

# 手指甲边有倒刺 将它一撕到底?

医生提醒:倒刺如处理不当  
有截肢的风险

前日,香港演员邓萃雯在微博上称自己因拔倒刺入院手术,此事引发不少网友共鸣,纷纷感慨自己也有过“惨痛”的拔倒刺经历。医生提醒,倒刺不能随意处理,否则可能让细菌趁机而入,引发甲沟炎、脓性指头炎,严重者甚至可能要切除部分指节。



指甲边的倒刺经常令人很烦恼。 通讯员供图

## 男孩手撕倒刺导致甲沟炎

前几天,男孩鹏鹏发现自己指甲边缘部分起了些肉倒刺,打球时老是擦到,虽然不是很痛,但总是不太舒服。鹏鹏一咬牙,掐住翘起的表皮,用力一扯竟没扯掉,愤愤的他还用上了嘴,终于啃掉了讨人厌的倒刺。开了一道口的手指顿时流出了血,吹吹伤口还有些凉飕飕的,鹏鹏甩了甩手无视了。可谁知,随后的几天,伤口处愈发红肿,平坦的指甲边缘竟鼓了起来,碰着有些疼。看着情况总不见好转,父母便带着鹏鹏来到中国科学院大学宁波华美医院(宁波市第二医院)就诊,接诊的急诊科副主任医师陆晓臻一看鹏鹏手指便知,这是得甲沟炎了。好在鹏鹏的情况不算太严重,陆医生磨去了一部分指甲右缘,让它尽可能与甲褶皱(甲根浅面和甲体两侧的皮肤隆起)分离,并嘱咐鹏鹏尽量不要碰水,保持伤口干燥。在消炎药的帮助下,不到一周,鹏鹏的手指就痊愈了。

指甲周围出现倒刺,主要是因为皮肤角质层过干,发生表皮的分离。徒手撕倒刺时,有的撕到一半就断了,有的则撕得太深了,会导致细菌侵入甲沟及附近组织,引发炎症。陆医生说,“像这样的甲沟炎患者门诊常常遇到,一周可能有十几个,不少人都是手撕倒刺或者啃咬指甲导致的。”此外,常做家务的女性、清洁工以及洗护工,因为手指长期浸泡在脏水中,甲沟炎容易反复发作而且持续时间长。

陆医生还介绍,与其他部位的皮肤不同,指甲周围的皮肤致密,空间缝隙非常小,一旦发生感染,会向指甲上方扩散,皮肤出现“红、肿、热、痛”的发炎症状。有的人除了一般的痛感外,还会产生一种随着脉搏跳动而疼痛的感觉,称为“夜间波动性疼痛”。遇到这种情况,发炎的部位可能已经化脓,需要切开伤口引出脓肿。

## 因拔倒刺手指肿大两倍 只好拔除指甲治疗

有不少病人在得了甲沟炎后不重视、包扎不当,或是穿高跟鞋、踢足球,两侧的挤压让甲沟“无处呼吸”,发炎症状得不到改善,治愈时间无限延长,更甚者还会加重病情。

35岁的陈老板开了家小面馆,不久前发现自己撕过倒刺的手指有些发红,但完全没放在心上。但因为长时间接触洗盘子的脏水,导致手指越来越肿,还连着发了3天的烧,浑身难受的陈老板只好来到医院急诊寻求帮助。当他伸出手时,把医生都吓了一跳,肿胀的手指竟有一般手指的两三倍粗。随后陈老板就被诊断为“脓性指头炎”,需要拔除整个指甲,让甲沟不再受到压迫,并将内部的脓肿引流排出,术后又用了半个月

的抗生素,才把炎症控制住。陆医生说,甲沟炎治疗不及时,有可能会进展为脓性指头炎,通常需要切开手指两侧引流,感染严重者还可能

出现脓毒症、败血症甚至骨髓炎,面临截肢危险。医生建议,修剪指甲与倒刺时一定要用锋利的剪刀或指甲刀,如果流血了,要立刻消毒包扎伤口,并保持干燥。

记者 孙美星 见习记者 任诗好  
通讯员 郑轲

## 连续多日狂喝苹果汁 33岁小伙得了糖尿病

住院治疗一个多星期,严先生的血糖浓度总算降了下来,检测值正常。严先生没想到,爱喝苹果汁的他结果把自己喝进了医院。

严先生爱喝果汁,特别是苹果汁。前段时间,他常感口干,渴了就喝,有时候一天好几瓶,但还是不解渴。2月21日,严先生突感眼睛有点模糊,于是来到宁波市第九医院就诊。

接诊医生根据其描述,随即安排做了快速血糖检测,结果令人吃惊。严先生的血糖浓度高达33mmol/L。正常情况下,成年人餐后2小时标准为7.8mmol/L

以下,这意味着,严先生的血糖浓度高出标准值整整4倍。医生初诊为糖尿病,建议到医院内分泌科住院治疗。

严先生万万没想到,自己才33岁,竟然会得糖尿病。

宁波九院内分泌科医生介绍,很多人认为喝果汁就等于吃水果,更有甚者认为果汁比水果更健康,其实他们都错了。果汁在形成中不仅损失了水果中不少的膳食纤维、维生素C、抗氧化物等营养物质,相比水果,果汁含糖量还更高。例如苹果汁、橙汁的糖含量都在8%以上,葡

