

浙江省医学会、杭州市卫生局、杭州文化广播电视集团
联合推出电视栏目《相约健康》系列丛书之三

关注身体的

危险

信号

——健康追踪50例



浙江出版联合集团
浙江科学技术出版社

浙江省医学会、杭州市卫生局、杭州文化广播电视集团
联合推出电视栏目《相约健康》系列丛书之三

关注身体的

危险

信号

——健康追踪50例



浙江出版联合集团
浙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

关注身体的危险信号. 健康追踪 50 例之三/杭州电视台生活频道编写. —杭州: 浙江科学技术出版社, 2012. 10

(相约健康系列丛书)

ISBN 978-7-5341-5154-5

I. ①关… II. ①杭… III. ①疾病—诊断—普及读物
IV. ①R44-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 246271 号

书 名 关注身体的危险信号——健康追踪 50 例之三
编 写 杭州电视台 生活频道

出 版 浙江科学技术出版社

网 址 www.zkpress.com

杭州市体育场路 347 号 邮政编码: 310006

联系电话: 0571-85170300-61707

E-mail: yxw@zkpress.com

排 版 杭州大漠照排印刷有限公司

印 刷 浙江新华印刷技术有限公司

经 销 全国各地新华书店

开 本 710×1000 1/16

印 张 15

字 数 250 000

版 次 2012 年 10 月第 1 版 2013 年 5 月第 2 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5341-5154-5 定 价 22.00 元

版权所有 翻印必究

(图书出现倒装、缺页等印装质量问题,本社负责调换)

责任编辑 余旭伟

封面设计 金 晖

责任校对 李宁宁

责任出版 崔文红

序 言

PREFACE

随着经济社会的快速发展和人民群众生活水平的不断提高,健康越来越受到人们的重视。人们对健康有个生动的比喻:健康是1,其他都是0,只有1的存在,后面的0才有意义。这些年来,我省医疗卫生事业不断发展,城乡居民的健康素质不断提高,人均期望寿命从2000年的74.88岁提高到2009年76.69岁。但是,由于环境、气候和人类饮食结构、生活方式的不断变化,我省城乡居民的疾病谱也发生了明显改变,慢性非传染性疾病已成为居民死亡的主要病因。世界卫生组织研究表明:控制危险因素可减少80%的心脏病和40%的肿瘤发生。因此,积极开展健康教育,大力普及医学知识,提升公众健康素养已成为各级各类卫生部门、学术团体和新闻媒体的工作重点。

近几年来,浙江省医学会、杭州市卫生局和杭州文广集团在杭州电视台生活频道联合推出一档由医学专家剖析典型医案的健康故事节目——《相约健康》,深受公众的欢迎和好评。此次他们从已播出的数百期电视节目中精选了部分节目文稿,编印成丛书——《关注身体的危险信号——健康追踪50例》,讲解了每个案例的身体征兆、分析建议、采访实例、专家提醒等内容,图文并茂,通俗易懂。该丛书由浙江大学医学院附属第一医院、第二医院、邵逸夫医院等50名医学专家根据不同的医案参与汇集编著,不仅对公众居家保健和寻医问药具有较高的参考价值,而且对基层医务人员的临床实践也颇具借鉴意义。希望通过此丛书的推出,能给读者带来健康的新理念和提供具体的健康教育和帮助。

