

门诊连线

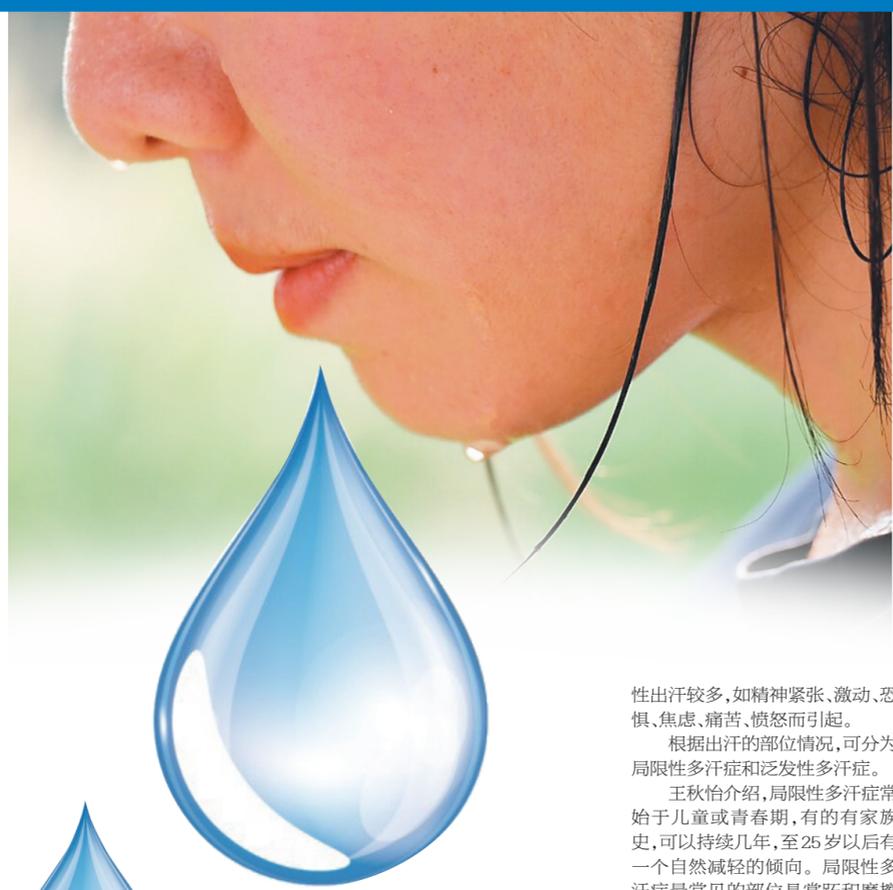
6月21日 迎来中国传统节气中的夏至。炎热的天气下,出汗对于大家来说是一件十分正常的事情。生活中,有很多人是易出汗体质,尤其是到了夏天,动不动就大汗淋漓。老一辈人通常认为,出汗就是在为身体排毒,其实不然。如果在同一温度下,出汗量比别人多,有可能是身体发出了警告。

出汗,这个我们日常生活中司空见惯的生理现象,实则是身体健康的晴雨表。多汗症,这个看似简单的问题,可能是多种疾病的征兆。近期,海南医科大学第二附属医院新开设多汗症门诊,让我们一起走进该门诊,揭开那些不为人知的“汗情”奥秘。

本报记者 侯赛 通讯员 谭莹

# 揭开鲜为人知的「汗情」

## 探访多汗专症门诊



### 难以控制的“汗如雨下”

“一年多了,不管冬天还是夏天,每次吃饭时都会满头大汗,主要是头部和颈部。起初还以为自己是‘低血糖’,就服用了一些升糖食品并减少了胰岛素用量,但多汗的情况也一直没有好转。”65岁的符老伯讲述,自己患有2型糖尿病10多年,一直以来血糖控制较差,因为自己出汗太多,便被家人提醒,要不要去多汗专症门诊看一下,后经医生诊断,确诊为糖尿病味觉性多汗症。

41岁的市民张女士多汗的情况又不一样。第一次来到多汗专症门诊时,她精神状态很差,并表示自己近两个月一直有心悸、手抖、怕热、汗多的情况,且特别容易烦躁生气,睡眠也不好。“汗流不止,总是感到饥饿,大便次数也比以前多了。”张女士说,后来确诊是甲状腺功能亢进引起的多汗。

