

小小甲沟炎 切不可小觑

甲沟炎专刊



甲沟炎,是指发生在手足部由金黄色葡萄球菌感染引起的急性化脓性疾病,多因甲沟及其附近组织刺伤、擦伤、嵌甲或拔“倒刺”后造成。指甲与甲床间的感染称甲下脓肿。甲沟炎与甲下脓肿之间可以相互转化或者同时并存。中医称为蛇眼疔、蛇肚疔、蛇头疔等。

嵌甲是人们日常生活中经常遇到的疾病,嵌甲是指甲板侧缘嵌入指甲附近的软组织中,异物插入甲沟而引起指甲疼痛、红肿。指甲过短或者过深是引起嵌甲的最常见病因。

甲沟炎分两种类型

甲沟炎分嵌甲型甲沟炎和真菌性甲沟炎两种。嵌甲型甲沟炎,属嵌甲引起的甲沟炎,是指(趾)甲长到肉里而引起的,多见于大拇指,向侧面生长的甲板长入加皱壁中,导致疼痛和发炎,严重者出现化脓症状。如果是这样的情况需要嵌甲钳剪掉趾甲,再涂抹甲沟抗菌膜。

真菌性甲沟炎,是指(趾)甲一侧表现为红肿、疼痛,在红肿区常常伴随黄色脓状,有白点但不易破溃出脓,更有甚者,感染加重时会出现疼痛加剧和发热等全身症状,如果是这样的情况直接涂抹甲沟抗菌膜。

甲沟炎的典型症状

甲沟炎初始时,表现为指甲下一侧的皮下组织发生红肿、疼痛,有的可自行消退,有的短时间内可化脓感染,疼痛加剧,肿胀明显,在指甲下方可见到黄白色脓液将指甲漂起,使该部指甲与甲床分离,如不及时处置可发展成脓性指头炎甚至引起指骨骨髓炎,也可变为慢性甲沟炎、经久不愈甲沟炎或甲下

脓肿。慢性甲沟炎时,甲沟旁有一小脓窦口,有肉芽组织向外突出。很多时候因其感染部位较表浅,故全身症状不明显。

甲沟炎常见原因

甲沟炎的形成很多与不良生活习惯有关,主要原因有以下几个方面:

- 1、指(趾)甲剪得太短,旁边的软组织因为没有趾甲覆盖,会向上长,结果趾甲长出来后,就刺到软组织内。
- 2、穿不合适的鞋子。前面太窄,会把足趾的软组织挤起来,时间一长,也会形成嵌甲。
- 3、足趾曾经受过外伤。由于损伤,使足趾产生破损,影响到甲床或甲母细胞时趾甲也会出现畸形。
- 4、感染真菌、身体过胖也是常见的诱发因素。

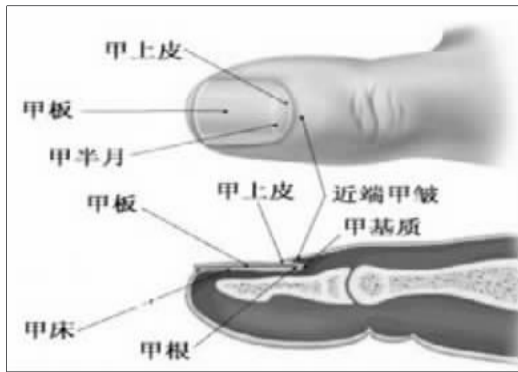
甲沟炎的治疗方法

甲沟炎的治疗主要有以下几种方法:

指(趾)甲剪成方形:为避免嵌甲,建议将趾(指)甲修剪成方形,远端甲缘应修剪成方形且两侧超出侧甲缘,这样能有效保护指甲附近的皮肤,还能防止嵌甲的形成。

碘伏涂抹浸泡:发生慢性甲沟炎时,及时用络合碘进行外用涂擦,利用碘伏的消毒作用将病变的皮肤组织给腐蚀掉,让它重新生长,以防甲沟炎。急性甲沟炎脓肿形成时,必须急性行脓肿切开引流术。

棉球填塞法:适用于早期出现的嵌甲,使甲板前角抬起,在其下塞入一小块棉球,支撑甲板复位且



通畅引流,每日更换一次,直至甲板超出甲廓。

管套引流法:在局部麻醉下,使患侧甲缘充分游离,剪取一段无菌塑料管包裹该侧甲缘,使甲缘与甲沟伤口完全分离,加快伤口的愈合。

拔甲:因嵌甲而造成的甲沟炎,因为趾甲甲片两边卷曲,往肉里生长,走路时会切割甲片边缘的软组织,形成“嵌甲”,最后引发甲沟炎。拔甲只能拔除甲片,对于甲沟和甲床没有作用,新生长出来的甲片仍然会继续朝肉里长,因此,拔甲术后应对指甲旁的组织进行加压包扎,使指甲生长范围超过原来的部位。

手术治疗:对于甲沟炎已成脓,脓液已成的,可在甲沟处行纵形切开引流。若感染累及指甲基部下周围时,可在两侧甲沟各作纵行切口,将甲根上皮片翻起,切除指甲根部,置一小片凡士林纱布或乳胶片引流。如甲床下已积脓,应将指甲拔去,或将脓腔上的指甲剪去。拔甲时,应注意避免损伤甲床,以免日后新生指甲发生畸形。

