

# 健康周刊 Health

◎最贴心的健康专家

今年冬天不必再为健康东奔西走,我们为你打造最省时省力的健康互动

## 糖尿病、乳腺、儿科问题看过来

100个读者最关心的健康问题仍在征集中,如有健康疑问可拨打 96060 留下您的问题

### 健康100

“为什么我的提问没见报?什么时候能见报?”“健康100问”第一期答案公布后,又有不少读者咨询健康问题,同时打电话咨询问题何时见报的也不少。针对这部分读者的疑问,我们解答如下:“100问”的答案将刊登在每周一的《健康周刊》上,读者可关注每周一的快报,查找自己的提问。由于提问众多,版面有限,相同类型的问题我们将从中挑选一部分解答,其他问题的答案将被公布在我们的网络互动版——“郝大夫在线”(http://www.doctorhao.cn/)上。同时,100个读者最关注的健康问题仍在征集中,如果你还有健康疑问,或想联系本期的四位专家,可拨打96060与我们联系。



江苏省中医院内分泌科副主任医师滕士超



南京鼓楼医院外科门诊主任、袁毅路主任医师



南京市儿童医院皮肤科刘琴主任医师



南京市第二医院感染科主任沈玲

#### 糖尿病人手脚发麻咋回事

Q8 我爱人63岁,患有糖尿病,平时手脚发麻,有医生说是糖尿病引起的,有的说是颈椎病,不知道具体是什么原因?(137\*\*\*\*0605)

江苏省中医院内分泌科副主任医师滕士超:手脚发麻确实是颈椎病常见的临床表现,但考虑到患者已经63岁,还有糖尿病,那还要考虑其他的可能,比如无痛性心梗,这类患者在发病前不会出现明显的心绞痛,而是表现为牙痛、腹痛、手脚发麻等症状。虽然这种情况比较少见,但也要引起重视。此外,如果糖尿病控制得不好、病程长,还可引起周围神经病变,而这种病变的早期表现就是手脚发麻。所以建议患者先确诊是否为颈椎病。如果是,一般通过一段时间的理疗,症状会有所改善。如果理疗后症状无改善,则要考虑上面提到的几种可能。

#### 糖尿病女性慎防阴道炎

Q9 58岁女性,5年前发现有糖尿病,目前病情控制得很好,但阴道炎一直不见好转,另外眼睛看东西也有点模糊。请问这与糖尿病有关吗?要怎样治疗?(189\*\*\*\*2532)

滕士超:女性糖尿病患者易患阴道炎,这是因为糖尿病

患者本身免疫力就差,加之血糖过高改变了阴道的正常环境,所以更有利于病菌的繁殖。该病人58岁,为绝经后女性,加之又有糖尿病,如果血糖控制差,这些均为阴道炎的易感因素。糖尿病引发的阴道炎较为顽固,若不控制血糖,单纯治疗阴道炎效果差。当然控制好血糖,只是帮助阴道炎的治疗消除了一个不利因素,并不能保证一定能治好。至于视物模糊,除考虑糖尿病视网膜病变的可能外,还要考虑白内障等其他眼部疾患。

#### 小叶增生要治疗吗?会癌变吗?

Q10 我9月份体检时发现双侧乳腺小叶轻度增生,体检医生说没关系,但我在网上看到说要治疗,因为有些增生容易癌变。那到底要不要治疗?(83\*\*\*\*41)

南京鼓楼医院外科门诊主任、袁毅路主任医师:不是所有的增生都会癌变。这需要一个过程,从增生到瘤化再到癌变。一般癌变几率在10%~15%。但不管癌变几率多大,在你未癌变之前,你都不能确定自己是这10%~15%之内还是之外,所以还是不能掉以轻心。至于治疗,首先生活上要远离那些可能影响内分泌的因素(小叶增生的发病主要跟内分泌失

调有关),比如压力大、情绪抑郁、过度劳累、长期食用含激素的滋补品和使用化妆品等。其次,要增强对乳房的自检。增生的主要症状是,月经来潮前乳房胀痛,这种胀痛会随月经出现周期性变化。如果增生比较重,平时可能会感到胀痛。在医生指导下规范治疗、复查,基本不会有大问题。

#### 乳房自检时要平卧

Q11 我今年36岁,姨妈去年因乳腺癌去世,我母亲没有此病。但是我还是很紧张,经常上网关注这个病,可是我担心网上内容有误,所以想请教专家,如何进行乳房自检比较科学。(83\*\*\*\*47)

