

为何年轻女性也“手麻”“肌萎”◆ 顾玉东

50 岁以上妇女手麻肌萎,无明显诱发因素首先应考虑是否患有腕管综合征,这是由于进入老年后,腕部骨关节及韧带肥厚增生,引起腕部骨关节韧带所形成的管道狭窄,使行走其中的正中神经受到挤压后血管供给不足而发生的手麻,因此这类疾病在年轻人中较少发生。

其实 20-40 岁年轻女性发生手麻与肌萎在临床上也不少见,只是引起手麻的原因与中老年不同。1984 年在合肥召开的第一届全国手外科学术会议上,我就在大会上报告了年轻女性因体力活动减少而诱发的手麻、肌萎,国外把这类疾病称胸廓出口综合征,是因为在颈根部、胸腔的顶部第一肋骨是臂丛神经下干横跨之处。由于女性 20 岁后,肩部肌肉缺少锻炼,上肢呈下垂位。当人体脊柱位置不变时,上肢下垂,便造成从脊椎孔穿出的神经根也下垂。原来在第一肋上面通过的臂丛下干变成要从第一肋下面爬坡式横跨第一肋,从而造成臂丛下干受压。

臂丛下干主要组成上肢的正中神经及尺神经。正中神经主要支配屈腕屈指肌群、大鱼际肌群及 1-3 指的感觉。尺神经主要支配前臂内侧屈腕屈指肌群、小鱼际肌群及手内部肌群及 4-5 指的感觉,由于尺神经主要支配手内部肌群(共 19 块中



的 16 块半),因此与手的精细动作密切相关。

当临床上遇到无明显诱因的正中神经与尺神经同时受损(1-5 指均麻木、大小鱼际肌及骨间肌均萎缩),则应考虑为臂丛下干受压。为了证实神经根在该处受压,除了作肌电生理检查、超声检查及影像学检查外,最简单的检查方法是检查患者前臂内侧的皮肤感觉有无异常,一旦异常则可确诊。

除了年轻女性由于上肢下垂诱发该病外,颈部有骨性异常,如颈肋、第七颈椎横突过长,前中斜角肌挛缩或有异常索带,也会引起此病。

本病的治疗应根据病情轻重、病程长短而定。病情轻、麻痛间隙发作、无肌萎及运动障碍、病程短在 3 个月内应进行保守治疗,进行肩部肌肉的锻炼,如打羽毛球、乒乓球、上肢体操等;服 B 族维生素及康复治疗。病情重、出现肌萎、影响手部功能,经保守治疗 3 个月无效者应考虑手术治疗,包括切除骨性及软组织索带,必要时可作功能重建术。

最重要的是积极预防,生命在于运动,无论男女,下肢运动主要在增强体力,上肢运动主要在保持灵活,指尖运动主要在开发智慧。

(作者为中国工程院院士、复旦大学附属华山医院手外科教授)

甲状腺结节患者“三注意”◆ 余飞

现在常规体检中总少不了颈部触诊这一项,一些人被“摸”出了问题——“甲状腺结节”。如果把体检项目升级,再多做一项甲状腺 B 超,相信会有更多的人成为“结节一族”。有人听到“结节”非常紧张,生怕自己得的是不治之症;另一些人则认为结节没什么大不了的,既无痛又不痒,随它去好了。我们认为这两种想法都属极端,建议甲状腺结节患者“三注意”。

