在和病人沟通的时候, 刘术松会特别 注意对方的反应和接受程度。"有一些病

人, 如果我说'你的胃没什么毛病,就是 心情的问题',他们马上就会说,'医 生, 我不是骗人的, 我是真疼', 其实是

担心我没有理解他的病痛。这时候我会告 诉他们, 我知道他的症状是真的, 但这种 症状不是病变引起的, 而是调节功能不

好。"刘术松说, "有的病人一旦听完医

学解释,解开了心结,症状很快就消失 了,还有一部分人迟迟不能自愈,我会建

情当成常态的时候,往往就会缺了一点温

度。但在刘术松这里,无论是在门诊、病

房,还是内镜室,他走到哪都自带"暖

阳"。最难得的是,他还申请了一个账

号,利用工作间隙,发布一些诊疗场景以

及胃肠道相关健康知识。"在外面打工不

容易, 老是吃洛赛克, 太贵了不说, 胃里

这么多黏膜隆起、息肉也都是跟吃这个药

从医时间长了, 见得多了, 把患者病

议他们去心理健康门诊就诊。"

# "普通"医生的普通一天

访皖卫附院(市二院)内镜中心主任刘术松

本报记者 李珊珊

在采访之前, 听到刘术松的名字源于 朋友的推荐,"做胃镜,找皖卫附院的刘 主任就行,他是皖西名医",之后又在手 机上刷到了他的不少短视频, 就这样, 几 次三番,好奇越积越多。这次,借着采访 的机会,记者来到皖卫附院(市二院),跟 随该院内镜中心主任刘术松的脚步, 用最 真实的视角, 记录下了他平凡又忙碌的一

2月12日,虽然是元宵节,但刘术松 依然和往常一样早早到了科室。换上白大 褂,拿上记录本便来到消化内科诊室,当 天,是他的门诊日。

虽然是过节,病人却没见减少。看到 刘术松来了,大家一时都围了上来,有几 个还是专门从外地赶来的。"不要着急, 按叫号一个一个来,都能看得上。"为患 者及家属解释病情,详细查体,制定治疗 方案……从医30年,对于刘术松来说,春 节和平时并没有什么不同, 甚至更加忙

冬季是消化道疾病的高发期,春节祥 和的氛围和丰富的美食又让大家不禁多吃 了几口肉、多喝了几杯酒, 不规律的起居 加上缺乏运动,导致消化道疾病易发、多 发。内镜中心作为消化内科不可或缺的一 部分, 承担着消化系统各类复杂、危重、 疑难病症的全方位诊疗任务, 以及突发消 化道意外情况的紧急处理,像是老人卡到 鸡骨头、小朋友误吞弹珠、消化道出血, 只要患者有需要, 随叫随到。

"不舒服的情况有多久了?之前吃了 什么东西吗?"

"最近食欲怎么样?喝水或吞咽食物 的时候有没有疼痛感?"

"之前有没有消化道疾病的病史?吃 的什么药?

