

不简单的肛周“痘痘”，医生：别不当回事

本报讯（二区：陈文胜）脸上长青春痘怎么办？也许挤挤就好了肛周长“痘痘”呢？那就没那么简单了……福州的小伙小李半年前就发现肛门周围长了个“痘痘”，疼痛不厉害，自己挤挤流脓后就会愈合，以为是“青春痘”，当时也没当一回事，也没特别处理。但是过段时间又会出现同样的问题，而且小李发现最近流脓的次数明显变多，还很痒。

无奈的小李就診于我院肛肠科。经过检查，医生确诊为“肛瘻”，这个名词对小李来说比较陌生，他自己某度搜索后也吓得不轻，还好情况不严重，经过手术治疗，得到顺利康复。

什么是肛瘻？

肛瘻是指肛管直肠与肛门周围皮肤的异常感染性瘻管，瘻管内壁为腺上皮组织或肉芽组织。为肛肠科的常见病、多发病，男女老幼均可发病，但多见于青壮年

男性。由于很多人对肛瘻不了解，有了症状未及时就診，导致病情持续发展，对手术治疗及术后恢复都带来了挑战。

肛瘻有哪些局部表现？

流脓：首要表现为肛门周围一破口（外瘻口）伴有流脓，脓液流尽后破口可自行愈合，但是会反复发作或是在不同位置反复出现破口，可以只有一个外瘻口，也可以几个外瘻口同时存在。

肿痛：一般会在肛周出现局部发胀和不适，如果瘻管急性感染或脓液排出不畅，可引起疼痛，当脓液流出后疼痛可减轻。

肿块：肛瘻外口反复流脓，外口周围会有肉芽组织增生，可在皮肤表面触及黄豆大小结节，部分患者还可在皮下触及一条至外口向肛内延伸的索条状物。

瘙痒：由于脓液不断刺激肛周皮肤，常感觉肛周潮湿、局部瘙痒不适，并伴有色素沉着、表皮脱

落、纤维组织增生和增厚。

为什么会发生肛瘻？

肛周脓肿：肛瘻的形成跟肛周脓肿的发展密不可分，肛瘻大多继发于肛周脓肿自行破溃流脓后，遗留一条连通肛管内外的瘻道。同时肛周脓肿手术治疗后也有肛瘻形成的风险。

直肠肛门损伤：肛门锐器损伤，干结的粪块、误吞的骨头等对肛门的损伤，以及肛门镜检查等医源性损伤，细菌侵入伤口感染也可导致瘻管形成。

肠道炎症性疾病：肛瘻或肛周脓肿可以是炎症性肠病在肛周的表现，多发病于青少年，以复杂性肛瘻多见，患者往往伴有长期的排粪不规律、腹部不适等症状。

其他少见的原因：会阴部手术、结核、直肠肛管癌等。

如果您有肛瘻的危险因素，并出现肛周反复发作的“痘痘”，那您就得注意了，以下几点是您关心的问题：

1.肛瘻能自己好吗？

答案是否定的。肛瘻虽然破溃流脓后，症状会明显改善，甚至外口会愈合，但是仍然会反复发作，严重的可演变为复杂型肛瘻，甚至发生癌变，因此手术是首选的治疗方案。

2.通常采用什么术式？

我院根据每个患者的具体情况，采用肛瘻切开术、肛瘻切除术，高位肛瘻保护肛门括约肌的挂线术等，这也是目前国内外治疗肛瘻选用最多的术式，治疗效果最明确。还可以根据情况选择：括约肌间瘻管结扎术，直肠黏膜肌瓣推进修补术，肛瘻激光闭合术，以及肛瘻栓等。

3.手术会有后遗症吗？

一般而言，低位的、单纯性的

肛瘻，手术较简单，术后恢复快，康复后不会有明显后遗症。但是如果是高位、复杂性的肛瘻，或者瘻管出现癌变，手术创伤就大大增加，术后排粪失禁或肛门狭窄的风险跟肛瘻的复杂程度成正相关。所以肛瘻也应该早发现、早治疗。

4.除了手术，我还可以做什么？

虽然手术是首选方法，但是在术前或术后，你可以通过一些方法改善症状、促进术后恢复，比如避免辛辣、油腻食品，多进食富含膳食纤维的食物。养成良好的排便习惯，坚持肛门温水坐浴，保持局部清洁，促进血液循环，改善局部炎症。



