本报专访

爱掏耳朵，小心耳道“发霉”

本报记者 王璐 通讯员 黄琢玉

长沙的金先生因最近两天感觉右耳听力突然下降到医院就诊，经耳鼻喉科医生用电耳镜检查发现，他的右侧外耳道被耵聍（俗称耳屎）堵塞了，而且表面长了不少白色的菌丝。原来金先生是患上了真菌性外耳道炎，也就是霉菌性外耳道炎。耳朵怎么也能“发霉”呢？

长沙市第三医院耳鼻喉科主任杨明介绍，真菌性外耳道炎是侵入外耳道或外耳道内的条件致病性真菌，在适宜的条件下繁殖引起的外耳道的炎性病变，表现为耳朵痒、有阻塞感，严重的还会出现听力下降、耳鸣、流脓、眩晕、局部疼痛，甚至可致面瘫或外耳道坏死。经仔细询问，原来金先生平常喜欢在洗澡之后掏掏耳朵，好几回还在洗脚城专门找技师采耳。而真菌易在温暖潮湿的环境中生长繁殖，因此在进水或积存分泌物等情况下，外耳道易受真菌感染，形成真菌性外耳道炎。

“预防霉菌性外耳道炎关键是保持外耳道干燥、避免损伤。”杨明介绍，首先是防止频繁掏耳，过度掏耳极易损伤外耳道，加大真菌感染的机会，因此千万别把掏耳当成一种习惯。同时也要注意不要去洗脚城或洗浴中心采耳。那里人流量大，采耳师傅双手和使用的器械都可能沾染上患有脚气病顾客的真菌，如果掏耳朵的器具没有经过严格消毒，就可能将菌丝带进外耳道。另外，洗澡、游泳耳朵进水后不要掏耳，可采取单腿跳的方式将耳朵的水“震”出来，当然最好是游泳、洗澡时可用耳塞保护耳道。此外还要注意防止外耳道不当用药。不当用药可改变外耳道的PH值，导致外耳道菌群失调，利于真菌滋生。除了从外耳道方面注意减少真菌生长的机会外，还需注意加强锻炼，保持强健体魄。若耳朵出现耳痒、阻塞、疼痛、听力下降、化脓等症状，要及时到医院的耳鼻喉专科诊治。

除了真菌性外耳道炎，听力损伤、中耳炎等也是耳部常见病症。杨明介绍，现在越来越多的人喜欢走路、上班用耳机听音乐，这样时间长了对耳朵不好。特别是高音量的音频声对听觉器官可能造成疲劳、损伤，从而导致听力下降。杨明提醒，日常生活中，大家应尽量注意劳逸结合用耳，使用耳机一个小时左右要适当休息，让耳朵透透气；接听电话时手机要远离耳朵，时间不宜太长，减少辐射。饮食上要少吃高脂肪食物，防止血管壁粥样硬化，警惕内耳供血不足，听觉器官营养不良，导致听觉功能过早减退。预防感冒及过度擤鼻，有效减少中耳炎的发生。此外，杨明还告诉大家一个健耳又固齿的运动“小密方”，即每天叩齿200下，长期坚持对牙齿和耳部健康大有裨益。

二胎妈妈忽视产检 30周宝宝胎死腹中

本报讯（通讯员 石荣 刘薇）因忽视孕中产检，二胎妈妈患上妊娠糖尿病，伴糖尿病酮症，腹中已有30周的宝宝因此心脏停止跳动。近日，在湖南省第二人民医院妇产科，引产手术后已趋于康复的王玲（化名）提起自己的经历，追悔不已。

家人介绍，27岁的王玲一胎是顺产，除了偶尔觉得口干，并没有过多的妊娠反应。因此，怀上二胎后，王玲并没有按时去医院产检。只是，她觉得口干的症状越来越明显，晚上经常会因为口干起床喝水。10月26日，因为夜间口干得太厉害，王玲到当地医院就诊，却被告知宝宝已没有心跳了，属于宫内死胎，需到上级医院引产。转诊到湖南省第二人民医院后，该院通过检查、会诊，诊断王玲为妊娠糖尿病，伴糖尿病酮症，需控制血糖后再行引产。

该院内分泌科主任李湘介绍，妊娠糖尿病是指怀孕前未患糖尿病，而在怀孕时才出现高血糖的现象。而妊娠前已有糖尿病的患者妊娠，称糖尿病合并妊娠。妊娠糖尿病及糖尿病合并妊娠均属于妊娠期糖尿病。统计显示，有3%-10%的孕妇会罹患妊娠期糖尿病。当孕妇出现多饮、多食、多尿和体重减轻的症状时，要警惕妊娠糖尿病。

