

大雨带来这些疾病 小心腿脚“受伤”

最近,南京的雨下个不停,也“滋润”了不少梅雨季常见的疾病。最容易接触雨水的腿脚,受伤最严重。东南大学附属中大医院多学科专家,盘点了几种腿脚高发疾病,教你及时避免,正确应对。

通讯员 刘敏
现代快报+/ZAKER南京记者 梅书华

丹毒 穿凉鞋蹚水,当心惹“毒”上身

“夏季高温潮湿,接连的阴雨天天气助长了丹毒发生的气焰,成为夏季常见病之一。”中大医院急诊医学科副主任医师徐昌盛介绍,由于下雨天,路面积水中混杂各种污物,有大量致病细菌、病毒、真菌等,很多人穿着凉鞋蹚水而过,此时若双脚皮肤有破溃,细菌很容易从小的皮肤伤口进入皮下淋巴管,惹“毒”上身,感染丹毒。

感染丹毒的主要症状是下肢大面积潮红,皮温上升,带有疼痛感。局部出现肿块红疹,炎症向四周扩散,中心部逐渐褪色呈现黄色,有落屑。一般患者会出现足癣、静脉曲张等症,还会伴有淋巴肿大、高烧畏寒等。如果忽略病情,没有得到合理的治疗,可能会出现病情反复的情况。

专家建议,如果出现丹毒的症状,应去正规的医院进行检查,在专业医师的指导下积极地进行对症治疗。一般在3至5日退烧后,病情就会得到改善。在日常的生活中,要注意个人卫生,保持下肢的干爽。

足癣 时尚的塑料鞋,隐患多多

该院皮肤科主任王飞介绍,有些女孩喜欢穿塑料做的果冻鞋,既时尚又防雨,但是却隐患多多。如果塑胶鞋是利用反复回收的旧塑料制成的,有塑料臭味。穿这样的鞋容易引起足部皮肤过敏,引发红肿、瘙痒、起水泡等症状。

有些劣质的洞洞鞋不透气还很闷热,如果不经常刷洗,会导致鞋里面藏污纳垢。患者如果本身就有真菌引发的足癣,很可能传染到自己身体其他部位,引起手癣、股癣、甲癣等其他皮肤顽症。

专家建议,下雨天可以穿雨鞋或者是准备干爽的袜子、鞋子,到了目的地后,先用清水将脚洗干净,然后换上干净的鞋袜。



视觉中国供图

关节痛 关节旧患复发,可适当热敷

夏季阴雨天多,有些患者的膝关节、肘关节、脊柱等处会出现疼痛感,极易引发膝关节骨性关节炎发作。该院疼痛科主治医师下菊花介绍,对于关节旧患,适当的热敷可缓解关节疼痛,但热敷关节时温度不宜太高,以免烫伤。如果持续一段时间后还是不能改善疼痛,就要到医院,根据医生建议进行关节腔局部注射治疗,如情况严重则考虑用自体血进行富血小板血浆治疗。

专家提醒,夏日不要贪凉,不要在地板及风口处睡觉,避免因潮湿、着凉而引发关节疼痛。同时,雨天路滑,人们出行时也应

小心,以防滑倒摔伤筋骨。下雨时建议穿防水雨鞋,避免脚关节泡在水中引起疾病复发,出现疼痛感要及时到医院治疗。

甲沟炎 雨天回家后,及时清洗皮肤

甲沟炎也是雨季常见病,该院烧伤整形科主治医师于冰介绍,有些患者脚上有小伤口,如果蹚过污水,会导致甲沟部污物积聚,细菌繁殖,产生炎症症状。继而引起红肿,有分泌物流出。

医生提醒,雨天出门回家后应立即清洗皮肤,特别是脚部,并保持皮肤和鞋子干爽。脚趾甲不要剪太深,不要去拔倒刺。患有甲沟炎不要自行用药,要在医生的建议下治疗。

总是塞牙危害多 及时就医很重要

快报讯(通讯员 成琳 魏敏 吴梦羽 记者 任红娟)塞牙这种事相信每个人都碰到过,虽然是小事,但是也让人闹心。南京大学医学院附属口腔医院(南京市口腔医院)牙周病科主任李厚轩表示,轻度的塞牙,可以通过牙线、牙签来解决,但是对于一些因为牙周炎、牙齿位置异常造成的塞牙,要及时就医治疗。

塞牙在医学上称为食物嵌塞,又称嵌塞症。李厚轩说,正常情况下,牙与牙之间紧密接触,不会发生塞牙。但是如果牙与牙之间的接触关系发生了改变,比如牙周炎、牙体外形结构异常(牙齿缺损、龋坏等)、牙齿位置异常(牙齿缺损后邻牙/对颌牙的伸长移位)的患者,就非常塞牙了。

长期塞牙对牙齿的潜在危害很多,李厚轩介绍,塞牙是导致局部牙周组织破坏和发炎的常见原因之一。塞在牙缝里的食物表面容易有细菌聚集,并在局部繁殖,引起口腔异味,同时还会加重牙龈组织的炎症,表现为牙龈红肿、出血及疼痛,导致“龈乳头炎”。牙龈总是受到塞在牙缝里食物的慢性刺激,就会发展为牙周炎,表现为牙龈退缩、脓肿,最终引起牙齿松动,甚至造成脱落。长期塞牙会引起牙齿局部嵌塞,从而使食物更容易嵌塞,形成恶性循环。长期塞牙还会引起偏侧咀嚼的问题,患者由于不敢咀嚼肉类或纤维类食物而逐渐影响患者的正常生活。