袁毅路:一、淋浴时,双手交叉检查双侧乳房,除大拇指外的其余四指并拢,紧贴胸壁,通过各手指交替轻压,按顺序触摸整个乳房的各个区域。正常乳房较柔软,有肿块时感觉有东西在手指下滑动。二、对着镜子,两手下垂于身体两旁,再将两上肢缓慢上举过头,观察乳房的任何改变,包括轮廓、有无肿起部分、有无皮肤微凹或乳头的回缩、双侧乳头是否在同一水平线上,轻挤乳头看是否有溢液。双手叉腰,观察双侧乳房是否对称。三、平卧时,在被检查乳房侧的肩胛下放一个

枕头或软物。再将同侧的手放在头后,以使乳房组织更均匀地摊在胸部。接着将平摊的手轻压在皮肤上,以乳头为中心移动检查。需要提醒的是,40岁以上及乳腺癌高危人群,不仅要学会乳房自检,还应定期到医院进行乳房检查。

#### 幼儿湿疹能用激素软膏吗?

Q12 我女儿今年2岁,她常会出现湿疹。每次医生开了软膏我都不敢用,有些里面有激素,怕会造成性早熟。该怎么办呢?(131\*\*\*\*6615)

南京市儿童医院皮肤科刘琴主任医师:激素类药膏根据激素种类不同有弱效、中效、强效之分。需要用激素软膏时,家长也不必有太多顾虑,给孩子用的一般都是中效偏弱或弱效的激素,在医生的指导下短期、局部、间断使用是安全的。对于湿疹的治疗,首先要看是处于急性发作期还是亚急性或者慢性期。如果是慢性的,建议使用非激素类药物。急性期可以用一些弱效激素软膏,像这类外用药膏涂于皮肤表面,有效成分需经过角质层才能被吸收进入人体,而且日常生活中衣物摩擦、接触会沾去些药膏,因而实际被人体吸收的量很小,一般不会引起全身副作用。此外注意,孩子的敏感部位慎用,比如腋

下、颈部、腹股沟等。

#### 儿童患乙肝能否抗病毒治疗?

Q13 我女儿13岁,是乙肝病毒携带者,肝功能正常。请问她现在需要接受抗病毒治疗吗?(130\*\*\*\*7692)

南京市第二医院感染科主任沈玲:如果肝功能正常,不管病人体内病毒数量多少,可暂时不进行药物治疗,让病人保持良好的心态、注意饮食、避免劳累即可。因为肝功能正常的情况下,病毒与人体和平共处,无论使用什么药物,都不会对病毒发挥太大作用。这对成人和儿童患者来说都一样。抗病毒治疗的最佳时机是肝功能异常,血清转氨酶水平升高,其中转氨酶超过正常值的2~5倍。

#### 感染乙肝更容易得肝癌?

Q14 我是一名乙肝病人,天天心情不好,因为我怕会得肝癌。现在有好办法能转阴吗?(83\*\*\*\*71)

沈玲:患乙肝的人与正常人相比,得肝癌的几率确实要大。但与乙肝相比,丙肝发展为肝纤维化、肝硬化、肝癌的几率要高。虽然丙肝的发病率没乙肝高,但它发病隐匿,前期几乎没有任何症状,但病毒对肝脏的损害却在一直继续。丙肝最主要是经过血液传播,大多数传播

与被病毒污染的血液或破损的皮肤黏膜有关,像文身、文眉、穿耳洞、足疗等都有可能传染。以目前的医疗水平来看,通过药物治疗实现“大小三阳转阴”是不现实的,而且转阴也不是乙肝的治疗目标。相反,乙肝治疗的目的是最大限度抑制或消除病毒,延缓和阻止疾病进展,阻止肝纤维化、肝硬化乃至肝癌的发生,提高病人生活质量。

快报记者 李鑫芳

#### 参与方式

热线:拨打快报96060,留下你的姓名、联系方式及想咨询的问题。

短信:江苏移动用户发短信内容到10620170881,江苏联通用户发送到10620170271,江苏电信用户发送到10620170631,移动和联通均免费发送,电信为0.5元/条。

邮件:kbjiankang@sohu.com

来信:南京市洪武北路55号置地广场1815室《健康周刊》编辑部,邮编:210005(请在信中留下联系方式)

网络:你还可以上“郝大夫在线”提问(http://www.doctorhao.cn/)

“健康100”的义诊和视频等内容详见B18~B19版

## 关爱。

从幼到老  
在这里你都能找到自己的健康坐标  
从身到心  
健康不再是简单的寻医问药  
衣食住行  
涵盖健康的生活方式我们一起打造  
健康周刊  
陪你 超过“大健康”的生活