“你有过那种夜里突然被惊醒,发现自己出了一身汗,床单和被子都湿透的经历吗?”20多岁的小赵是一位外卖小哥,工作后,他明显感觉自己出汗的情况比上学时候严重多了,不过,因为日常工作需要具备良好的体力,所以他也太不在意这个情况,直到一天夜里,他在身体没有任何不适的情况下入睡,却被“硬生生”冷醒,睁开眼才意识到自己的汗液浸湿了床垫和被单。是经常不吃早饭的原因吗?还是工作压力太大了……小赵开始担心自己的健康。

### 多汗:疾病的隐形先兆

一些看似平常的出汗现象,其实隐藏着我们身体的秘密语言。海南医科大学第二附属医院内分泌科副主任医师王秋怡介绍,多汗症的成因复杂多样,可以分为器质性疾病和功能性失调两大类。

器质性疾病导致多汗主要见于内分泌失调和系统性疾病,如糖尿病、甲状腺功能亢进、高血压、垂体功能亢进、充血性心衰;神经系统疾患,如脑震荡、偏瘫、脊柱外伤;肿瘤,如转移性肿瘤、类癌;以及感染性疾病,如疟疾、结核、波浪热等。功能性多汗症一般以精神

性出汗较多,如精神紧张、激动、恐惧、焦虑、痛苦、愤怒而引起。

根据出汗的部位情况,可分为局限性多汗症和泛发性多汗症。

王秋怡介绍,局限性多汗症常始于儿童或青春期,有的有家族史,可以持续几年,至25岁以后有一个自然减轻的倾向。局限性多汗症最常见的部位是掌跖和摩擦面,如腋下、腹股沟、会阴部。其次为前额、鼻尖和胸部。掌跖多汗可以是持续性或短暂性的,由情绪波动造成,没有季节区别,常出现手足发冷甚至发绀现象,日久可伴手足角化表现。腋部出汗可由体热或精神活动所诱发。

泛发性多汗症多由全身性疾病造成,只要这些全身性疾病得到控制,多汗的情况就能得到解决。主要由以下几种疾病导致:

**糖尿病:**严重的低血糖发作时出现的多汗;周围神经病变时发生的上半身代偿性多汗,下半身无汗;主要发生在面、颈部的味觉性多汗。

**甲状腺功能亢进症:**过多的甲状腺激素导致交感神经兴奋性增高,人体处于高代谢状态,产热过多,引起多汗。甲亢患者还常会出现心悸、体重减轻等症状。

**嗜铬细胞瘤:**大汗淋漓伴血压升高、面色苍白,肿瘤分泌过多儿茶酚胺通过血脑屏障,激活中枢性散热,同时基础代谢率升高,产热增多,导致多汗。

**帕金森病:**以头面部、颈部及躯干上部出汗为主,而下肢一般表现为少汗,且出汗时间不固定,严重者可汗出如珠。

**结核:**肺结核可导致患者出

### 哪些出汗症状需要特别注意?

- 出汗多伴发热、午后潮热、夜间盗汗、体重减轻需注意结核。
- 在安静状态下满头大汗伴四肢发凉、面色苍白、心前区疼痛,可能是急性心肌梗死、心绞痛的征兆。
- 大汗淋漓伴心慌、手抖、头晕、恶心可能出现了低血糖。
- 儿童汗液中有鼠尿味、皮肤、毛发色素淡,智力发育落后,可能是遗传性疾病苯丙酮尿症。
- 多汗、消瘦、心慌、手抖、颈部增大、脾气暴躁可能是甲状腺功能亢进症。

(侯赛 辑)

看似平常的出汗现象隐藏着我们身体的健康秘密。资料图

汗,表现为夜间盗汗,即睡着后大量出汗。与结核分枝杆菌入侵人体,导致发热有关。

**更年期综合征:**身体潮热、出汗伴失眠、胸闷、情绪不稳定,原因为女性即将进入绝经期,身体雌激素分泌减少,血管舒缩功能异常,影响交感神经功能。

### 出汗多好还是出汗少好?

人之所以会出汗,其实是为了调节体温,保持体温稳定。当外界环境温度过高或是进行了大量活动,出汗可以帮助散热,让体温保持在36℃~37℃的范围,维持身体的正常运转。正常情况下,成年人一天排出的汗液在500ml以上,高温、运动时排汗量会更多。