在刘术松的门诊中, 记者发现他似乎 很少计算"时间成本",从病人坐下开始

本报讯(陆卫健)裕安

说起头痛,每个人一生中都

经历过头痛,头痛是神经科最常

见的症状,约占神经内科门诊患 者的20%。头痛通常指局限于头

颅上半部,包括眉弓、耳轮上缘和

尚不明确的头痛,是头痛最常见的类型,

包括偏头痛、丛集性头痛、紧张型头痛、

常在青春期起病,女性患病风险是男性

的2.25倍,在神经系统疾病中,偏头痛

是第二大致残疾病。与遗传、环境因素、

痛,约占80%,临床表现为反复发作的一

侧或双侧额颞部搏动性疼痛,疼痛通常

持续4-72小时,常伴有恶心、呕吐、畏

光、畏声、出汗等,声光刺激或日常活动

可加重头痛,安静状态、休息可缓解头

痛,常与月经有明显的关系。有先兆偏头

痛约占10%,通常是指在头痛发作前,会

出现一些症状,如视物模糊、闪光、视物

变形或眩晕、耳鸣,听力减退、言语障碍

甚至出现肢体偏瘫等,先兆症状通常持

防性用药。急性期治疗主要目的是减轻

或终止头痛发作,对于轻度偏头痛,可以

使用非甾体抗炎药如阿司匹林、对乙酰

氨基酚、布洛芬等;对于中重度头痛,可

以使用一些特异性药物,如舒马曲普坦,

双氢麦角胺等。对于频繁发作且严重影

响日常生活或可能导致残疾的患者需使

用预防性用药,常见的预防性用药包括 普萘洛尔、盐酸氟桂利嗪、丙戊酸钠、阿

米替林等;用药需持续半年左右。注意减

浅部真菌的自白:你可听说

过我的名字?难道你不是在为满

头皮屑,状若柳絮因风起而羞于

见人?难道你不是在为手脚心痒,

难以自控而无措可施?难道你不

们也有人叫我癖。

是在为你的指甲做上纯天然白色美甲而

抓耳挠腮?我与你同在,我就是真菌,你

界极其微小,所以你们从未见过我,但我

有一颗发光发热的心,所以,我要将我的

孢子播散得远一些,再远一些,让它们去

看我未曾见过的风景,待它们找到适合

的地方,孢子发芽生长为菌丝,菌丝末端

又长出新的孢子,薪火相传,"父母之为

子女而计深远",我走了这么远,才终于

见到你,但我只是浅部真菌,停留在你的

皮肤表面而已,不像深部真菌深入脏腑。

我们族最出息的是皮肤癣一族,大抵是

他们一族具有高度亲和力,和你们的角

质层产生奇妙的反应,通过产生各种酶,

然后分解角质蛋白,获得他们赖以生存

的营养,于是在皮肤表面安家落户。除他

们之外,角层癣一族也功绩斐然,只要给

他们一个机会,他们也会深深扎根在这

我们是一个大家族,家族成员众多,

那么,我就自我介绍一下,我在自然

偏头痛的治疗包括急性期治疗和预

续5分钟-24小时,症状一般可逆。

偏头痛最常见的类型是无先兆偏头

1.偏头痛:偏头痛年患病率约10%,

枕外隆突连线以上部位的疼痛。

药物过度使用性头痛等。

卵圆孔未闭等因素有关。

区以"小切口"解决"大民

生",通过政策创新打破资

源壁垒,以医育结合提升服

务能级,为破解"托育难"做

出了有益的尝试。

问诊, 他大多都是一边倾听一边迅速记下 关键信息,对于病情问得十分仔细,尽量 做到给病人多一点时间,多一点解释。但 这并不代表他很闲,从上午7点半开诊, 看病的患者, 送化验单的家属, 出去后转 身又回来"再问一句话"的病人,以及科 室必要工作的交流,他都妥善应对。由于 病人多,多年来,他总是提前半小时到科 室,看完最后一个病人才下班。

"可能很多人不太了解我们的工作, 不知道强度有多大,其实除了上门诊、做 检查、安排急诊手术,我们还得负责病人 从做手术到结束后生命指征的监测。"刘 术松介绍说。

临近门诊结束,一个急诊手术的电话 打了过来,是一例肝癌晚期门静脉高压引 起的上消化道大出血。门静脉高压所致的 胃底静脉曲张破裂出血以"来势凶险"著 称,出血量大,病情变化非常快。

情况紧急, 刘术松迅速安排好手头的 工作, 赶往手术室。经过检查、评估, 考 虑患者以呕血、血便为主要表现, 伴有高 误吸风险, 在医院血管外科团队的全力支 持与麻醉医师的密切配合下, 刘术松为患 者在气管插管全麻下行急诊内镜止血术。 术中, 在视野随时丢失的情况下, 他沉着 应对, 凭借内镜医生的慧眼, 排除患者胃 内大量血凝块的干扰,迅速找到了出血病 灶,成功止血,将患者从死亡线上拉了回