注意定期随访

甲状腺结节的患者在临床上可能没有不适症状,当结节较大并且位置靠近气管或食管的话,可能会有局部压迫症状,表现为呼吸或者吞咽的不适,但是大部分患者是没有感觉的,人们常在体检或无意触摸颈部时发现肿块而就诊。单纯的甲状腺结节恶性率很低,恶性病变仅约占 2%-5%,所以体检查出有结节不要惊慌,但是合并桥本氏甲状腺炎的患者要适当注意,这种情况下结节的恶性率较单纯的甲状腺结节患者要高一些,桥本的患者通常会有不明原因的乏力、干燥感、睡眠质量差的状况。碘充足地区触诊患病率女性 5%,男性 1%。美国报道甲状腺结节患病率最高的一项研究结果是应用高清晰度超声,在随机选择的人群中,甲状腺结节的检出率高达 19%-67%,女性和老年人群更为多见,上海属于碘充足地区,有观点认为居民长期食用加碘盐,甲状腺结节的发病率也逐年上升。甲状腺结节的患者不论治疗与否,都要定期随访复查,一般来说,6-12 个月要复查甲状腺 B 超、血清甲状腺功能指标,以防病情发展和变化,错失治疗时机。即使结节是恶性的,甲状腺癌根据病变细胞类型的不同有迥异的发展过程,常见的乳头状癌术后治愈率达 90%,对生活质量 and 寿命都没有太大的影响,不必太紧张和怕耽误了治疗。

注意日常饮食

饮食中的碘元素对甲状腺的影响最

警惕小结石成健康大杀手◆ 达骏

陈先生四十多岁,一年前因为肾结石去医院,经过检查后发现结石体积很小,可以通过药物排石的方法治疗。于是陈先生按照医师的处方拿了排石药回去治疗。可是因为工作忙,又没有什么不舒服,他就没有按照医生的嘱咐进行复查。结果到今年单位体检的时候发现,结石不仅没有排掉,反而还从小结石变成了大结石,肾脏还有了很多积水,肾功能都受到了影响。

陈先生是一位非常典型的泌尿系统结石“失访”患者。泌尿系统结石是一种常见病、多发病,根据结石的大小、部位等情况,可以选择不同的治疗方法。对于体积较小、自行排出体外可能性较大的结石,可以尝试药物排石治疗。但是在药物排石的过程中,除了适量饮水和服用排石药物以外,还需要密切注意每一次排尿是否有异物排出。由于可自行排出的结石一般都很小,肉眼不一定能够分辨清楚,所以药物排石治疗后的复查就显得尤为重要,医生可以通过尿常规、B 超、CT 等检查确认结石是否排出体外,是否

美年大健康

Health Plus

健康讲堂

预防宫颈癌，定期做TCT检查(一)

由于相当多的人对TCT检查知识的缺乏,目前来我们体检中心体检的已婚女性TCT检查项目仍然是常规项。白带常规和利权宫颈刮片三项。但是,妇科医生往往会建议女性朋友做TCT检查。许多人就会问:什么是TCT呢?TCT究竟检查什么?

在回答这个问题前,我们先简单了解宫颈癌。当前,宫颈癌依然是女性健康的重要杀手。其发病率在女性恶性肿瘤中居第二位,仅次于乳腺癌。据2000年统计数据显示,世界范围内每年约有50万宫颈鳞癌新发病例,中国约有13万多的新发病例,约占世界新发病例的四分之一。每年约有2-3万人死于宫颈癌,并呈上升趋势及年轻化。

因为宫颈癌变最早是从宫颈细胞的变异开始的,所以,采用目前较先进的TCT技术,是在显微镜下观察宫颈细胞是否出现异常,是宫颈癌筛查的首选手段。

严伟教授、主任医师、国家二级心理咨询师

曾任上海交通大学附属第一人民医院副院长,兼任上海市第四人民医院院长、复旦大学市一临床医学院副院长、复旦医学院研究生学位论文委员会分会委员、复旦医学院教材委员会委员、上海市第一人民医院护理学校校长、曾任上海市劳动教养、上海市优秀共产党员、上海市“三八”红旗手、上海市劳动教养的好院长、上海市虹口区第十三、十四届人大代表、上海市康复工程研究会妇女康复专委会学术委员、曾二次获得“上海市卫生事业管理成果奖”及上海科技成果完成者证书。现任美年大健康高级医疗总监。

美年大健康体检投资管理有限公司 (更多精彩内容敬请关注持续集)

西藏那曲直銷新草上市 品价百端

冬虫夏草

高科西路2119号山梅食品店1樓西門口 ● 浦东食品城一樓紅柳金桥大厦(友成商場南門東) ● 南京路七聖天宮樓605

T:021-50456127 WWW.22222.cn