浙江省卫生厅厅长

杨敬

电视栏目《相约健康》系列丛书

编辑委员会

主 任：吴文平 骆华伟 滕建荣

副 主 任：於 敏 徐佳伦 王 莉 方健国 杨 莅

编 委：王其玲 方 序 朱真伟 陈智能 黄飞华

刘春林 米明辉 范 勇 郑国勇 沈荣林

虞玉凤 寿红艳 汪红梅 何琮琮 毛国雄

方慧君 邵珍珍 黄彩红

执行主编：方健国

丛书策划：毛国雄

《相约健康》

电视栏目主创人员

制 片 人：毛国雄

主 持 人：王 和

编 导：邵珍珍 任 婧 寿 俊 金蕾蕾

摄像、后期：赵 辰 宋 鹏

法 律 顾 问：浙江天卫律师事务所 赵丽华

浙江浙杭律师事务所 方志华

监 制：王 莉 方健国 杨 莅

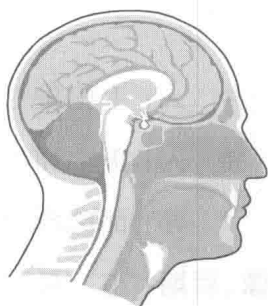
总 监 制：骆华伟 滕建荣 於 敏 徐佳伦

目 录

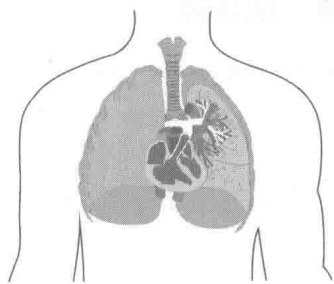
CONTENTS

头、颈部

1. 不可轻视的口腔白斑 / 1
2. 沈小姐的噩梦 / 5
3. 蹊跷头晕、失明的背后 / 9
4. 奇怪的视觉 / 13
5. 视力模糊的根源 / 18
6. 退休教师突然消瘦之谜 / 23
7. 四岁孩子得了“老年病” / 27
8. 她为何常流泪 / 31
9. 失明，祸起车祸吗 / 36
10. 牙出血的隐患 / 41



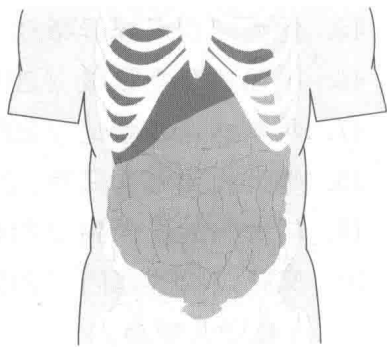
胸 部



11. 胸痛和咳嗽不停之谜 / 45
12. 他为何经常腰酸乏力 / 49
13. 腰痛，骨质增生惹的祸吗 / 53
14. 蹊跷的“感冒” / 58
15. 是小硬块惹的祸吗 / 63
16. “失声”背后的凶险 / 68
17. 年轻女子为何病恹恹 / 72
18. 咳嗽为何久治无效 / 76
19. 容易误诊的咳嗽、发热 / 81
20. 胸口发热、上腹痛的原因 / 86
21. “毒奶水”之谜 / 90
22. 异样的肺部阴影 / 95

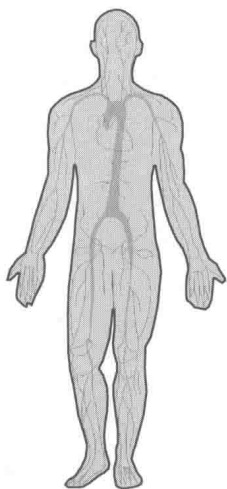
腰、腹部

- 23. 老寿星为何便中带血 / 99
- 24. 腹部胀痛的背后 / 103
- 25. 怎么会突然“掉”肠子 / 107
- 26. 莫名的疼痛 / 111
- 27. 他为何反复患癌症 / 116
- 28. 家族性癌症 / 120
- 29. 月经异常的信号 / 125
- 30. 他为何突然昏倒 / 129
- 31. 她为何每晚腹痛 / 134
- 32. 什么病在作怪 / 138
- 33. 准妈妈的生死抉择 / 142
- 34. 蹊跷的发胖 / 146
- 35. 凶险的“感冒” / 151
- 36. 异常的红尿液 / 155