在消化内科,不少功能性胃肠道疾病 往往都伴随行为生活方式不当和心理情绪 困扰, 对患者进行心理疏导和药物干预, 才能辨别和去除反复发作的真实病因。除 了娴熟的技术,善于和患者打交道是刘术 松的另一大技能。

当天下午,一名70多岁的老人拿着厚 厚一沓胃镜单前来就诊。这沓胃镜单足有 20张,是老人2019年以来先后在多家医 院做过的检查。

"吃东西后胃不舒服,空腹或睡到半 夜也有同样不适,每次检查都提示萎缩性 胃炎, C2或C3程度, 你看我这会不会发 展成胃癌。"老人忧心忡忡地询问。

认真听完老人的主诉, 又细细对比了 之前做的胃镜检查,并无癌变迹象,刘术 松判断, 对疾病过度关注, 还恐癌, 心理 量表评估有明显的焦虑,这是胃病反复发



"你没有胃癌,不要做无依据的瞎 想。"刘术松对老人明确表示,不需要过 度治疗,关键是把焦虑、失眠控制住,不 良情绪会刺激胃酸增多, 而过多的异常反 流,就会刺激咽喉部黏膜,形成恶性循 环。

与其把药当饭吃,不如把饭当药吃,增加 营养"……虽然讲的是医学知识,但都是 站在病人的角度, 道出了一个消化内科医 生最朴实的心愿: "我就是个普通医生, 希望我的患者吃嘛嘛香,不再受胃肠道疾 病的困扰。

合深度,实现医育签约、健 康管理、技术赋能、质量监 管全覆盖。

通过"政策撬动+医育

联动",全区托育服务实现 "三升三降",其中,普惠托位占比提升至 97.05%,机构规范化率提升至95%,家长 满意度提升至96%;婴幼儿常见病发病率 下降11%,机构运营成本下降8%,家庭育儿

市卫健委

### 政务"小窗口"服务群众"大民生"

本报讯(许 蓉)蛇年伊始,市卫健委行政审批窗口进一步优 化服务环境, 简化办事流程, 全力为广大群众和企业提供优质、 高效、便捷的政务服务。

聚焦群众和企业办事的痛点、难点问题, 市卫健委行政审批 窗口深入开展业务流程再造和优化工作,通过梳理整合各类政务 服务事项,精简不必要的审批环节,压缩办理时限,实现多个事 项一网通办、一次办结,大大提高了办事效率。例如,在企业审 批工作方面,将原来的多部门串联审批改为并联审批,办结时间 由原来平均20个工作日缩短至1个工作日内,有效降低了企业的 时间成本,激发市场主体活力。

同时, 积极推进"互联网+政务服务"深度融合, 不断完善 网上政务服务平台功能, 拓宽政务服务渠道。目前, 政务服务事 项均可通过网上平台进行在线申报、查询进度、下载证照等操 作,真正实现让数据多跑路、群众少跑腿。对于一些必须到现场 办理的特殊事项, 今年, 窗口也将推出预约服务、延时服务、上 门服务等特色举措,确保服务的无缝隙对接。此外,强化政企沟 通, 主动深入企业走访调研, 倾听诉求和建议, 及时为企业提供 政策咨询、项目审批等方面精准服务,帮助解决实际困难,助力 企业发展。

#### 市中医院

术松

(右)正在为患者做胃镜

谢

昕

摄

### 成功完成一例阿尔茨海默病手术

本报讯(吴 声)近日, 市中医院神经外科团队成功实施预深 淋巴静脉吻合术(LVA)治疗阿尔茨海默病。

手术的主角是一位老年男性患者,因阿尔茨海默病导致记忆 力严重受损, 连自己孙子的名字都不记得。此次手术采用先进的 超级显微外科技术,通过重建脑淋巴排出通道,加速清除脑内有 害代谢废物,从而有效缓解病症的发展,手术的有效率高达60-

