

# 反复耳痒 1年多竟是里面长霉菌

——专家谈“真菌性外耳道炎”

“耳朵里面反反复复地痒，已经1年多了，有时候越掏越痒，甚至感觉耳朵像被什么东西堵住了一样。”近日，长沙市第四医院岳麓院区耳鼻喉科门诊来了一位长期受耳痒困扰的患者小胡。他告诉医生，每次耳朵痒去采耳店采耳后可以缓解一下。但耳痒症状仍反复发作，工作和生活都受到了影响。

该院岳麓院区耳鼻喉科主任、主任医师李湘胜仔细检查后，发现小胡的耳朵里面长霉了，也就是医学上所说的“真菌性外耳道炎”。据了解，真菌性外耳道炎是一种常见的外耳道疾病，又称为外耳道真菌病、霉菌性外耳道炎，是真菌侵入外耳道或外耳道内条件致病性真菌，在适宜条件下繁殖，引起的外耳道炎性病变。患者常有采耳史，且病情易反复，在20~40岁人群中最为多见。它的临床表现及体征复杂多样，耳内奇痒、霉菌团堆积

可能出现耳朵闷堵感，引起听力减退，如果合并细菌感染，可引起外耳道疼痛肿胀以及流脓、流水等症状。但是由于真菌的特性以及很多患者对真菌性外耳道炎缺乏了解，从而延误治疗，导致治疗周期延长，并容易反复发作，对患者的日常生活也会造成很大的困扰。

真菌性外耳道炎部分呈现典型的真菌孢子及真菌丝，某些以“痂皮”等非典型形式出现。盯聆和痂皮大小不一，有的呈纸状、片状、块状或圆筒状，可堵塞外耳道。分泌物表面颜色依病原菌不同而呈现黄色、灰白色、黄绿色或黑色等色，可呈粉末状或绒毛状菌苔，去除菌苔后可见外耳道皮肤充血、肿胀，或有湿性分泌物。

李湘胜介绍，导致该病的原因多样，首先是耳内pH值的改变：正常人的外耳道处于略偏酸性的环境，游泳、洗头时易导致耳内进水，改变了外

耳道pH值，为真菌繁殖提供了适宜的环境；其次是耳内环境改变：真菌喜在温暖潮湿的环境中生长，中耳炎流出的脓液及外耳道分泌物堆积易刺激真菌生长。此外，外界因素如采耳、反复挖耳等易将外界真菌带入耳道内，另外，全身慢性疾病（如糖尿病等）、滥用抗生素，都可增加真菌感染机会。

真菌性外耳道炎该怎么治疗？首先，应该及时到正规医院就诊，寻求专业医生的帮助。目前真菌性外耳道炎的主要治疗方法为耳内镜下清理、药物治疗等方法。应在耳内镜下尽量清除外耳道的分泌物及痂皮，并保持外耳道干燥，局部可使用曲安奈德益康唑软膏等外涂。对于症状反复、局部治疗无效及伴发真菌血症者，则需要医生指导下全身应用抗真菌药，并在治疗期间监测肝肾功能。

本报通讯员 李丹丹 樊涛

## 刚满三十 月经消失 长期熬夜“熬”出卵巢早衰

本报讯（通讯员 曾晶 刘牧淮）32岁的张女士工作繁忙，经常熬夜加班，饮食也极不规律。近期，张女士发现自己一直没来月经，便来到湖南中医药大学第一附属医院检查，被诊断为卵巢早衰。

该院妇产医学中心副主任曾晶介绍，女性一般在35岁左右开始出现衰老，40岁左右断崖式加速衰老。卵巢功能减退或卵巢早衰，可能是造成女性衰老的主要原因，而熬夜则是加速卵巢早衰的影响因素之一。

卵巢早衰的表现包括：月经紊乱。月经稀发或频发、经期延长、经量时多时少、闭经等；受孕困难。卵巢功能减退会导致妊娠难度增加，且容易出现流产、早产等；更年期症状。出现阴道干涩、性欲下降、潮热多汗、情绪焦躁易怒、骨质疏松等类似于更年期综合征的症状。

曾晶提醒，女性一定要注意规律作息，充足睡眠。晚上12时至凌晨2时是卵巢分泌雌激素最旺盛的时刻，女性要尽量避免熬夜。可适当多吃富含雌激素和大豆异黄酮的食物，提高卵巢组织的抗氧化应激能力。此外，还应少吃油腻、辛辣刺激、生冷寒凉等食物。