血液、骨骼

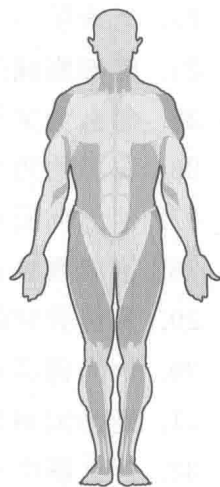
- 37. 腰痛的背后 / 159
- 38. 贫血、肠炎莫轻视 / 163
- 39. 胳膊疼痛的原因 / 168
- 40. 瘫痪背后的“元凶” / 172
- 41. 怪异的体形 / 177
- 42. 腿疼的原因 / 182



其 他

- 43. 肢体溃烂之谜 / 186
- 44. 他的脚为什么红肿 / 190
- 45. 他为何常有怪异举动 / 195
- 46. 小强的奇怪咳嗽 / 201
- 47. 两岁娃娃变脸记 / 205
- 48. 她为何要藏这只手 / 210
- 49. 胡大妈的奇怪病 / 214
- 50. 疯狂购物的病因 / 219

名医专家导航 / 225



不可轻视的口腔白斑



王慧明

浙江省口腔医院院长,浙江大学医学院附属第一医院副院长、口腔颌面外科主任、主任医师、教授、博士生导师,中华口腔颌面外科专委会常委,中国抗癌协会头颈外科专委会常委,浙江省医学会理事。擅长口腔颌面肿瘤及血管畸形的诊治、唇腭裂畸形功能性修复、颌面创伤的微创整复、牙颌缺损再造等。

身体征兆

郭大妈经常在吃东西时感到牙龈有点痛,而上医院检查时,医师发现她的口腔内有白斑。让郭大妈感到紧张、害怕的是,当医师发现她的口腔白斑后,让她把老伴找来,并要求她接受口腔白斑的切片检查。郭大妈究竟怎么了?

分析建议

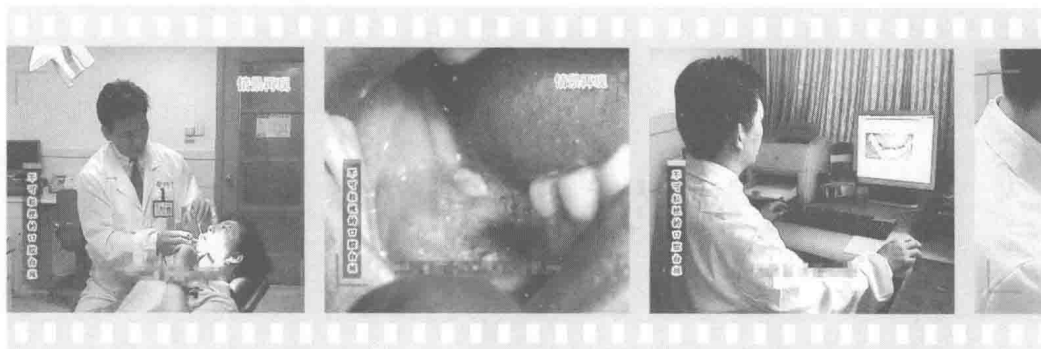
口腔白斑病是一种常见的口腔黏膜疾病,可发生于口腔内各处黏膜,好发部位为颊、舌、唇、腭等处黏膜,多在检查时被发现。病变呈乳白色斑块,边界清楚,稍高出于黏膜表面。白斑初起时尚光滑,以后逐渐扩大、增厚、粗糙,并出现龟裂,失去正常黏膜的弹性和柔软度。口腔白斑一般无自觉症状,如上皮角化程度较重,可有粗糙、干燥不适或进食乏味等症状。如病变的某一部分显著变白呈疣状或剥脱呈红色天鹅绒样改变,甚至出现糜烂、溃疡,或基底部出现硬结时,就有可能发生恶变,应及时做活组织病理检查。口腔白斑属于癌前病变,部分可发生癌变,所以对口腔白斑不可小视。

