是患有二型糖尿病的主要标志。

医生点评:解放军八一医院内分泌科副主任医师李彤表示,腰围比臀围大的人群,往往是二型糖尿病的高危人群,要注意控制自己的腰围。“内脏脂肪增厚,导致自然生成的胰岛素效能减弱,易发糖尿病。”

有较大的痣 患皮肤癌几率高?  **说法:**有较大或带颜色的痣,增加了皮肤癌的患病几率。专家建议,每月要进行一次皮肤检查,以排查异常情况。

医生点评:八一医院皮肤科主任刘兴无表示,这种说法有待完善。“亚洲人作为有色人种,长痣的情况是非常常见的。”长痣的多少,“如果人刚刚去海边晒了一圈,回来就可能长痣,这是很正常的。”不过,如果本身有痣的人,痣在短期内突然变大、颜色加深,并且伴随痒、疼,加上破溃等多种症状,那就可能是出现了问题,不一定是皮肤癌,但此时一定要及时去医院进行检查诊断。

额头宽扁,易致睡眠呼吸暂停综合征?  **说法:**额头宽扁会导致睡眠呼吸暂停综合征风险升高,因为这种头型的人气道短,容易被堵塞,该疾病会损耗精力、损伤记忆甚至导致勃起障碍。

医生点评:南京胸科医院呼吸科副主任医师李田说,从呼吸睡眠中心接诊情况来看,不少患者确实有这个特征。额头宽扁的人,往往还比较肥胖,更容易出现这种疾病。

眼睛发生变化预示着什么?

眼睛有血丝,服用阿司匹林过量?  **说法:**眼睛有血丝,可能是服用阿司匹林过量。专家表示,阿司匹林减缓血栓,稀释血液,最终导致眼部毛细血管充血。

医生点评:南京市第一医院心胸外科主任医师汪黎明表示,导致眼睛有血丝的原因有很多,熬夜是最常见的情况。而如果过量服用阿司匹林,也可能导致眼部毛细血管充血。因此如果病人在服用阿司匹林期间,眼睛出现血丝,就得考虑自己是否用药过量了。


面部或眼部突然变黄,患有肝病?  **说法:**在单一的白光下,如果面色或眼部发黄,很可能患上了肝炎、肝病或黄疸病。这也是肝部出问题的唯一明显标志。

医生点评:李彤表示,如果与以前相比,面色或眼部突然变黄,有可能就是黄疸指数升高,或者肝部发生了问题。

眼角膜周围有白环 胆固醇偏高?  **说法:**眼角膜周围的白色环在医学上称为“角膜老年环”。三四十岁的男子出现这种状况,是胆固醇高的迹象。

医生点评:李彤表示,在医学上并没有这种说法。不过,其他眼部症状可能预示胆固醇高,“在眼睑周围出现黄色的凸起,就很有可能是胆固醇高的标志,家族中有病史的人就更要留意。”

唯一专属于男性的健康特征

一侧阴囊肿大,可能患有精索静脉曲张?  **说法:**如果出现阴囊一侧更饱满,很可能患有精索静脉曲张,该病症状包括,睾丸变小,睾丸不适,睾酮水平降低及精子量减少。

医生点评:南京明基医院副院长、泌尿外科主任吴宏飞说,这句话本身是有道理的。不过,要注意的是,这个疾病与年龄没有太大关系,很多时候,年轻人,反而更容易发生。年轻人进入性成熟期后,血供增加,比较容易发生该疾病。

奇怪 甲状腺疾病义诊,来的基本是女性

这一次的义诊,省人民医院将多学科著名专家,“打包”组织过来一起为患者看病。尽管已经预知可能有很多患者,但是等到下午两点义诊开始时,无论是医生还是患者,都吃了一惊。排队甚至已经到了大厅外。很多患者中午12点半就来“占位”了。

义诊的火爆,让人感叹甲状腺病怎么会这么多。截至昨天下午4点,2个小时内,省人民医院这次义诊来了600多名患者。

现代快报记者在现场发现,患者基本上都是女性。专家解释说,甲状腺结节发病见于各个年龄段,其中,中老年人发病率较高,女性发病多于男性。在甲状腺结节患者中,女性占到70%~80%,这和她们内分泌的活跃程度和稳定性不够有关系,女性由于更易发生情绪波动进而使内分泌出现明显变化,而女性雌激素与甲状腺关系密切,激素改变易刺激结节的形成。

忙碌 现在预约做手术,至少要等一个月

省人民医院内分泌科主任武晓泓说,“从我们内分泌门诊来看,有一半的患者是来看甲亢、甲减以及甲状腺结节疾病的。甲状腺疾病已经成为内分泌第一大疾病。”甲状腺结节又是其中最常见的一个疾病。

“10年前,每天差不多开一台手术,现在每天都要开4-6台。”省人民医院专家甲状腺外科主任医师沈美萍说,现在预约做甲状腺手术,至少要排队等待一个月。

预防 颈部要避免受辐射,保证睡眠

很多人由于发现得早,即便是恶性结节,也是微小的,手术切除后,70%~80%的人不需要放疗化疗。只要吃药控制不再长,90%的人都可以正常生活。

不过,70岁以上的老年人患甲状腺癌就比较危险。还有些人甲状腺很大,最后就会变成未分化癌,死亡率非常高。5%~10%的老年人,得甲状腺癌后会恶化,从发现到死亡只有三个半月。

如何预防呢?专家建议,尽量避免颈部放射线,比如拍X光片或者胸片时,要尽量保护好颈部。此外,要多休息保证睡眠,生活要规律,提高免疫力。