

下身“火辣辣”伴随疼痛、瘙痒？

专家谈女性绝经后常见病——萎缩性阴道炎

本报记者 王璐 通讯员 王鑫

今年54岁的杨阿姨最近总感觉下身火辣辣的，瘙痒、疼痛，还有尿频、尿急、尿痛等症状。她前往湖南中医药大学第一附属医院就诊，医生通过系列检查，诊断其为“萎缩性阴道炎”。

随着人口老龄化的不断加剧，萎缩性阴道炎发病率呈逐渐增长趋势，成为绝经后女性的常见病，这个疾病是如何发生的呢？又该如何防治？该院妇产医学中心副主任医师李姣为大家详细解答。

据了解，萎缩性阴道炎主要表现为外阴烧灼样不适、干涩、瘙痒、性交痛，还可出现尿频、尿急、尿痛、尿不尽，妇科检查可见外阴萎缩，尿道口周围黏膜、阴道皱襞菲薄、萎缩、消失，阴道黏膜充血，有散在小出血点或点状出血斑，有时见浅表溃疡，阴道无明显分泌物或分泌物增多。白带常规可

见白细胞而无滴虫、霉菌等致病菌。

萎缩性阴道炎是怎么引起的？李姣介绍，该病多见于45~55岁自然绝经或人工绝经的女性，或手术切除卵巢的患者，因雌激素水平降低所致。此外，机体免疫力低下、长期使用抗生素，以及不注重内衣裤的及时更换、清洗，不注意性生活卫生的女性，均可引起萎缩性阴道炎。

“一旦确诊萎缩性阴道炎也不用过度担忧，通过药物及生活方式的改变可以很好控制该病的发展。”李姣表示，药物治疗上，如没有血栓病史的女性，可局部使用雌激素软膏，以增强阴道抵抗力，阴道局部可适当予奥硝唑阴道栓、透明质酸凝胶。同时，养成良好生活习惯，适量进行户外运动，保持个人卫生，勤换洗贴身衣物，尽量保持外阴的干燥和透气；性生活后一定要注意清洗，

避免清洁不到位造成细菌感染。饮食上多食富含蛋白质的食物及新鲜蔬果，补充维生素；少吃辛辣刺激食物，尽量不要饮用浓茶和含有酒精的饮品。

此外，中医治疗萎缩性阴道炎也有其独特疗效。萎缩性阴道炎属中医“阴痒”“带下”范畴。肝肾阴虚证患者可见阴道干涩，奇痒难忍，阴部皮肤变白、增厚或萎缩，皲裂破溃，五心烦热，头晕目眩，时有烘热汗出，腰酸膝软；舌红苔少，脉弦细而数。中医治疗可方药予知柏地黄丸加减。湿热下注证患者阴部瘙痒灼痛，带下量多，色黄如脓，稠黏臭秽，头晕目眩，口苦咽干，心烦不宁，便秘溲赤；舌红，苔黄腻，脉弦滑而数。方药用龙胆泻肝汤加减，也可口服中成药坤泰胶囊，局部可用保妇康栓、苦参凝胶阴道上药。

冬令养生膏方节启动

近日，首届湖湘仲景冬令养生膏方节在湖南中医药大学第二附属医院仲景文化广场隆重启动。现场特设名医专家义诊区、特色膏方展示区、中医周边产品展示区、中医健康检测专区、中药茶饮炖品专区等五大功能分区，供市民全方位体验中医药文化的魅力。据悉，膏方节活动将一直延续到2025年1月16日“三九”节气结束，持续为人民群众提供更高质量、更有效率、更加便捷的中医特色服务。

通讯员 倪力力 朱婷 摄影报道



长期用电脑 男子患上“职业病”头晕呕吐

本报讯（通讯员 吴炯）近日，家住长沙的白领王先生感觉头晕得厉害，还伴有恶心、呕吐，特别是猛然抬头或者低头时更明显，王先生来到湖南省第二人民医院（省脑科医院）神经内科三区门诊就诊。

该院主任医师黄晓松经过详细检查，确定王先生是由于颈椎病引起的头晕。而患颈椎病的重要原因是他长期对着电脑伏案工作以及不

良的生活习惯。经过规范给予药物治疗、中医康复理疗等综合治疗，王先生头晕症状逐渐得到缓解。

黄晓松介绍，“椎动脉”是对大脑供血非常重要的动脉，长期低头会令颈椎病变遂压迫颈椎，会让这根大血管变窄，造成脑部供血不足。尤其是当患者扭头或改变体位时，这种压迫会更加明显，从而产生头晕。

