

警惕! 男性也会患乳房疾病

■ 李本

我们常常认为乳房疾病是女性的“专利”，但事实并非如此，男性也一样会患乳房疾病。虽然男性的乳腺发育不如女性成熟，但这并不意味着男性就没有乳腺。

部分男性由于各种原因会引起乳房增大，甚至乳房形状如女性，这种现象称为男性乳腺发育症。虽然这种疾病并不常见，可一旦患病，男性患者的身心都会受到影响。

成因分类

男性乳房发育分为生理性、病理性和少数特发性。

1. 生理性

(1) 新生儿受血液循环中及胎盘产生的雌激素影响，乳房变大，生后一周左右消失，极少数可持续数年。

(2) 青年发育期的部分男性伴有不同程度的乳腺发育，多持续数年，逐渐自行消失，也可终身不消退。

(3) 中年以后，由于垂体促性

腺激素分泌增加，引起性激素的平衡失调，男性功能开始减退时，常有一过性乳房发育。

2. 病理性

(1) 睾丸肿瘤，如绒毛膜上皮癌、间质细胞瘤。

(2) 肾上腺皮质肿瘤，此类常为恶性肿瘤，发生于青春期或成年人，除乳房发育外，还伴有睾丸萎缩，阴茎缩小，性功能减退，尿中酮类固醇及雌激素排量增多。

(3) 甲状腺功能减退，可伴随促甲状腺激素、促性腺激素及其他垂体激素增多。

(4) 性腺发育异常，如男子两性畸形，睾丸发育不良，伴有垂体促性腺激素增多。

(5) 肝硬化、肝癌及肝炎等肝功能受损，可能由于体内雌激素灭活作用减弱，使雌激素水平增高。

(6) 营养不良恢复期，由于长期营养不良，或慢性消耗性疾病，对缺乏蛋白质敏感的性腺和垂体功能一旦营养得到改善，体力逐渐恢复后，垂体促性腺激素分泌

功能重新活动。

3. 特发性

部分男性乳腺发育找不到明确的原因，各种激素测定均正常，这样的情况称为特发性男性乳腺发育。

如何治疗

生理性的男性乳房发育以新生儿期和青春期最为多见，此时的异常发育往往是短暂的，也通常为良性。但发生在青年和中年时的异常发育多被认为是异常情况，需要进一步的检查排除乳腺癌或其他异常增生的可能。

目前的常用治疗方法有药物治疗和手术治疗。

药物治疗。在医生的明确诊断下找到病因，对症进行治疗。

手术治疗。如果经过一段时间药物治疗无效或是乳房已发育多年，已成为患者感到极为烦恼的精神负担，或者疑有癌变者则需通过外科手术切除异常发育的乳房腺体组织。

手抖就是帕金森病吗

■ 周颖仪 欧乐怡

据调查显示，当前我国存在数百万手抖人群，已经接近全球手抖总人数的一半。提及手抖，我们很容易就将其与帕金森病联系起来。据报道，帕金森病的发病年龄主要在50岁以上，但现今我国数百万手抖人群50%以上年龄集中在20~30岁。因此，手抖并不一定是帕金森病。实际上，手抖只是帕金森病的常见表现形式之一。

手抖是什么

手抖，又称震颤，在临幊上可分为静止性震颤、运动性震颤、姿势性震颤、肌张力障碍性震颤等，常见的病因有帕金森病、肝豆状核变性、肝性脑病、小脑脑干病变、脑动脉硬化、脑缺血、药物中毒等。手抖主要表现为手不随意

