不是所有感冒都不用治疗

急性上呼吸道感染（俗称“感冒”），是最常见的呼吸道感染性疾病。不少人以为感冒不用治疗，或是自己吃点感冒药就好了。然而，并不是所有的感冒都不用治疗。

急性上呼吸道感染是由病毒或细菌引起的局限于鼻或咽喉部的急性炎症，其中某些病原体感染的上呼吸道感染具有很强的传染性，如流行性感冒和SARS等。流感病毒可产生变异，各种病毒之间无交叉免疫，且健康人群可携带病毒。合并有细菌感染时可有大量脓痰咳出。

普通感冒主要症状有咽痛、咽痒、打喷嚏、鼻塞、流涕、咳嗽、低热、头痛等；急性病毒性咽峡炎和喉炎的症状主要有咽痒、咽部烧灼感，咽痛不明显，咳嗽少见；急性疱疹性咽峡炎以咽痛、发热为主，病程约1周；急性咽结膜炎的主要表现为发热、咽痛、畏光、流泪，咽及结膜充血明显；急性咽扁桃体炎起病急，表现为咽痛、畏寒、发热等症状。

不少人闻药色变，得了感冒就打算扛过去。但少数成年人或孩子由于自身免疫系统的原因，在原发病或在病毒感染基础上继发了细菌性感染，如果得不到及时治疗，可能引起更严重的后果。如有听力减退、外耳道流脓或头痛加重、脓涕、鼻窦有压痛等，应警惕并发中耳炎和鼻窦炎；有心悸、胸闷、腹痛等症状，容易诱发心肌炎。由此可见，发生了上呼吸道感染后，一定要遵医嘱用药，切勿自行用药。单纯病毒感染无需使用抗生素，有白细胞升高、咳黄痰、舌部脓苔等细菌感染证据时，酌情使用抗生素。也可遵医嘱选择雾化吸入湿化痰液、润喉止咳。

湘雅医院主治医师 邓彭博

■张医生信箱

尿失禁要做哪些检查？

张医生：

我最近每天尿频，有的时候在用力，比如咳嗽、打喷嚏，甚至快步走路时就会把尿尿在身上，一身的尿骚味让我很难堪，不敢轻易出门了。请问我患的是尿失禁吗？去医院做哪些检查才能确诊？

北京读者 老梁

老梁：

不少中老年人都曾有过这样的尴尬，有些是一有尿意就要马上上厕所，稍微慢点就漏尿。排尿是受人的大脑控制的，要走到厕所才能排尿，经常走不到厕所漏出来就是尿失禁，是一种病理状态。要进行诊断，除了症状评估以外，还要做一些辅助检查，如尿常规，看看是不是泌尿系感染，有的泌尿系感染也会表现尿失禁；为了排除一些其它的疾病，可以做超声检查，看看膀胱里头是否长了瘤子或长了结石等。如果经过保守治疗仍然不见好转，就要接受更专业的一些检查，那就是尿动力学检查。如果属于难治性的压力性尿失禁，可能需要住院进行外科手术治疗了。总之，大家如果经常出现尿失禁症状，我们鼓励患者鼓足勇气到正规的医院去就医，让医生诊断或判断，然后给出建议和治疗的方法。

中国康复研究中心北京博爱医院
泌尿外科主任医师 廖利民

如果您有什么疑问或有要咨询的问题，请联系本版责任编辑。
邮箱:jtysjb@163.com

“胃病”久治不愈 当心胰腺癌

林先生平常在外应酬很多，半年前老是感觉胃部不适，以为得了“胃病”，便在药店里买了点保胃的药，吃了一段时间，感觉好了些。最近，感觉又不舒服了，去离家较近的个体诊所就诊被诊断为慢性浅表性胃炎。可经过治疗症状还是一直反反复复，体重也下降了不少。等他到正规的医院消化科就诊，医生说已经是中晚期胰腺癌了。

胰腺癌是一种发病隐匿，高度恶性的消化道肿瘤。发病早期症状不明显，主要表现为食欲下降、乏力、消化不良及体重下降。约半数患者以腹部不适、腹痛为首发症状，部分可表现皮肤及巩膜发黄、黄疸。由于胰腺解剖位置较深，位于腹膜后，且邻近胃、十二指肠、肝、胆等器官，早期容易被误诊为胃病、肝炎或是胆囊炎等疾病，从而导致延误治疗。

胰腺癌患者多为中老年人，像林先生平常应酬又很多，很容易就被当作慢性胃炎治疗，加上慢性胃炎病程迁延，易反复发作，等到黄疸、消瘦、腰背酸痛等症状出现时才考虑到胰腺有问题了。因此，一旦胃部不适应提高警惕，考虑是否是胰腺癌造成的。