颈椎病引起的头晕急性期

应以卧床休息为主，避免坐起活动，以免增加颈椎负荷，加重症状。还可通过药物、理疗、康复锻炼、手术治疗。

为了避免颈椎问题的困扰，脑心健康管理师朱娥提醒大家，生活中应避免长时间低头，每隔半小时应抬头活动颈部，如做米字操、颈部伸展运动等。还可选择一些适合的运动项目，如游泳、羽毛球、瑜伽等，同时避免高枕睡眠，增加颈椎压力。

■门诊新闻

11岁男孩脖子发黑 竟被诊断为糖尿病前期

本报讯（通讯员 刘明辉）11岁男孩小杰身高1.6米，体重却达到了98千克。最近，家人无意中发现小杰脖子后面的皮肤发黑，无论怎么洗都洗不掉，而且颜色还越来越黑，于是带他来到医院就诊，医生判断小杰属于糖尿病前期，离糖尿病只有一步之遥。中南大学湘雅二医院代谢内分泌科主任医师李霞介绍，小杰之所以小小年纪就发生糖尿病前期，和日常饮食习惯有密切关系。

李霞介绍，最新数据显示，未成年人糖尿病发病率和儿童1型糖尿病的发病率比几年前增加了约4倍。根据全球流行病学调查显示，大概十万分之五千的小朋友，可以伴有儿童的糖尿病发生。

儿童糖尿病最常见的危险因素包括肥胖、体力活动减少、进食饮料和速食及加工食品、家族史等。

儿童糖尿病发现不及时，将导致酮症酸中毒、冠心病、尿毒症、心肺功能减退等严重后果。因此，提前发现儿童糖尿病，及时就医非常重要。血糖异常有哪些外在表现？首先是口干，总是想喝水；多食，总是想吃东西，总觉得饥饿；餐前低血糖，餐前感觉很饿，不吃就心慌；身上长疖子，总是感染，不容易好；女生表现为外阴瘙痒，男生表现为尿路感染。此外，皮肤结节迁延不愈、视物模糊、肢端麻木等也是血糖异常的外在症状。

要预防孩子患上糖尿病，李霞提醒各位家长注意饮食三大原则。一是量入为出，总量必须符合支出，适当增加体力活动；二是成分均衡，不能只吃大鱼大肉，必须按比例摄入五谷杂粮、豆制品、奶类和水果蔬菜；三是科学配比，一般推荐一个人每天的进食中碳水化合物大概要占到一半左右，蛋白质大概占全天供能量的20%~30%，脂肪要占的量更少，蔬菜大概每天要吃到500克。

汽车一个急刹 2岁男童竹签插进脸部

本报讯（通讯员 彭湘粤 赵琴 刘光亮）几天前，2岁6月大的男童小予（化名）和妈妈一起外出，上车前妈妈给他买了一根烤肠，小予坐在汽车后座一边吃一边玩，十分开心。突然一个急刹车，小予从汽车主驾驶和副驾驶之间的中央扶手箱处摔出来，摔到了副驾驶座位地上。当时小予的脸部朝下，当妈妈把他抱起来时，发现烤肠签已插入右侧鼻翼下方。

妈妈紧急把小予送湖南省儿童医院耳鼻咽喉头颈外科。医生对孩子伤情进行了仔细检查，发现暴露在皮肤外面的伤口大约4厘米，须排除木棍是否插入更深层组织。为了安全起见，在术前为小予行颌面部CT检查，医生在急诊下实施了“面部外伤清创缝合术”，术中顺利取出木棍，刺入端约1厘米左右。

该院耳鼻咽喉头颈外科赵斯君教授提醒家长，吞食异物、被锁车内、意外刺伤等都是儿童安全的“定时炸弹”，应引起家长的高度重视。家长独自一人带孩子驾车出行时，必须仔细查看车内是否有尖锐危险物品，3岁内的孩子车上不要吃东西，孩子坐在后座时必须坐在专门儿童椅上。行车时注意锁好车门及窗，保持车距，避免急刹车等。