有一种说法,出汗多代表新陈代谢快,可以排毒。这种说法靠谱吗?“汗液内99%以上为水分,其余成分仅有0.5%~1.0%,包括乳酸、蛋白质以及氯化钠等。所谓的出汗多就是排毒多,其实没有科学依据,能通过汗液排出的毒十分有限,身体的新陈代谢更多是通过肝脏、肾脏来排出代谢废物。”王秋怡表示,出汗太多不好,出汗太少也不好。出汗多需注意排除一些疾病因素影响,出汗少也分为生理性和病理性,生理性常见于摄入水分少或脱水,病理性可见于内分泌性疾病(如甲状腺功能减退症、垂体功能减退症、尿崩症)、干燥综合征、部分皮肤疾病损失汗腺、神经系统疾病(如脊髓炎、脊髓空洞)等。生理性出汗少需补充水分,病理性出汗少则需及时到医院就诊。

## 医线速递

### 定安不断升级医疗服务体系 患者“刷脸”挂号结算

■ 本报记者 陈子仪

“身体恢复还不错,心情好多了。”近日,一位来自定安的黄先生在海南省人民医院定安分院做完检查,听到医生说各项指标显示正常,他松了口气。就在不久前,黄先生在海南省人民医院定安分院做了脑保护伞下颈内动脉支架植入术。“当时真没有想到,县医院也能做这么大的手术。”黄先生说。

“要是早两年,只能把黄先生这样的颈动脉狭窄的患者转到省里治疗。如今,我们可以独立开展一些难度系数高的手术,并且术后效果良好。”海南省人民医院定安分院党委书记陈武艺介绍,随着海南省人民医院托管帮扶定安县人民医院,定安县人民医院大病诊治能力迅速提升,面对一些疑难杂症,医院也具备了手术治疗的能力。

海南日报记者了解到,自海南省人民医院托管帮扶定安县人民医院以来,海南省人民医院长期派驻来自消化内分泌科、感染科、呼吸内科、妇科等多个专业的25名专家进驻定安分院全面开展诊疗工作,实现人才、管理、技术、服务、文化等全方位资源下沉至县人民医院,让定安百姓在家门口就可享受省级优质医疗服务。

引入海南省人民医院优质医疗资源是定安深化医疗改革的生动体现。定安着力破解群众看病难、看病贵、看病烦问题,推动定安医疗服务体系从“有”到“优”,让群众少花钱、少跑路。

在海南省人民医院定安分院的结算窗口,以往等着结算的长队不见了。门诊大厅里,一位患者来到医保业务综合服务终端设备前,凑近刷脸终端,设备上就准确显示出患者的姓名。“通过摄像头刷脸,今天的医药费用就从医保卡里扣了。”身旁的护士手把手教患者如何使用该设备缴纳医药费用。

今年4月,海南省人民医院定安分院投入多台医保业务综合服务终端设备,患者不用刷卡,不用带手机,仅靠刷脸,就能完成挂号、就诊、取药、结算等看病就医流程。“我们正在推动从‘卡结算’到‘码结算’再到‘刷脸结算’的转变,力争实现‘全流程无感就医’。”陈武艺表示,该院正在引进AI智能导诊,帮助患者理清就诊线,使就诊流程变得更加顺畅简洁。

## 医线新发现

### 动物能帮助检测癌症吗?

■ 刘霞



美国密歇根州立大学科学家发现,蜜蜂可以检测到人类呼吸物中与肺癌相关的生物标志物。而且,蜜蜂只需闻细胞培养物的“气味”就可以区分出不同类型的肺癌细胞。这些发现有望帮助科学家开发出新测试模型,尽早诊断出肺癌。相关论文发表于最新一期《生物传感器与生物电子学》杂志。