B超、CT和血清学肿瘤标志物检测，有助于胰腺癌的鉴别诊断。手术切除、综合化疗、介入治疗及放疗对于改善症状，提高病人生活质量，延长生命有较好的作用。

广西钟山县卫生学校
副主任医师 黎洁

糖尿病体型 一量便知

早期发现糖尿病的高危人群其实很简单，只需要一把“尺子”就可以做到。这把“尺子”其实是一套腹部肥胖诊断标准。肥胖一直以来都被公认为是引起糖尿病、高血脂等代谢综合征的高危因素，但医学家们却发现，相比体重而言，体型更关键。肚子大腿细（腹型肥胖，也叫苹果型身材）的人比下半身肥胖（梨型身材）者存在更高的糖尿病等患病风险。相比西方人来说，这是中国糖尿病患者最明显的体型特征，但是一直缺乏一个统一的衡量标准。我们通过15年的研究，建立了世界上首个专门针对中国人体型特点的腹型肥胖诊断标准，老百姓只凭一把“尺子”就能发现“糖尿病体型”。

核磁共振诊断腹型肥胖的标准是腹内脂肪面积大于或等于80平方厘米，将其落实在腰围上，就是男性大于90厘米，女性大于85厘米。达到这个标准，则患糖尿病的风险比其他人群高出2–3倍，很有可能成为糖尿病患者的后备军。

上海交通大学附属第六人民医院
主任医师 贾伟平

别乐呵，“蛋疼”不是闹着玩的

“蛋疼”，在网络上只是调侃，可在医学上，却是一种病。曾有新闻报道，一位21岁的未婚小伙感觉到“蛋疼”，直到忍得受不了了才去医院。医生发现他的睾丸已经完全坏死，不得不手术切除。由此可见，当睾丸部位发生持续不断的，尤其是剧烈活动后或半夜出现无明显缓解趋势的疼痛，必须马上就医。

睾丸就像两个球，由一条叫做精索的“带子”将它们固定在阴囊内。当人体活动时，这条带子越长，球的活动幅度就越大，就容易发生扭转。扭转后，睾丸不能进行血液循环，时间长了就会坏死，导致“蛋疼”。发生睾丸扭转的6个小时内，是最佳的急救时间，再晚会造成坏死，只能手术切除了。

新生儿的生殖系统发育还不完全，而青少年年轻气盛，夜间勃起等性活动比较多，都容易出现睾丸扭转。家长如果发现新生儿的睾丸短时间内异常增大、变硬、呈蓝色，并伴随有不明原因的厌食、躁动不安，应尽快去医院找泌尿外科医生就诊。

有不少睾丸扭转患者疼痛难忍时，自己在家里采取冰敷的方法缓解痛苦，这是非常错误的。冰敷能降低痛感，麻痹症状，使患者觉得病情不严重、没必要就医，也就耽误了治疗的最佳时机。还有一些患者不好意思去医院就诊，就自己上手“自治”，因“手法”不正确导致复位失败。睾丸扭转刚发生时，确实可以通过手法复位。但不具备专业医学知识的人，是很难做到的。

虽然健康男性切除一侧睾丸后，另一侧睾丸也能正常生育，但部分患者手术后会出现精子数量减少、质量下降，影响生育力。为了保险起见，可以进行部分睾丸组织冷冻或精子冷冻，保存生育力。

广州医科大学附属第三医院
生殖医学中心副主任医师 安庚

不痛不痒 也可能是青光眼

蔡大爷一年前就感觉双眼异常，看东西模糊，但并没有眼红、眼痛、头痛的症状，如是并没有在意。最近蔡大爷发现视力越来越差，赶紧到长沙市第三医院眼科看医生。真是不查不知道，一查吓一跳，他被确诊为开角型青光眼。这是一种致盲性较高的眼疾，是由于眼压高引起的视神经损害。

开角型青光眼发病隐蔽，进展也相对较缓慢，很多患者自认为没什么大事，其实视神经已经受到了损害，若不及时就医眼底视神经就会不断萎缩，不知不觉沦为失明。长沙市第三医院眼科主任邓莉说：我们只能尽量帮蔡大爷保持现存的视野，不让青光眼继续发展，但已经损害的视神经没法挽回了。因为青光眼引起的视神经损害是不可逆转的，一旦确诊为青光眼就要尽快治疗。

青光眼治疗主要是降低眼压，保护视神经。如果视力有不明原因的明显下降，一定要及时到正规的医院眼科就诊，找到视野变模糊的原因，及时治疗。

黄琢玉