的、有节律性的颤动，但“病根”多在脑神经，有生理性与病理性之分。

生理性震颤。生理性震颤



是指没有支撑时四肢和头部表现出轻微的颤动，通常看不出来，疲劳、激动时才表现出来，幅度小、速度快、无规律，随情绪稳定而消失。

病理性震颤。病理性震颤主要出现于帕金森病、酒精中毒、小脑病变等人群中，常明显持续存在。

常用疗法

物理治疗。手抖时通过重复动作等适当锻炼来缓解手抖。

药物治疗。药物治疗时需要医生的明确诊断，不能自行服药，自行服药风险大。

针灸治疗。由中医施针，以局部取穴为主，可以选择合谷、内关、外关、曲池等穴位进行针灸，可达到一定的治疗效果。

皮肤长期摩擦生茧怎么办

■ 李卓思

老茧，大家都比较熟悉，是人体皮肤由于劳动过程长期摩擦造成皮肤表皮细胞坏死而形成的，主要出现于手掌、足底等部位，类似的皮肤问题还有鸡眼。这两种皮肤表面症状非常相似，但是造成的结果却截然不同。

老茧常常呈现中间厚、边缘薄、面积大的特点，变厚的角质层状态也比较均匀。鸡眼常发生于足底、手背和指尖，当皮肤的角质层变厚以后，会深深地插进皮肤的深处，因为角质层较硬，所以常

常会伴有疼痛感，严重时甚至会影响日常生活。

老茧去除方法

1. 注意日常对自己身体的保养，定期泡一个热水澡，促进血液循环，可以在一定程度上软化老茧；

2. 对已经形成的厚角质层，不期望一下子全部去除，而是用搓脚板，在老茧软化后，每天去除一小点。这样可以减少伤害到真皮层的风险，不让老茧继续变厚，同时也慢慢除去积累的角质层。

“鸡眼”去除方法

1. 去专门的皮肤科，听取医生的建议，清楚地判断自己脚上鸡眼的进展情况；

2. 轻则通过涂鸡眼膏或使用相应的处方药，重则通过手术去除；

3. 鸡眼的形成原因是长期慢性的摩擦，要想预防足底长鸡眼，就要注意选取一双合适的鞋子，尽量减少不必要的摩擦。同时和去除老茧一样，注意用温水浸泡双脚，并定期去除脚上的角质层。



一周漫话

支持单位:市委宣传部

主办单位:市卫生健康委、市科协

核酸采样的“棉签”安全吗

图/溪红柿

在做核酸检测时，你有没有想过，这根状似“棉签”的核酸采样拭子是否安全呢？

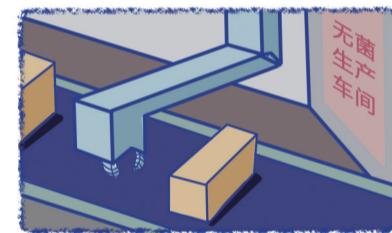
材质安全 类似牙刷

事实上，采样拭子不是棉签，它的材质是聚酯或者尼龙纤维，跟日常生活中的牙刷比较类似。聚酯或者尼龙纤维材质易脱离到保存液里，方便后续实验室进行相关的检测。



生产环境有要求 质监有标准

采样拭子属于医疗器械，生产环境和要求非常严格，质量监管也有相关标准，最基本的标准就是无毒无害，生产过程中也不会产生有害物质。



采样对个体没伤害

核酸采样过程中会有一些刺激，不同的人感受不一样。比如有的人咽部比较敏感，采样后会觉得不舒服，有异物感，就会产生痒感或者呕吐的感觉，有的人容忍度就会大一些。个体差异比较大，但一旦采样完成就很容易缓解，所以采样对个体没有伤害。



采样规范操作

根据国家卫生健康委发布的口咽拭子采集方法，在采集咽拭子的过程中，被采集者需要头部微仰，嘴要略微张大，露出两侧的咽扁桃体，采样者需要在两侧的咽扁桃体和咽后壁进行采样。人体的口咽属于柔软的组织，在采集过程中既要保持有力度进行一些擦拭、刮拭，同时还要避免对咽后壁产生损伤。要尽量避免采集拭子触及脸颊以及嘴唇。

采样区域