为了确保手术的成功, 市中医院专门成立了由该院神经外 科杜向阳教授、夏承东博士等组成的多学科诊疗团队,在上级 专家指导下进行了严格的患者筛选与充分的术前准备。最终, 在多方努力下,该例阿尔茨海默病颈深淋巴静脉吻合术得以顺 利完成。术后第一天, 患者的言语表达就变得流利起来, 并能 清晰地说出孙子的名字。到了第三天,记忆力更是明显改善, 不仅能够独立完成基本的日常生活行为,还能解答简单的算术

阿尔茨海默病,是一种大脑退行性病变,患者会逐渐出现记 忆丧失、认知障碍、情感思维障碍等症状, 最终导致生活不能自 理,完全失能。随着医学界对脑内淋巴回流障碍研究的深入,利 用超显微手术促进淋

剂

感

冒

变

巴系统功能的恢复, 可有效延缓大脑的退 行性改变及阿尔茨海 默病症的进展。此次 手术的成功实施,积 累了宝贵的临床经 验,为后续的治疗提 供了有力的参考。



编辑:李珊珊 电话: 18605641152 邮箱: 152679518@qq.com

### 普惠托育服务托举幸福童年

体+社区嵌入"多模式布局,形成15分钟可 聚焦群众"带娃难"问题,该区统筹推 达的普惠托育服务网络。其中,6家独立普 进多元化托育服务体系建设,全区现有备 惠性托育机构提供825个托位,1家公办托 育中心和1家市级示范机构发挥标杆引领 案托育机构42家、家庭托育点1家,总备案 托位数达3391个。通过"独立机构+托幼一 作用,切实满足群众"就近托、放心托"的需

求。创新政策保障机制,实施"财政补贴+示 范奖补"双驱动,同步建立"1+N"托育工作 体系(1个区级婴幼儿托育综合服务中心联 动N家机构)。同时,积极推动医疗卫生机构

支持托育服务工作发展,不断拓展医育结

焦虑诉求下降13%。

介入治疗。 脑静脉窦血栓形成,通常出现在妊 娠、产褥期、恶病质或凝血机制异常的情 况下 其静脉及静脉密血栓形成 静脉回 流受阻,导致脑组织淤血肿胀,出现颅内 压增高,导致头痛,头痛严重而持续。治

2. 颅内占位性病变: 颅内占位性病 变常见的为颅脑肿瘤,其头痛表现为缓 慢进展,早期在体积扩大时压迫或牵拉 脑血管、脑膜等颅内痛敏结果,后期随肿 瘤体积逐渐扩大,颅内压升高导致头痛 加重,头痛部位常固定,一般为深部钝 痛,后期颅内压增高时可呈波动性,头高 位时头痛症状减轻。颅脑肿瘤通常需要

3.中枢神经系统感染:各种病原微 生物导致的中枢神经系统感染,最常见 的症状就是头痛,呈持续性中重度疼痛, 伴颈部僵硬、发热等,头痛可能与颅内压 升高、炎症刺激颅内痛敏结构、脑膜血管 扩张等有关。通常需积极行病原学检查, 给予抗感染治疗。

等精神性疾病常见的躯体化症状,其头 痛部位不固定,头痛形式多样,需要注意 一些原发性头痛常伴随焦虑、抑郁、失眠 等精神症状,这种情况如果只针对头痛 治疗往往效果不佳,需给予抗焦虑、抑郁 等治疗

同时也不要掉以轻心,以免贻误治疗时 机出现严重并发症。

(金寨县人民医院神经内科 彭洁)

续使用一段时间,以巩固疗效。对 于较重或者反复的感染,可能需 要口服抗真菌药。一定要"对症" 和"规范"治疗,不能因为病症不 严重而拖延,或者听信偏方随便

活习惯很有必要。首先,要注意个人卫 生,保持皮肤的清洁和干燥,尤其是要选 择透气性好的鞋子和袜子,避免长时间 穿着潮湿的鞋袜。其次,要增强身体免疫 力.保持规律作息,食饮有节,适当进行