西班牙《趣味》杂志曾刊文指出,狗、鸽子和老鼠等动物出色的嗅觉和敏锐的视力使其能比许多人类专家更准确地发现某些疾病症状。例如,美国加利福尼亚大学戴维斯医学中心研究人员发现,通过学习,鸽子能辨认图像中乳腺组织是健康的还是癌变的。

最新研究负责人德巴金·萨哈表示,昆虫和狗一样有着惊人的嗅觉。他们希望弄清楚蜜蜂能否区分出健康和肺癌患者呼吸中的化学物质。为此,他们使用不同浓度的三氯乙烯和2-甲基庚烷等6种化合物,合成出肺癌患者和健康人士的呼吸混合物,并在约20只蜜蜂身上开展了测试。

研究人员设计出一款3D打印带来固定活蜜蜂,同时在蜜蜂大脑上连接了一个微小的电极,以测量蜜蜂大脑信号的变化。他们将这些气味混合物传递给蜜蜂身上的电极,并记录蜜蜂大脑中的神经信号。结果在蜜蜂大脑中检测到几种不同的神经元放电,可以区分出肺癌患者和健康人士的呼吸物。此外,他们还发现,蜜蜂可以区分呼吸混合物化学浓度的非常微小变化。

研究人员还利用不同类型的人类肺癌细胞培养物进一步开展实验。他们使用基于蜜蜂大脑的传感器来测试肺癌细胞气味。结果表明,利用这些传感器可以区分出肺癌细胞、非小细胞肺癌细胞和健康细胞。

研究人员指出,这意味着蜜蜂不仅能检测出肺癌细胞,还能区分肺癌细胞的类型,这对于肺癌早期快速检测至关重要。这项研究也将为更多生物和嗅觉检测疾病技术打开大门。

据科技日报

医卫贴士

# 趁「热」收下这份防暑指南

■ 本报记者 陈子仪

近期,我省迎来高温天气。海南省气象台接连多日发布高温预警,海口、澄迈、儋州、临高、白沙、定安、屯昌、琼海等多个市县大部分乡镇出现37℃以上的高温天气。

高温天气是我国夏季的主要气象灾害。高温天气除了引起与体温调节有关的生理机能紧张外,因人体处在热应激状态,还会诱发中暑、热伤风、热中风、腹泻等疾病,并可能加重原有的心脑血管疾病症状。日常生活中,我们应该如何科学应对中暑呢?琼海市中医医院急诊科主任李滨带来健康提示。

“中暑在我们生活中很常见。”李滨介绍,在高温环境下,人体体温调节、水盐代谢、消化、神经、泌尿和循环系统会出现生理功能的改变,当这些变化超过人体可承受的限度时,就会带来不良影响,导致急性热致疾病,也就是中暑。

中暑并不是短时间内导致的,表现为由轻及重的连续过程,可分为轻度中暑、中度中暑、重度中暑。轻度中暑的症状是口干、恶心、头昏、乏力等。重度中暑按严重程度依次分为热痉挛、热衰竭、热射病。其中,热射病是最为严重的中暑表现,并可能造成一系列严重并发症和后遗症,致死率较高,人们应当对热射病有足够认识并尽量避免发生。

哪些重点人群需要更加注意防暑?除了儿童、老年人、孕妇和慢性基础性疾病患者,外卖员、环卫工人、交管人员、快递员、建筑工人等户外工作者尤其需要更加注意,谨防中暑。

李滨表示,如若身边人存在中暑现象,基本原则是使其迅速脱离高温环境,积极采取

降温措施,同时补充水分及电解质。轻度中暑通常在立即脱离高温环境至阴凉通风处,同时予以口服含盐饮料后,大多患者可恢复。

对于中度中暑患者,应迅速将病人撤离引起中暑的高温环境,选择阴凉通风的地方休息,解开病人的衣扣、裤带,并让患者立即喝下含盐的凉开水,使其安静休息。同时,为患者泼水或用水擦身。泼在皮肤上的水,蒸发较快,以提高降温的效率。如可能,将患者移到有冷气设备的地方。也可在额部、颈部涂抹清凉油、风油精等,或服用十滴水、藿香正气水等中药。如果出现血压降低、虚脱、神志不清等重度中暑情况,应立即拨打120电话,急送医院抢救。

