演员海清患“怪病”上热搜

2月底,知名演员海清讲述自己患“怪病”的经历登上热搜,引发热议。专家表示,虽然这是一种退变性疾病,但有些人群还是要小心,不注意保护,疾病还是会“找上门”。

自曝患病,海清称疼痛难忍

海清在一段采访中透露自己患上了“怪病”:从2021年开始,她的肩膀出现韧带撕裂,而后演变成双侧韧带撕裂,并长出了囊肿。情况最严重时,即便身上一直挂着理疗仪,但依然痛得彻夜难眠。不少网友表示,身边也有很多人患上类似的疾病。“和我妈的症状一模一样,医生说了,这是肩袖损伤。”“尤其是晚上疼得睡不着,吃什么药也不管用。”

肩袖损伤晚上疼痛更明显

安徽省合肥市第二人民医院骨科主任医师胡联英表示,海清所说的“肩膀撕裂”属于肩袖损伤的一种。一旦肩袖出现了损伤,将会直接影响到肩关节的活动,同时出现较为剧烈的疼痛。“尤其是做上抬、上举等动作时,损伤点疼痛会更强烈。”此外,肩袖损伤有个非常明显的特点,到了晚上疼痛感会更剧烈。

肩袖损伤虽然是一种退变性疾病,大部分是随着年龄增加出现关节退变,但还有一部分是由于外部损伤造成。“比如喜欢挥拍运动的人群,或是经常做上抬、上举动作,搬重物等体力活的人群,这种疾病更易发生。”胡联英表示,糖尿病人群也需注意,肩袖负重出现损伤,可能引起关节粘连,导致肌腱变性,关节失去张力。

江苏省无锡市人民医院康复医学科副主任医师袁鹏分析,海清说的后背韧带撕裂长囊肿一般由肩周炎、肩袖损伤引起,这是由于慢性炎症炎性渗出,若时间较长,炎症没有及时吸收就会在损伤处形成囊肿。

出现这种情况要及时就医

“肩袖损伤主要表现为出现较强的疼痛感,肩无力,抬举等动作受限。”胡联英表示,如果肩袖损伤较小,没有形成破裂口,患者要注意休息,不要做抬、举等动作,可采取外用膏药、口服消炎镇痛药或局部理疗、热敷等方式来缓解疼痛。一般三周到一个月左右症状会有所改变甚至消失。如果肩袖有撕裂口或是疼痛始终难以缓解,甚至有加重的情况,应及时就医。如果诊断为肩袖撕裂,则需要通过微创的肩关节镜手术等方案来治疗。(摘编自《合肥晚报》《江南晚报》)

温馨提醒

报纸好看,也不要一口气全读完。读了半小时,请休息5分钟。

热疗助放化疗一臂之力

一年前,浙江台州58岁的邵先生发现脖子上有个不大不小的肿块,今年年初,肿块长得越发夸张,乍一看,像拥有两个脖子。就诊后,他被诊断为鼻咽部恶性肿瘤,并出现颈部转移病灶。医院建议邵先生使用“热化疗”+“热放疗”的方式治疗。四个疗程下来,肿块消失了。

肿瘤热疗泛指用射频、超声、微波、激光或红外线等物理手段进行加热治疗肿瘤的一类方法。它已成为继手术、放疗、化疗和生物免疫疗法之后的第五大疗法。热疗除可以单独治疗肿瘤外,还可与化疗、放疗、生物免疫治疗等有机互补,更有效地杀伤恶性肿瘤细胞,减轻放化疗的毒性。该疗法对缓解癌性胸水、腹水等肿瘤表征症状效果显著,而类似于头颈部的浅表癌症的治疗都可以尝试联合该方法。此法目前已纳入医保。(浙江省肿瘤医院头颈放疗科病区主任医师 姜锋)

嘴烫伤别含冰块

很多人烫到舌头或口腔时,会立马喝冰水或含冰块。其实这样不对。正确的做法是吐出热汤汁或热食物后,反复含漱冷开水或盐水15—30分钟。如果疼痛明显,出现脱皮、溃疡等症状,含漱后4小时内禁食禁水,并用生理盐水、复方硼酸、康复新液等漱口,必要时服用抗生素、维生素B2等。(中山大学附属第一医院耳鼻咽喉科主任医师 吴旋)