患了口腔白斑应尽早就诊,可以应用局部药

王慧明



不可轻视的口腔白斑



物贴敷,控制其发展。同时应去除各种刺激因素,如口腔内的残冠、残根和制作不良的假牙或充填物;改变不良的生活方式,如抽烟、喝酒及吃辛辣的食物;应保持有良好的口腔卫生习惯。另外,也要定期去复查,请医师排除恶变的可能。如已出现黏膜糜烂,应尽早通过手术的方法,完整地去除病变的组织。

采访实例

60多岁的郭大妈平时身体健康,最近偶尔感到吃东西时,牙龈有点痛,没想到上医院一查,所得的结果让她很感意外。

主任医师王慧明: 这个患者的口腔里面有一个斑块,医学上称为口腔黏膜白斑。除了白斑,我们还发现在白斑的上面有颗粒状的变化,这是黏膜重度增生的表现。我们建议做组织学检查,也就是通常人们说的活检,即在白斑的表面取一小块组织去做病理学检查。检查结果发现,白斑已存在恶变,即病变已经从不典型增生(一种癌前病变的状态)发展成为鳞状细胞癌。

鳞状细胞癌是发生在皮肤或黏膜表皮细胞的一种恶性肿瘤,多见于50岁以上的中老年人。男性多于女性。白斑可发生在口腔黏膜的各部位,以舌、牙龈、颊等部位多见。早期以斑块为主,随着疾病的进展,斑块变硬并出现溃疡,呈火山口样,进一步发展可侵犯颌骨引起骨的吸收和破坏,造成牙的松动或发生骨折。中、晚期也可发生颈部淋巴结转移及血行转移到肺、骨髓等器官。

王医师在给郭大妈做了相关检查后发现,尽管她的口腔白斑已发生癌变,但病情还不算太晚,不仅有条件接受手术治疗,而且治疗效果会比较好。

主任医师王慧明: 对这个患者,我们做了全身检查以后,到目前为止还未发现有转移的迹象,所以准备给她进行手术治疗。

在对自己的病情有了一定的了解之后,郭大妈反而觉得对自己的病不



那么恐惧了,对下一步的手术等治疗更有信心了。

郭大妈:对于手术治疗的效果,我肯定是往好的方面去想的。

主任医师王慧明:我们制订一个比较详细的手术方案,包括肿瘤切除的范围,还要做预防性的上颈部淋巴清扫,以防肿瘤细胞可能发生区域的淋巴转移;还要进一步根据肿瘤的分化程度,确定后续的治疗方案。

回想起来,郭大妈真有点后怕。她说:最近要不是牙龈有点痛,也不会上医院去做检查的,那么,她口腔内的鳞状细胞癌一时发现不了,即便是自己发现口腔内有白斑,也不会太重视。另外,郭大妈也搞不明白,她的口腔内怎么会有白斑的呢?专家分析,她口腔内白斑的形成,估计至少有些时间了,而这白斑的形成很可能与她所用的制作不良的假牙有关系。

任何疾病的发展都是有过程的。郭大妈回忆说,从几年前开始,她为缺损的牙齿安了假牙,而假牙在使用几年后,便开始出现了当时看来并不引起她重视的麻烦。

口腔黏膜白斑发生的原因有很多,如果一旦延误治疗,白斑恶变,甚至恶性肿瘤出现转移,就难以治疗了。

主任医师王慧明:口腔白斑发生的原因有多种,可能是局部受到刺激,比如抽烟者和喜欢吃辛辣食物者,还有一些可能是口腔卫生比较差,存有很多的残冠或者残根,那么这种残根经常刺激周围黏膜,形成白色的斑块。白斑进一步发展,在黏膜上形成一种像皱褶状或者颗粒状的改变,再进一步发展下去就可在表面形成糜烂,在这个时候,白斑已经逐步地向恶性肿瘤转变。但是否恶变还需病理切片来证实。