去公共浴室等,避免与他人共用个人用 浅部真菌虽然微小,但它们对我们

在现代快节奏的生活 中,"抑郁症"这个词越来越 频繁地出现在我们的视野 里。很多人把抑郁症比作心 灵的"感冒",这个比喻虽有 一定道理,却也容易让人掉 以轻心,殊不知若不重视,这 看似普通的"感冒",真有可 能发展成心灵的"绝症"。

重新认识抑郁症:不只 是心情低落。从情绪表现来 看,患者长期处于低落、泪丧 的情绪中,仿佛被一层灰暗 的滤镜笼罩,对生活失去兴 趣和热情。曾经喜爱的事物, 如今都无法激起他们的一丝 波澜。他们的内心被无尽的 痛苦和绝望充斥,时常感到 孤独、无助,仿佛置身于黑暗 的深渊,找不到出口。

身体上,抑郁症也会留 下痕迹。许多患者会出现睡 眠障碍,要么难以入睡,在 夜深人静时辗转反侧;要么 早醒,在凌晨的黑暗中独自 清醒,再也无法入眠。食欲 缺乏也是常见症状,对美食 失去欲望,体重可能在短时 间内大幅下降。还有些患者 会感到莫名的疲惫,即使经 过充分的休息,也难以恢复

认知层面上,抑郁症患 者往往会陷入自我否定的 漩涡。他们对自己的评价极 低,觉得自己一无是处,认 为自己是家人和朋友的负 担。思维变得迟缓,注意力 难以集中,记忆力也大不如 前,在学习和工作中常常力 不从心。

抑郁症的成因则是多因素交织 的困境。首先遗传因素在抑郁症的发 病中扮演着重要角色。研究表明,如 果家族中有抑郁症患者,其直系亲属 患抑郁症的风险会显著增加。遗传基 因使得个体具有易感性,但并非一定 会发病。

大脑中的神经递质失衡是抑郁 症的重要生物学基础。血清素、多巴 胺和去甲肾上腺素等神经递质,在调 节情绪、认知和行为方面起着关键作 用。当这些神经递质的水平出现异 常,就可能导致抑郁症的发生。例 如,血清素水平过低,会影响人的情 绪调节能力,使人更容易陷入低落情

心理因素同样不可忽视。长期处 于高压状态、性格内向敏感、完美主 义倾向的人,更容易受到抑郁症的侵 袭。经历过重大创伤,如童年时期的 虐待、忽视,成年后的失业、失恋、亲 人离世等,这些负面事件都可能成为 抑郁症的导火索,触发内心深处的痛

社会环境因素也对抑郁症的发

生产生影响。孤独、缺乏社会支 持、长期处于不良的工作和生 活环境中,都可能增加抑郁症 的发病风险。在现代社会,人们 面临着巨大的竞争压力,生活 节奏快,人际关系复杂,这些都 为抑郁症的滋生提供了土壤。 正视抑郁症,别让忽视酷

成悲剧。由于对抑郁症的认识 不足,很多人在面对抑郁症时, 选择了忽视或逃避。他们认为 抑郁症只是一时的情绪低落, 过段时间就会自行好转。然而, 这种想法往往会让病情逐渐恶 化,将原本可以治愈的"心灵感 冒"拖成难以挽回的"绝症"

忽视抑郁症的后果是极其 严重的。患者不仅要承受身心 的双重痛苦,生活质量大幅下 降,还可能面临自杀的风险。据 统计,抑郁症是导致自杀的主 要原因之一。那些被抑郁症折 磨的患者,在绝望和痛苦的深 渊中苦苦挣扎,当他们找不到 解脱的出口时,自杀就成为他 们误以为的"唯一选择"。