急救技能进福利院

为了让福利院儿童和老人们在遇到突发的意外伤害时能够得到专业救护，近日，邵阳市中心医院“‘救’在身边——急救知识进万家”公益项目第20站走进邵阳市社会福利院，为福利院的老师和护工开展急救知识培训。 通讯员 石丹 肖翾 摄影报道

外孙撞上外婆腰 老人右肾被切除

本报讯（通讯员 符晴 伍小霞）“被一岁多的外孙撞一下腰，竟然要切除肾脏？”11月9日，躺在长沙市中心医院病房的李爱华（化名）仍不能接受切除肾脏的事实，而这仅仅是因为小外孙玩耍时撞了一下她的右侧腰腹部。

一周前李爱华斜靠在沙发上陪一岁半的外孙玩耍，外孙在沙发上跳跃时重心不稳，撞到了她的右侧腰腹部，她当时就感觉一阵胀痛，李爱华仔细检查了自己的身体，并没有发现伤口，除了腰部、腹部有些疼痛外也没有其他不适，于是就没有放在心上。可第二天早上起床李爱华感觉腰更痛了，受伤后的第四天，她更是突然感觉头有点晕、全身乏力，家人这才将其送往该院急诊科救治，被诊断为“右肾挫裂伤并肾周血肿、肝挫裂伤并腹腔出血。”经紧急手术切除右肾并清除盆腔、腹腔积血约1000毫升后，才转危为安。

该院重症医学科主任邓湘辉介绍，当外界发生撞击与人体接触时，人体腹腔内的很多实质性脏器如肝脏、肾脏、脾脏等因剧烈撞击很容易挫伤或破裂，有一部分患者被撞后初期没有任何症状，或者仅有局部疼痛感，这是因为一开始出血较慢，暂时没有内出血的症状，但是血肿会逐渐增大形成包膜下血肿，一旦血肿增大到一定程度导致包膜破裂，就有可能出现生命危险。

■门诊新闻

节育环过期 老太腹痛两年

本报讯（通讯员 张蓓）长沙70多岁的李奶奶近两年总感觉下腹部胀痛不适，辗转内外科诊治不见效，后来找到长沙市妇幼保健院计划生育技术服务中心，检查发现她的子宫内还带着环。专家根据她上环已经40多年的情况，制订了周密的治疗计划：先预处理，软化子宫，再在宫腔镜下顺利取环，取环后李奶奶腹痛终于缓解。

该院计划生育部主任周燕飞介绍，很多育龄妇女年轻时因为避孕上环了，到了更年期却不知“环”已经完成了它的使命，要把它取出来。周燕飞提醒大家：环，即宫内节育器，是一种安全经济、长效可逆的避孕工具，可以放置5-20年左右。但在日常生活中，许多妇女认为节育器可永久放置，上环后就可一劳永逸。此外，绝大多数妇女因为带环无任何不适，认为没有取出节育器的必要，加之害怕疼痛，怕花钱，又怕麻烦，不愿取环。殊不知如果围绝经期未取环，到了绝经后取环会更困难，不仅费用更多，风险也增加。

据悉，长沙市内年龄大于50周岁或年龄大于45周岁合并月经紊乱、闭经半年以上的妇女，均可以免费享受取出宫内节育器及其常规各项医学检查。免费取环定点医疗保健机构指定为：户籍地（或居住地）县级妇幼保健计划生育服务中心或辖区内卫生计生行政部门指定的医疗保健机构。

产褥期耳鸣 听神经瘤捣乱

本报讯（通讯员 刘微 何凤琼）“要不是湘雅专家的救治，我们家刚出生的孩子都没机会在母亲的陪伴下成长，真是太感谢你们了！”近日，从江西宜春前来中南大学湘雅医院复查的谭女士得知自己一切指标均已恢复正常时，紧紧握住医护人员的手，不停地表达谢意。

今年9月9日，20岁的谭女士经剖腹产诞下一对双胞胎。家庭新添小生命本是一桩喜事，谁知还在产褥期的她突发剧烈头痛、头晕，并伴有耳鸣、视力及听力减退的症状。经当地医院检查发现，谭女士颅内竟长了一个巨大的肿瘤，不及时诊治很可能会导致死亡。谭女士不得不来到湘雅医院神经外科寻求专家帮助。该院神经外科霍雷教授、宋涛副教授接诊后详细询问了谭女士的病史并完善了相关检查，诊断谭女士为右侧听神经瘤并梗阻性脑积水。

经反复讨论研究，神经外科专家组为谭女士进行了开颅探查病灶切除术。术中见肿瘤位于桥小脑角，向上与小脑幕粘连，向内侧与脑干紧密粘连，向外侵犯内听道。专家们在电生理监测下分层剥离患者血管和神经，遵循尽可能保护周围血管和神经的原则，在充分暴露术区后为患者彻底清除了一个7×6×6厘米的巨大肿瘤，谭女士的面神经、三叉神经、后组颅神经均保留完好。