郭大妈应该值得庆幸,因为假牙问题,发现了白斑的恶变,但还不算太晚,这就对下一步的治疗非常有利。专家说,像口腔白斑这样的疾病,由于早期不少患者没明显症状,所以在发现时,往往病情已经比较严重了。

主任医师王慧明:口腔白斑早期可以没有症状,或当舌头舔上去的时

王慧明



不可轻视的口腔白斑

候,感到有一些粗糙,毛茸茸的感觉,这种感觉在疾病早期可能会有所不舒服。

一旦发现口腔白斑,一定要尽早去医院进行及时的治疗,以免口腔白斑被拖延成恶性肿瘤。

主任医师王慧明:一旦这种白斑形成以后,我们就要进行早期的治疗,通过一些药物来控制它,定期复诊,这样就可以监测它的变化。一旦发现了黏膜表面形成这种颗粒状或糜烂,就是一个非常强烈的癌变信号,这个时候医师往往要采取一些主动的治疗方法,如激光或手术切除,防止它进一步的发展,因为在这个时候往往就是从良性转为恶性的信号。

除此之外,专家说有些出现颈部淋巴结肿大的患者也要往这方面考虑一下,避免误诊和漏诊。

主任医师王慧明:有的人是发现淋巴结肿大来看病的,只知道颈部的淋巴结肿大,但不知道口腔内有什么病变,医师通过检查才发现在口腔内的某个地方有溃疡或肿块,它在早期也不一定有症状。所以口腔的病变并不明显,但也会出现淋巴的转移,引起淋巴结肿大。我们在临床上也是可以看到这样的病例。

专家提醒

对口腔白斑,我们有没有办法加以预防呢?其实预防措施还是很多的,关键是要控制好可能引起口腔白斑的因素,为此,专家在这里这样提醒您:

口腔白斑的本身不是癌症,是一个癌前病变,它是由于受到局部刺激因素引起的,所以在预防方面,首先要减少刺激因素,比如烟、酒,这些都是刺激因素,尽量能戒烟戒酒。第二就是要保持口腔的卫生,如果有牙结石、残根、残冠,这些对黏膜有刺激的因素要尽早地去除。第三要定期进行口腔检查,虽然可以自检,看自己的口腔里面有没有病变,但是往往自己不一定看得到,可以定期让口腔专科医师进行一次检查,这样的话有利于早期发现疾病。在欧美国家,人们一般每半年进行一次口腔检查和保健维护。

沈小姐的噩梦



张建民

浙江大学医学院附属第二医院神经外科主任,兼脑科中心和脑血管介入中心主任、主任医师、教授、博士生导师,中华医学会神经外科学分会常务委员,浙江省医学会神经外科学分会主任委员、显微外科学分会副主任委员,浙江省神经外科技术指导中心专家委员会主任。长期从事显微神经外科的临床和基础研究工作,对神经外科疑难复杂病变的处理有丰富的临床经验和深厚的造诣。

身体征兆

沈小姐平时很少出门,与他人总保持一定的距离,因为她很担心自己的病会吓着别人。她即将发病时,会感觉心里很难受、很恐惧,发病之后身体出现抽搐,而她自己却迷迷糊糊什么也不知道了。沈小姐究竟患了什么病?

分析建议

发作性四肢抽搐伴神志不清,临床一般考虑为癫痫。一部分患者发作前有恐惧感、心慌、气向上冲;也有人有无法描述的不适感,这种发作前的征兆被称为发作先兆。当患者有这种先兆时应立即就地坐下,避免发作时跌倒摔伤。