积极治疗:为心灵"感冒" 开出良方。药物治疗是抑郁症 治疗的重要手段之一。抗抑郁 药物可以调节大脑中的神经递 质水平,缓解抑郁症状。不同类 型的抗抑郁药物有不同的作用 机制和副作用,医生会根据患 者的具体情况,选择合适的药 物,并调整剂量。

心理治疗同样不可或缺。 认知行为疗法可以帮助患者识 别和改变负面的思维模式和行 为习惯,学会应对压力和负面 情绪的方法。

此外,生活方式的调整也 对抑郁症的康复有很大帮助。保持规 律的作息,充足的睡眠,合理的饮 食,适度的运动,都有助于改善情 绪,增强身体的抵抗力。

抑郁症不是简单的心情不好,更 不是软弱的表现。我们要摒弃对抑郁 症的误解和偏见,用理解和关爱去对 待每一位抑郁症患者。如果你或身边 的人出现了疑似抑郁症的症状,不要 犹豫,及时寻求专业的帮助。只要我 们积极面对,科学治疗,就一定能战 胜抑郁症,让心灵的"感冒"不再发 展成"绝症",让每一个生命都能重

(皖西卫生职业学院附属医院精 神科 张本菊)

新绽放出光彩。



## 常见头痛的临床特点和治疗

少摄入腌制食品、奶酪、巧克力、葡萄酒 一、原发性头痛:原发性头痛指病因

等,保证充足的睡眠。 2. 紧张型头痛: 紧张型头痛约占头 痛患者的40%,是原发性头痛中最常见 的类型,患病率约40%,20岁左右发 病,发病高峰40-49岁、男女患病比例 约为4:5。病理机制分为三大类:遗传性 因素、周围性疼痛机制和中枢性疼痛机

头痛部位常不固定,可为双侧、单 侧、枕部、颞部、全头部等,通常呈持续性 轻中度钝痛,患者常感头周紧箍感、压迫 感或沉重感,体检可发现疼痛部位肌肉 触痛或压痛点,颈肩部肌肉有僵硬感,捏 压时肌肉感觉舒适。

对于发作频率较少的紧张型头痛患 者,可给予非甾体抗炎药治疗,但应避免 过度使用导致出现药物过度使用性头 痛;对于发作频率较高的紧张型头痛患 者,建议采用预防性用药如阿米替林、 巴氯芬等;同时一些非药物疗法如松弛 疗法、物理治疗、针灸治疗等,也可改善 部分患者的头痛症状。

3.药物过度使用性头痛:年患病率 0.5%-7.6%, 男女患病比例约1:3, 患 病年龄高峰45-65岁,患者常由其他类 型原发性头痛发展而来,并长期服用治 疗急性头痛的药物,该类型头痛中,由 偏头痛发展而来的占65%左右,紧张型 头痛约占27%。该类型头痛最突出的临 床表现是患者原来的头痛发作频率增 加,平均≥15天/月,原有头痛特征逐渐 不明显,如头痛部位、性质和强度等可

发生变化, 堂伴有所使用的止痛药物的 副作用,患者往往也合并有精神障碍, 如焦虑、抑郁、淡漠、恐惧等,

其治疗首先要撤去过度使用的药 物,像曲普坦类、麦角类、非甾体抗炎药 等可立即撤药,但有些药物如阿片类, 苯二氮卓类,要缓慢撤药,否则会出现 严重的撤药症状;在撤药的同时尽早给 予预防性药物如丙戊酸钠、左乙拉西 坦、A型肉毒素等,减少头痛发作频率; 积极治疗一些戒断症状包括恶心、呕 吐、焦虑、睡眠障碍等;另外一些行为治 疗如松弛训练、认知行为治疗等可帮助 改善症状。

二、继发性头痛:继发性头痛是某 种疾病所表现出来的一种症状,继发性 头痛约占所有头痛的20%,其中一些继 发性头痛如蛛网膜下腔出血、中枢神经 系统感染、颈动脉夹层等,需及早救治, 否则可能导致严重后果。