李厚轩建议,轻度的塞牙,可以用牙线将嵌塞的食物清理出来,当牙线无法清理较紧的食物嵌塞时,可以用牙签的尖端指向牙龈的反方向,轻轻剔除塞在牙里的食物残渣,或轻轻从一侧牙缝向另一侧牙缝推出食物残渣。除了牙签、牙线,对于牙缝较大而导致塞牙的患者,还可以使用牙间隙刷。“对于因为有口腔疾病造成的塞牙,最好及时到医院进行专业的诊治。”她提醒。

医师药师联合门诊开诊 帮老年患者解决用药疑虑

快报讯(通讯员 陈艳萍 张莉 记者 任红娟)老年人往往患有多种疾病,一天要吃十几种药,该怎么吃?会不会互相影响?现代快报记者从南京医科大学第二附属医院获悉,该院7月3日创新开展老年患者“1+1”联合门诊,病人只要挂一个号,不仅能由临床医师为病人看病,还有临床药师帮助病人解决吃药的各种疑虑。

近日,二附院收治了一位60岁的女性患者,其被诊断为膜性肾病,医师给予“他克莫司”治疗一段时间后,测定他克莫司始终未达到有效治疗浓度,请临床药师会诊。临床药师通过查看患者的用药记录,发现患者因其他疾病同时服用的药物中有肝药酶诱导剂,能够加快他克莫司在肝脏的代谢,使其在血液中的浓度降低,进而影响治疗效果。找到原因后,临床药师建议医生为患者加用肝药酶抑制剂,减少他克莫司在肝脏的代谢,使其在血液中浓度增加,以达到较好的治疗效果,患者非常满意。

南京医科大学第二附属医院副院长、江苏省老年医学学会临床药学会主任委员哈维超介绍,老年患者往往患有多种基础疾病,每天服用十几种药物,存在各种用药方面的问题,比如不同的药物何时服用合适、哪些药物会相互影响等等,这些用药问题如果解决不好,不仅会影响疾病治疗的疗效,更可能给健康带来不良影响。

据悉,“1+1”联合门诊目前为周一和周五的上午,出诊医师是该院老年医学科冯美江主任医师,其具有丰富的老年神经变性病、脑血管病及其他老年病的诊疗经验。而出诊的临床药师则涵盖心血管、内分泌、呼吸系统及抗感染方向,具有丰富的药物治疗管理经验。据介绍,患者来到“1+1”联合门诊后,临床医师在进行疾病治疗的同时,临床药师也将根据患者的个体情况,提供系统全面的用药管理、用药风险评估、精准用药教育、药物重整和药物不良反应防范等个体化药学服务,并对有潜在风险的处方进行把关,为患者安全用药保驾护航,让患者用药省心、放心。

注意! 颈部结节不一定是淋巴结发炎

快报讯(通讯员 苗卿 记者 任红娟)颈部结节是大家经常会遇到的情况,颈部淋巴结发炎也是临床上的常见病。临床上经常有患者告诉医生,自己发现颈部有一个小包,不清楚是什么东西,或者害怕是坏东西。经过检查,绝大多数就是正常的颈部淋巴结,或者是淋巴结发炎。但是颈部结节有时也可能是其他情况,不一定是正常的淋巴结或者淋巴结发炎,需要引起重视。

最近,南京中医药大学第二附属医院(江苏省第二中医院)外科就遇到这么两位患者。第一位是个18岁的学生,自诉两年前就发现自己右颈部上方有一个小包,没有任何不适,自己没有重视,也没有告诉家长。可是最近几个月觉得结节比以前长大了,而且还有点不舒服的感觉,所以来看医生。医生检查发现,患者右颈部耳垂下方有一个2.5厘米大小的结节,质地较硬,界限欠

清楚,触痛不明显。结节切除后病理检查是腮腺恶性肿瘤。

第二位是个50岁的女性,发现自己右颈部上方一个包块有两个月了,因为一直不消失所以来看医生。通过检查发现,她右颈部上方有一个近3厘米的包块,比较光滑,界限尚清楚,质地韧,无触痛,同时还发现右甲状腺有一个3厘米质硬包块。超声检查提示右颈部结节为恶性肿瘤转移导致的淋巴结肿大,甲状腺包块考虑为甲状腺癌。最后通过手术确诊了上述判断。

江苏省第二中医院外科主任医师余德金介绍说,由于颈部结构复杂,颈部结节的来源也比较复杂。最常见的就是颈部淋巴结。颈部分布着大量淋巴结,以颌下及颈侧区尤多。上述部位有时可以摸到正常的淋巴结,但是较小,质地软,活动度较大,无触痛。有不少人摸到结节来就诊,经医生检查后发现就是正

常的淋巴结。对于这些正常淋巴结完全没有必要担心,因为这是颈部正常存在的器官。如果颈部淋巴结肿大且疼痛,多数是淋巴结发炎,如咽喉炎、牙龈炎、头颈部皮肤感染等,常可以引起相应区域颈部淋巴结发炎。此时,除淋巴结肿大、疼痛外,多有触痛,附近多有发炎病灶,选择抗炎治疗有效果。颈部淋巴结核也会导致淋巴结肿大,且多为串珠样,需要抗结核治疗。

颈部结节要引起重视的就是恶性肿瘤。余德金说,一种情况是结节本身就是肿瘤,如上述的腮腺肿瘤,也可以是颌下腺肿瘤、淋巴瘤、皮脂腺囊肿、血管瘤等。还有一种情况是其他部位肿瘤转移至颈部淋巴结,如上述甲状腺癌转移至颈部淋巴结,还常见鼻咽癌颈部淋巴结转移。“对于吃不准的颈部结节,建议及时去医院进一步检查以明确诊断。”他提醒。