同时坚持有氧运动，如慢跑、步行、游泳、跳绳、瑜伽等，可加速机体新陈代谢，如出现月经紊乱等相应症状，及时就医。

## 少女肝脏肿瘤如“橙子” 医生妙手仁心完整除瘤

本报讯（通讯员 梁辉 陈茜）13岁的晓妮（化名）家住湖南永州，2024年11月下旬，她开始出现上腹部持续隐痛，在当地医院检查发现“肝脏肿物”。在当地医院建议下，来到湖南省人民医院肝胆医院汪新天主任医师处就诊，随后被收入肝胆五病区住院。

CT检查发现，晓妮肿物位于肝脏尾叶，约有“橙子”大小，所处位置较深，卡在第一肝门与第二肝门之间，血供极其丰富，不仅周围都是密密麻麻的血管，还对多支重要血管造成挤压，加上患儿腹腔空间小，手术难度极大。

为此，科室负责人陈晨主任医师、学科顾问汪新天主任医师组织多学科展开讨论，最终决定为晓妮施行腹腔镜下肝脏尾叶巨大肿块切除术。

12月3日，手术如期进行。按照术前规划，在避免切除正常肝实质的前提下，首先解决肿瘤暴露的难题，将左肝充分游离，肝左叶整体翻向右侧；优先处理肿瘤的供血动脉，再妥善处理回流到下腔静脉和肝静脉系统的回流静脉；然后将肿瘤完整切除，仅在腹部留下指头大小的手术切口。手术耗时2小时30分左右，术中出血不到50毫升，切下的肿瘤约95毫米×70毫米大小，病理结果显示为“肝局灶性结节性增生”。术后，护理团队悉心呵护下，晓妮恢复迅速，于12月9日顺利出院。

陈晨表示，肝局灶性结节性增生是一种良性肿瘤样病变，多数患者没有明显不适，建议如果出现腹部胀痛、触及包块等情况，须尽快就医处理。

## 长沙市第三医院开展消防演练

冬季用火用电负荷大，消防不安全因素增多。12月以来，长沙市第三医院（湖南大学附属长沙医院）联合社区及辖区派出所，消防安全“敲门行动”，全面排查火灾隐患。针对临床科室该院开展逃生疏散演练及消防器材实操培训，提升医务人员火灾扑救与自救逃生能力，切实保障医患生命财产安全。

通讯员 夏运刚 摄影报道



## 少年突然性情大变，缘于创伤后应激障碍

本报讯（通讯员 易倍）15岁的小明在一场突如其来的车祸后，性格大变，变得沉默寡言，拒绝与家人交流，甚至在学校也表现得孤僻。这样的变化让父母深感担忧，近日，小明的父母带他前往湖南省第二人民医院（湖南省脑科医院）儿少心理科就诊。经专业诊断，小明被确诊为创伤后应激障碍（PTSD）。

该院儿少心理科副主任医师陈曦表示，创伤后应激障碍在青少年儿童中并不罕见，可导致患者在之后的生活中反复体验创伤事件，出现焦虑、恐惧、回避行为以及睡眠

障碍等症状。

那么，面对孩子的创伤后应激障碍，家长们应该如何应对呢？首先，家长需要理解和接纳孩子的心理状态。创伤后应激障碍是一种严重的心理障碍，孩子可能会因此表现出各种异常行为。家长要保持冷静和耐心，要给予孩子足够的关爱和支持，让他们感受到家的温暖和安全。

其次，及时寻求专业的心理帮助。经验丰富的医生和心理治疗师，能针对孩子的具体情况制定个性化的治疗方案。治疗可能包括药物治疗、心理

治疗（如认知行为疗法、暴露疗法等）以及家庭治疗等。

此外，家长还可以通过一些日常的方法来帮助孩子缓解压力。如陪孩子进行户外活动，观看一些轻松愉快的电影，鼓励孩子参与绘画、音乐、阅读等，有助于孩子表达情感、释放压力。

陈曦提醒，创伤后应激障碍的治疗是一个长期的过程，即使孩子在治疗过程中取得了一些进展，也不要放松警惕，同时，家长也要关注自身的心理状态，避免因孩子的病情而产生过度的焦虑或抑郁情绪。