本报讯（骨科：徐光辉 院办：陈宇娟）手机手、键盘手、妈妈手，这些熟悉的称呼，其实都是一种疾病的别称——狭窄性腱鞘炎。

小针刀治疗狭窄性腱鞘炎，让您告别「弹响指」！

狭窄性腱鞘炎是一种常见的腱鞘疾病，它又叫扳机指，弹响指。主要是由于长期劳动造成局部腱鞘增厚，肌腱在狭窄的腱鞘内滑动受到影响，出现疼痛、弹响、活动受限。

它常见于腕部、掌指关节等部位，由于长期的过度活动或劳损引起。狭窄性腱鞘炎的症状包括疼痛、活动受限、弹响等，严重时甚至会出现关节锁死的状态。

常见的狭窄性腱鞘炎主要包括以下几种类型：

弹响指：也称为扳机指，是指手指在弯曲和伸直时出现疼痛和突然卡住的现象，有时还会伴有响声。

桡骨茎突狭窄性腱鞘炎：这是发生在桡骨茎突处的狭窄性腱鞘炎，可能会导致拇指和手腕的疼痛。

福州王女士，因反复右手第一掌指关节疼痛伴活动受限1年，加重1个月来院就診。患者自述1年前无明显诱因出现右第一掌指关节疼痛，伴有屈伸可闻及弹响，曾口服消炎镇痛药及物理治疗后可缓解。1个月前出现局部疼痛加重，拇指伸直困难，局部压痛明显。

经我院骨科徐光辉副主任医师诊断为右拇指屈肌腱狭窄性腱鞘炎，俗称弹响拇或扳机指。遂行局麻下小针刀皮下松解术治疗，患者恢复情况良好，术后即刻可屈曲拇指，无需住院。

小针刀治疗是一种微创治疗方法，可以迅速缓解狭窄性腱鞘炎的疼痛和活动受限。小针刀治疗可以在肌骨超声的引导下进行，适用于各种类型的狭窄性腱鞘炎，特别是保守治疗无效的患者。

局麻下小针刀松解治疗狭窄性腱鞘炎具有操作简单、微创、痛苦小、见效快、治疗彻底、费用低等优点。

狭窄性腱鞘炎的预防

1.避免长时间重复的手部动作：狭窄性腱鞘炎多因手部过度使用引起，因此减少长时间重复的手部劳动，如家务、打字、使用鼠标等，可以有效预防腱鞘炎的发生。

2.注意手部休息：在进行手部劳动后，应该给予手部足够的休息时间。完成一定工作量后，可以进行手部放松活动，如伸展、旋转手腕等。

3.保持正确的姿势：在手部劳动时保持正确的姿势，避免用力过猛或不正确的用力方式，减少手部负担。

4.加强手部肌肉锻炼：适当的进行手部肌肉锻炼可以增强手部肌肉的力量和耐力，减少腱鞘的磨损。

5.使用适当的工具：使用符合人体工程学的工具，减少手部的用力。

6.注意手部保暖：寒冷会使手部肌肉和腱鞘的弹性降低，容易导致损伤，因此应注意手部的保暖。

“眼镜居然有寿命”？眼科专家回应！

不久前，#眼镜居然有寿命#这一话题冲上微博热搜，引发了公众对长期佩戴眼镜是否需定期更换一事关注。对此，海峡都市报记者咨询了我院眼科副主任医师林泰南。



林泰南医生指出，眼镜镜片有凹凸面，在日常使用时易产生划痕，且表面的增透膜也易随时间推移而剥落，从而导致镜片清晰度逐渐下降。另外，半框和无框眼镜在长期使用后可能出现框架变形，形成棱镜效应，造成使用者眼部酸胀、疼痛等不适。特别是散光患者，如果眼镜度数变化后未及时更换，继续佩戴旧眼镜，可能引发

头晕、头痛等症状。

此外，林泰南医生提到了市场上流行的变色眼镜，即在户外紫外线强时可变色为墨镜的眼镜，由于此类镜片在使用一段时间后，恢复透明的能力会减弱，因此建议消费者每隔1~2年进行更换。

针对不同年龄人群，林泰南医生提出了具体的眼镜更换建议：12周岁以下的儿童由于为好动，建议每年更换眼镜，而成年人则可在两年内考虑更换眼镜。对于近视或散光的儿童群体，建议每三至六个月就要去医院复查视力，而成年人则每年