采访实例

留学回国的沈小姐快 30 岁,一直过着担惊受怕的日子。因为她不知道她的下一次发病究竟会在什么时候出现,而每次回想起自己的发病经历,就像做噩梦一般。

据沈小姐的妈妈回忆,其实,她女儿从 12 岁开始就患上这种可怕的疾病。

沈小姐母亲:她小的时候发病跌倒,我们以

张建民



沈小姐的噩梦

为她在玩，都不知道。12岁那年夏天，她在吃棒冰，吃着吃着，就不动了，棒冰都融化了。我们这才觉得她不对劲了，可能是有毛病了。

当时，因为发现沈小姐经常会跌倒，然后出现各种奇怪的状况，她妈妈曾带她到处看病，最后，她被确诊是患上了癫痫。

癫痫，俗称“羊癫疯”、“羊角风”，是大脑神经元突发性异常放电，导致短暂的大脑功能障碍的一种慢性疾病。而癫痫发作，是指脑神经元异常和过度超同步化放电所造成的临床现象，其特征是突然和一过性症状。由于异常放电的神经元在大脑中的部位不同，而有多种多样的表现。

沈小姐母亲：我女儿在发作的时候，她的眼睛向一个方向看，眼睛往上翻，嘴巴像咀嚼样，手摸来摸去。持续10秒左右的时间，就人事不知了。她发病以后，醒过来就没事了，嘴唇稍微有点发白。

而就是这样一种病，经过多年治疗，还是经常发作，尤其是近几年来，沈小姐发病的频率有增无减。

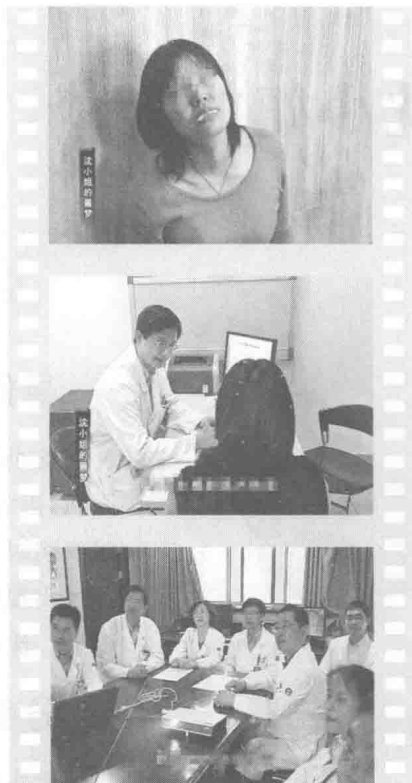
沈小姐：现在好像严重起来，发作频率高了。

沈小姐母亲：发病严重的时候，可能是晚上没睡好的原因，有的时候，可能是月经来了。发病最严重时要抽搐，大概1分钟左右。我们看到后真的没有办法，只有哭，心痛极了。

沈小姐的病反反复复发作，她几乎尝试了各种抗癫痫药物也没有用，怎么办？经过上网查找，沈小姐发现目前除了药物，也可以通过手术来治疗这一疾病，于是，她找到了浙江大学医学院附属第二医院神经内科的专家。

副主任医师汤业磊：这个患者来了以后，我们很容易就能判断她患的是难治性癫痫。我们了解到该患者吃的药物可能有7种以上，还有一些是她自己记不住或者是不了解的药物。沈小姐的病完全符合难治性癫痫的标准。

让医师感到高兴的是，经过对沈小姐的发病观察，她的病是很有希望通过手术治愈的。



主任医师张建民：癫痫的分类有两部分，一部分称为原发性癫痫，也就是做CT、磁共振检查看不出明显的病灶，这就需要我们应用癫痫定位去找致痫灶。还有一部分称为继发性癫痫，包括脑肿瘤、脑血管瘤或者血管畸形、脑外伤以后、颅内感染等，它同样也会引起癫痫大发作。继发性癫痫是有明确原因、病灶所造成的，这种情况更需要用手术的办法去解决。

尽管手术治疗可以让沈小姐摆脱癫痫是她梦寐以求的事情，但手术会不会留下什么后遗症呢？

副主任医师汤业磊：我们判断出该患者的癫痫灶部位没有重要的功能区，手术以后不会明显影响她的功能

改变，如手脚的偏瘫或者是语言问题，或者是智能问题。我们经过评估以后，觉得她不会出现这种问题，然后就向神经外科医师推荐，告诉他们这个患者手术的成功率有70%~80%。