湖南中医药大学附属第二医院 皮肤科副主任 教授 向丽萍

保护好我们的指(趾)甲

1、平时爱护指甲周围的皮肤,不使其受到任何损伤,指甲不宜剪得过短。

2、防患于未然。木刺、竹刺、缝衣针、鱼骨刺等是日常生活中最易刺伤甲沟的异物,参加劳动或忙于家务时,应格外小心。

3、平时注意手指的养护,洗手后、睡觉前擦点儿凡士林或护肤膏,可增强甲沟周围皮肤的抗病能力。

4、穿鞋选择大小肥瘦适当、合适轻便的鞋。

5、勤剪脚趾甲,甲沟两侧不留趾甲尖,不随便剪甲沟,发现脚趾相互挤压应用适量消毒棉、软物放入趾缝中隔开,使脚趾正常发育,防止压迫趾甲扎入甲沟。

6、养成良好的卫生习惯,不要随意拔除“倒刺”,一旦出现“倒刺”要用剪刀剪,切忌硬性拔除。

7、剪指甲不宜过短,手指有微小伤口,可涂碘酊后,用无菌纱布包扎保护,以免发生感染。

8、手指有微小损伤时,可涂擦2%碘酒后,用创可贴包扎,以防止发生感染。

9、如已化脓则应到医院及时切开,将脓液引流出来。防止感染蔓延引起指骨骨髓炎。

10、如果甲下积脓,应将指甲拔去,以利于充分引流和彻底治愈。

向丽萍

趾甲增厚、疼痛是怎么回事?

83岁的赵大伯,近几个月来左脚大拇趾甲厚度不断增加,剪又没法剪,因而疼痛难受。赵大伯想去医院看看究竟是什么病,有的人说看皮肤科,有的人说看外科。对此赵大伯真拿不定主意了。

从赵大伯的症状来看可能为趾甲癣。趾甲癣(又称灰趾甲)是由真菌感染引起,一般自觉不痛不痒,但趾甲增厚压迫甲床或合并细菌感染会有局部疼痛。

甲真菌病在甲组织感染中最为多见,尤其在男性患者和老年人中更常见。趾甲癣可引起疼痛和不适,并且可影响患者的生活质量。指甲疾病可导致触觉功能受损或丧失,而趾甲疾病则妨碍行走、运动和穿鞋的舒适度。患者如不接受治疗,可传染给其他家庭成员,并且可能污染公共区域。怀疑趾甲癣,患者应到正规医院皮肤科就诊,取局部皮屑作真菌检查和培养,进一步确诊。不建议自行购买服药。

吕若琦

指甲色泽 暗藏健康信息

指甲的表面平整光滑是健康的表现。指甲色泽发生改变,可能意味着健康出现问题,下列是关于指甲健康的一些信息。

- 1、健康人的指甲呈美丽的粉红色。
- 2、苍白指甲无血色,提示贫血、气血亏损等。
- 3、青紫指甲,提示供血不足缺氧、动脉硬化、血脂高(胆固醇高)等。
- 4、蓝指甲,为缺氧的表现,末梢淤血,或心脏疾病等。
- 5、黄指甲提示黄疸、肝胆疾患,或嗜烟成性。
- 6、甲床白斑,提示体内缺钙、缺硅,或有寄生虫。药物或尼古丁中毒也出现白斑。有白斑指甲的人,容易疲劳,或有慢性习惯性便秘。

湖南省第二人民医院 高文艳

长“倒刺”与缺乏维生素无关

手指长“倒刺”是一件很烦人的事。有传言说,手指长“倒刺”是因为缺乏维生素和某些微量元素造成的,是真的吗?

缺乏维生素确实会引起皮肤问题,譬如脂溢性皮炎、毛囊过度角化、皮肤干裂等,但是手指长“倒刺”大多数和缺乏维生素无关,而是与皮肤干燥、全身代谢有关。

究其原因,是由于指甲末端的角质层不断累积、增厚,当角质层

●延伸阅读 常搓双手 避免长“倒刺”

预防“倒刺”最重要的是避免皮肤干燥,不要经常用肥皂、洗涤剂洗手。常用肥皂、洗涤剂等会令角质层失去保护,出现干燥和剥离。

对于物理摩擦和不可避免的洗手,应当在洗手后即刻涂抹护手霜,以保护湿润的角质层。需要注意的是,单纯的甘油溶液在空气特别干燥时反而会吸取皮肤水分,起

角化过度,没有得到护理时,皮肤边缘部分就容易干燥开裂,微小的裂纹被摩擦增大,于是就出现“倒刺”。如果气候干燥,水分丢失过多,指甲角质层容易干裂,更易出现“倒刺”。

事实上,如果身体确实是缺乏维生素,那么不仅会出现皮肤问题,还会伴有其他症状。如缺乏B族维生素会引起神经系统异常;缺乏维生素C则可能引起坏血病等。

吕斌

不到保湿作用,因此对于常起“倒刺”的人,不推荐单用甘油溶液保护皮肤。

此外,建议多吃蛋类、胡萝卜、肝脏等食物。还可以适当补充动物脂肪、胶质丰富的食物。另外,经常搓搓双手,可以帮助手部血液循环,促进皮脂腺的分泌,也能一定程度上预防长“倒刺”。