复查一次即可，倘若复查结果显示视力正常、眼压和验光结果无明显变化，那么当前佩戴的眼镜则可以继续使用。

关于眼镜的日常保养，林泰南医生强调，市民们可以采用洗洁精或洗手液来清洁眼镜，尽量避免直接使用拭镜布擦拭。因为拭镜布常用于临时遮盖眼镜，其上粘附的微小沙粒在擦拭过程中会对镜片产生刮痕，故推荐大家使用专门的镜片擦拭湿巾来清洁眼镜，以保障眼镜的最佳使用效果及延长使用寿命。（转自海峡都市报）

激光治疗，点亮口腔健康

本报讯（口腔内科：陈佳婧）激光是20世纪以来人类的重大发明之一。它与太阳、白炽灯等普通光没有本质的区别，都是电磁波，但激光具有普通光源不具备的特性：高亮度、单色性、方向性和相干性。

激光可导致生物组织的切割或去除，形成组织的“消融”。利用这一原理，激光在医学上得到了广泛的应用。

在口腔治疗方面，激光已应用在牙体牙髓病学、牙周病学、口腔颌面外科学等方面。今天我们要和大家分享的就是激光在口腔牙周病治疗中的应用。

王先生（化名）饱受牙齿敏感问题的困扰，一吃冷一点或热一点的食物就牙齿酸疼，渐渐发展到咬硬的食物也不给力了，用了一段时间脱敏牙膏效果也不明显，于是来到我院口腔中心就診。医生接诊后仔细检查了他的口腔情况后，原来是牙齿磨损导致的牙本质敏感。针对王先生的问题，医生采取了激光脱敏的方法。做完，原本酸软的牙齿症状已明显好转。一个月后，医生对王先生进行电话回访，得知他牙齿敏感的问题没再出现，再也不用小心翼翼地吃东西了。

口腔内科疾病包括龋病、牙髓病及根尖周病、牙周病、口腔黏膜病等是口腔的常见病、多发病，患者常因难以忍受的疼痛或是无法正常行使

牙齿的咀嚼功能使得饮食及日常生活受到不良影响，随着口腔激光医学的发展，激光在口腔内科疾病治疗中的应用不断得到扩展，新的治疗方法趋向于保留更多的健康组织，力求更加精准、舒适地治疗。

一、激光用于常见口腔内科疾病的治疗

1.脱敏治疗：激光可用于治疗牙齿磨损、牙龈退缩以及牙根面暴露等多种原因所导致的牙本质敏感。相对于传统的脱敏治疗，激光脱敏的疗效更为确切且持久，且治疗操作简便，安全性较高。

2.牙髓治疗：由于根管系统解剖形态的复杂性等原因，常规方法难以彻底清除根管内的细菌。激光可以提高根

管系统内感染的清除率，促进牙髓病以及根尖周疾病的愈合。

3.牙周黏膜病的治疗：激光在牙周黏膜病的治疗中有较多临床应用，包括牙结石的去除、牙周袋内消毒、种植体周围炎的治疗、牙龈切除、牙龈延长术、智齿冠周炎的治疗、口腔溃疡的治疗等。与手术刀或电刀相比，激光具有出血少、视野清楚、疼痛较少、无异味等特点。

二、激光治疗的优势

在口腔疾病治疗领域，激光治疗展现出了明显的优越性。激光辅助治疗口腔疾病具有噪音小、疼痛少、安全性高、创伤少、出血少等特点，且对于部分口腔疾病以及疑难

口腔疾病，激光较传统方法更为方便且高效。

口腔疾病治疗的过程中医生始终密切关注病人在治疗过程中和治疗后的感受。在治疗过程中，患者通常不会感到疼痛或仅有轻微的不适，也不会产生剧烈的振动或噪音，大部分情况下也不需要缝合或拆线。经过激光治疗的大部分患者均表示，治疗过程中感到非常舒适，并且术后恢复速度快，疗效也十分明显。

三、激光治疗的安全性

在口腔疾病治疗过程中，患者的身体健康和安全始终是摆在第一位的。我院所使用的牙科激光设备经过了严格的质量审查，并由专业人员管理和使用，以确保其操作的安全性和稳定性。在适宜的参数设置和合理操作下，激光用于口腔疾病治疗的安全性较高。

好消息

我院口腔中心拥有双波长牙科激光治疗设备，两种激光可以在临床中配合使用，以获得更好的疗效。

运用牙科双波长激光，已开展了牙周病、牙本质过敏症、龋病、牙髓病及根尖周病、口腔黏膜疾病等口腔内科疾病的激光治疗，为患者提供满意的临床服务和全新的治疗体验。