不过，医师告诉沈小姐，任何外科手术都是有风险的，况且她要面临的是开颅手术，手术过程无疑存在很大的风险性。

纠缠了沈小姐这么多年的癫痫，如今终于可以通过手术来解决，沈小姐觉得就是手术风险再大，她也要闯一闯。

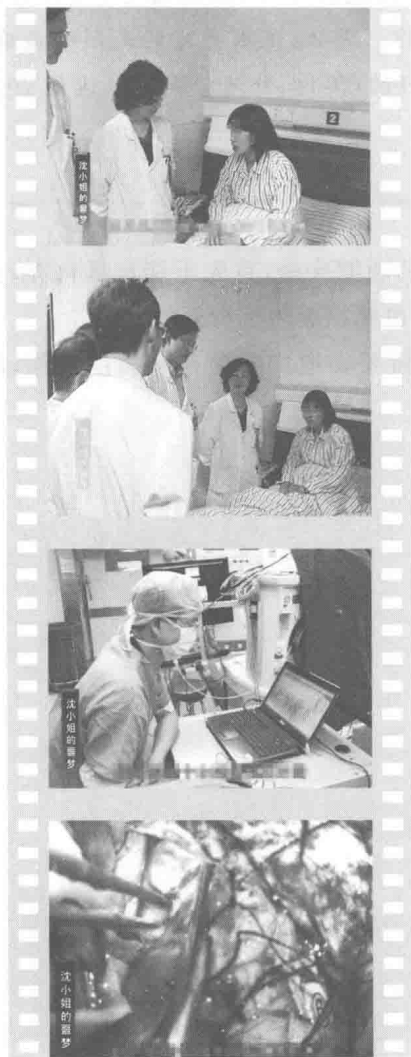
经过约5个小时的手术，沈小姐终于顺利闯过了手术关。

如今，离沈小姐手术已过去了快一年时间，这次开颅手术并没有给她带来明显的负面影响，相反，目前她除了还需要服用一些药物外，再没有受到癫痫的困扰。

主任医师张建民：该患者经过手术治疗以后，效果还是非常好的，至少手术到现在为止，已经8个多月，尽管

还在服用药物，但是在用药情况下，癫痫一次都没有再发。

沈小姐：手术以后8个月，癫痫没有发作，目前心情也比较轻松。



张建民



沈小姐的噩梦

沈小姐母亲：这次治疗好了以后，我心里的一块石头落下来了，感觉比较轻松了，我作为妈妈的责任已经尽到了。

尽管手术切除位置精确彻底，沈小姐术后的情况一直很好，癫痫没有再复发，但是医师仍要求沈小姐坚持用药，以避免旧病复发。

应该说，沈小姐还是幸运的，目前对癫痫，许多患者只能接受药物治疗，不是所有的癫痫患者都适合接受手术治疗的。

副主任医师朱君明：手术效果最好的是颞叶癫痫，这部分患者往往有个特点，小时候有过发热引起抽搐的病史，可能在几年后或十几年之后，开始癫痫发作。他们发作之前有先兆，如心慌、气往上冲、恐惧感等，发作的时候，手有摸索的动作，嘴巴有咀嚼样的动作。那么，这很有可能是颞叶癫痫，颞叶癫痫经过外科手术治疗的疗效是最好的，国内、外治愈率可以达到70%以上。

专家提醒

一旦被确诊患上了类似沈小姐这样的顽固疾病，首先不能自暴自弃，要及时就诊并坚持正确和正规的治疗，同时也要积极防范意外的发生。

如果知道你患有癫痫，要正确面对，需要知道如何防范癫痫的发作，防范意外的发生。另外，要规范用药。