“并非所有中暑都发生在暴晒下。”李滨提醒,部分老年人不习惯开风扇或吹空调,在空气不流通的室内,仍然有可能发生中暑。市民群众也应对此类中暑情况保持警惕。

日常生活中,我们应该如何防范中暑?“每年夏天,总会有个别群众因为疏忽,未采取有效预防措施,而致中暑现象发生。”李滨建议,户外工作者应该在高温天气期间调整作业时段,减少暴露在高温环境下的时间;穿宽松浅色透气衣服,在太阳下活动时做好防晒措施如戴遮阳帽、涂抹防晒霜;可通过食用西瓜、绿豆汤、凉茶等清凉食物补充水分。

海南日报记者还了解到,为了帮助群众度过炎炎夏日,琼海市中医医院每年定期在夏季免费供应凉茶,有需要的市民游客可自行前往琼海市中医医院新区门诊大厅领取。

食话实说

# 宝藏中药,你了解吗?

■ 本报记者 侯赛 通讯员 全锦子

## 荔枝核、花生衣、鸡蛋花……

荔枝核、花生衣、柿蒂、木棉花、鸡蛋花……这些生活中常见的东西不仅与我们的日常生活息息相关,更是中医药宝库中的一员。今天,让我们跟随海口市人民医院中医科副主任医师林捷来揭开这些日常小物的神秘面纱,了解它们不为人知的药用价值。

### 荔枝核:温中散寒

炎炎夏日,荔枝因其甜美多汁而备受喜爱。然而,我们往往忽略了荔枝核的药用价值。荔枝核性温,具有温中散寒、行气止痛的功效。在中医中,荔枝核常用于治疗胃寒腹痛、疝气疼痛等症。下次品尝荔枝时,不妨留下核,将其晒干后,泡水饮用,感受它带来的温暖。

### 花生衣:补血养颜

花生,作为零食界的常客,其外层的红衣——花生衣,却鲜有人知道它的药用价值。花生衣含有丰富的铁质和维生素E,是补血养颜的佳品。在中医中,花生衣常被用来治疗贫血、改善皮肤干燥,甚至对于缓解疲劳和增强记忆力也有显著效果。下次吃花生时,不妨保留这层红衣。

### 柿蒂:安神定惊

秋天,是柿子成熟的季节。柿蒂,这个我们通常丢弃的部分,其实在中医中有着安神定惊的作用。柿蒂含有柿酸等成分,能够平肝息风,对于治疗失眠、多梦、心悸等症状有着显著效果。在中医中,柿蒂常与其他药材配伍,制成汤剂或丸剂,帮助人们安定心神。

### 柚子核:疏肝理气

柚子,以其酸甜可口和清新香气,成为冬季的热门水果。而柚子核,这个常被我们忽略的部分,却有着疏肝理气、缓解胸闷的功效。在中医中,柚

子核被用来治疗肝气郁结引起的胸腹胀痛、情绪抑郁等问题。下次食用柚子时,不妨保留核,将其晒干后,泡水或煎汤饮用,让心情舒畅。

### 木棉花:清热解暑

木棉花,以其鲜艳的红色和独特的形态,成为城市中一道亮丽的风景线。木棉花不仅美观,其花瓣和花蕊在中医中还具有清热解暑、止血的功效。木棉花常用于治疗感冒发热、咳嗽等症。在春季,不妨采摘一些木棉花,晒干后泡水饮用,享受它带来的健康益处。

### 鸡蛋花:清热解暑

鸡蛋花,以其清新的香气和淡雅的花色,成为夏日里人们喜爱的花卉之一。鸡蛋花在中医中具有清热解暑、生津止渴的功效。它可用于治疗中暑、口渴、消化不良等症。在炎热的夏季,泡一杯鸡蛋花茶,感受它带来的清凉与舒适。

### 荷叶:减肥降脂

荷叶,作为荷花的陪衬,常被人们忽视。然而,在中医中,荷叶被认为具有减肥降脂、利尿通便的功效。荷叶中含有的荷叶碱等成分,可以帮助人们减轻体重,降低血脂。在夏季,泡一杯荷叶茶,享受它带来的健康益处。



荔枝核。资料图