萄汁的含糖量更高达15%-20%。水果是固体状态,要咀嚼,胃排空的速度较慢;而果汁是液体,在肠道中的吸收速度也很快,血糖上升也快得多,长期喝果汁糖尿病风险会增高。

医生提醒说,糖尿病是一种不可治愈但可以控制的疾病,一旦患上糖尿病就需要通过饮食控制、体育锻炼、药物治疗、糖尿病教育、血糖监测等“五驾马车”全方面来治疗。管住嘴,迈开腿,建立起健康生活的意识与行动,预防糖尿病带来的危害。

记者 程鑫 通讯员 郑诚

## 12年间4次肝癌复发 他都挺过来了

专家:重视疾病 预防大于治疗

2月27日17时许,著名香港演员吴孟达因肝癌去世。

肝癌是我国的一大恶性肿瘤,发病率位居恶性肿瘤第4位。记者在采访中了解到,有些患者一发现就是晚期。然而,有人却在12年间4次肝癌复发,仍活得好好的。

## 4次肝癌复发他仍活得好好的

“这是我第4次手术了,医生说幸亏复查及时,新发的肿瘤还小,手术可以微创做,生存率还是很高的。”春节刚过,70岁的王先生就又到宁波市医疗中心李惠利医院报到了。离他第一次发现肝癌已过去12年,这次也是王先生第4次肝癌复发。

2009年,在一次体检中王先生查出肝硬化,并在肝脏查出5公分大小的肿块,确诊为早中期肝癌。他找到了该院兴宁院区肝胆胰外科病区主任王海彪,并微创下进行肿瘤切除,同时开展抗乙病毒治疗。

虽然发现的癌变是切除了,但王先生肝脏已经硬化长满了结节,为肝癌埋下了隐患。王主任提醒他定期复查,早点发现癌变的苗头。这之后他又复发了4次,所幸都被扼杀在起始阶段。

记者从宁波市医疗中心李惠利医院了解到,该院去年肝癌手术量达到371台,在浙江省公布的DRG(疾病诊断相关分组)排名中位于全省第4位。

肝癌的发病因素除了遗传因素,还和病毒感染、酒精肝、脂肪肝所致的肝硬化有关,“中国是乙肝大国,在我国超过90%的肝癌是乙肝所致。”专家说,“乙肝-肝硬化-肝癌被称为肝癌三部曲,而这个过程大致需要二三十年的时间。因此,五六十岁的人是肝癌的高发人群。”

## 高危人群应每3-4个月复查

据中国科学院大学宁波华美医院(宁波市第二医院)肝科专家、副院长胡耀仁主任医师介绍,目前肝癌早期诊断率低,导致70%~80%的患者在诊断时已经是中晚期。我国肝癌患者长期生存率不高有很多原因,其中最主要的是肝癌高危人群筛查仍需进一步普及。

胡耀仁建议,要想防治肝癌,必须警惕一些“不起眼”的早期症状。肝癌常见的临床表现有肝区疼痛、腹胀、纳差、乏力、消瘦,进行性肝大或上腹部包块等;部分患者有低热、黄疸、腹泻、上消化道出血等。

“原发性肝癌的预防,最重要的还是民众引起足够重视,高危人群一定要定期随访。”针对这类人群,尤其是肝硬化患者,胡耀仁建议,一定要根据医生意见,定期随访,以便肿瘤的早期发现、早期诊断、早期治疗。

记者 陆麒雯 孙美星  
通讯员 徐晨燕 郑轲

## 福彩开奖信息

双色球第2021020期:

01 03 06 07 09 11 02

3D第2021049期:7 4 7

15选5第2021049期:05 09 10 12 13

快乐8第2021049期:

01 02 04 10 22 23 24 33 35 39

47 50 54 56 62 67 74 77 78 79

## 体彩开奖信息

7星彩第21022期:0 2 5 9 2 6 0

6+1第21022期:9 5 8 9 8 7 7

20选5第21049期:04 08 11 13 16

排列5第21049期:6 0 3 9 3

(均以公证开奖结果为准)