1.脑血管性疾病:蛛网膜下腔出 血,通常由脑动脉瘤、动静脉畸形破 裂出血,血液流入蛛网膜下腔刺激痛 敏结构引起头痛,同时颅内容积增加使 颅内压增高加剧头痛,表现为突发异常 剧烈的全头痛,患者将其描述为"一生 中经历的最严重头痛",多伴有一过性 意识障碍和恶心、呕吐等,常伴有颈强 直,这种疾病死亡率很高,需及时就医, 治疗主要给予脱水降颅压、预防血管痉 挛,必要时行颅内动脉瘤夹闭或栓塞治

颈动脉夹层,突发的头、颈及面部

疼痛,通常为单侧、重度、持续性 刺痛,常继发蛛网膜下腔出血或 新发脑梗死,治疗需抗凝或抗血 小板聚集治疗,必要时行血管内

疗需针对病因及规范抗凝治疗。

手术、放疗等综合治疗。

三、精神性疾病:头痛是焦虑、抑郁

希望大家遇到头痛时不要紧张,但

## 看不见的浅部真菌

片皮肤浅表组织,迅速繁殖。

你要是问,怎么才可以获得我们的 青睐,这也是需要一定特质的,我们偏 爱一些免疫力低下的人类,首先要当你 们免疫力下降、熬夜、疲劳、生病或者长 期服用免疫抑制剂后,皮肤表面屏障受 到损害变得薄弱,这就是向我们大开门 户的最好时机。如果是夏天或者潮湿的 环境,皮肤经常容易出汗,则完全是我 们的繁殖孕育理想的温床。当然啦,我 们最喜欢的还是个人卫生习惯不好的 人类,你们可以经常不换袜子,共用毛 巾等个人物品,这样我们会雨露均沾, 作为加深你们感情的见证者。此外,我 们也喜欢毛绒绒的猫猫狗狗,如果你们 也喜欢,那我们在一起的日子将会无比

爱一个人就是要让他知道,根据命 运的指引,我们闪亮登场,或头或手或足 或甲或体或股间,皆有可能,我们随遇而 安。从头开始,在头上称为头癣,多发生

于儿童身上,你们可以见到头皮出现红 斑、鳞屑,头发变得干枯易断,严重时可 能就永久性脱发: 手癣和足癣类似, 通常 这个时候你们能感受到手足出现瘙痒, 出现红斑、水疱,脱皮、糜烂等症状。甲 癣,或说灰指甲,可以见到指甲变得混 浊、增厚、变形,使其变得与众不同。除以 上部位,其它都叫体癣,丘疹、水疱、斑 块、鳞屑、瘙痒剧烈。

可疑症状,也不必过度惊慌,及时前往医 院就诊采取正确的治疗措施。首先,医生 会根据体格检查采取进一步的实验室检 查,常用的是直接镜检法和沙保培养基 真菌培养法。直接镜检法是通过观察标 本中的菌丝和孢子形态来判断,培养法 则可以分离出具体的致病菌,另外荧光 染色也可以提高检测效率。

确诊后,如果只是轻度感染,医生会 开具外用的抗真菌药膏,患者需要按照 医嘱坚持使用,直到症状完全消失后继

医生有话说:如果有真菌先生说的

买药涂抹。并且在治疗过程中,患者需要 注意个人卫生,避免搔抓患处,以免造成 继发感染,同时定期复查,观察病情变

如果想要远离真菌,那必然不能做 出吸引真菌的行为,所以养成良好的生 锻炼,提高身体的抵抗力。此外,尽量少 品,如毛巾、浴巾、梳子等,以防真菌交叉

的皮肤健康有着不容忽视的影响。通过 了解浅部真菌的相关知识,采取有效的 预防和治疗措施,我们就可以将它们拒 之门外,护好自己的皮肤健康。

(六安市中医院皮肤科 张德爱)