

甲状腺功能亢进的诊断和治疗

造成甲状腺功能亢进的常见原因包括Grave's病,甲状腺多发性结节等,其它原因还包括药物,甲状腺腺瘤,亚急性甲状腺炎,以及分娩后甲状腺炎。

(一)临床表现:主要症状包括体重减轻,虚弱,心悸,不耐热,月经减少和焦虑。重要的体征包括在Grave病人中常见的突眼和下肢水肿。另外还有腱膜反射亢进,手

指震颤,肢体近端软弱等。有些患者可能有心脏表现,包括心衰,心律不齐等。

(二)诊断:首先要根据临床表现。主要的实验室检查包括测定甲状腺刺激素(TSH)和甲状腺素(T4)的水平。其中TSH的检测最为重要。进一步的诊断步骤包括鉴别各种造成甲状腺功能亢进的具体原因。因为不同的治疗方法

取决于各种不同的病因。如果甲状腺功能亢进的患者同时有甲状腺结节,则根据病人的具体情况,医师有时会进行甲状腺扫描,以发现患者的甲状腺结节是热性结节还是凉性结节。某些患者还需要接受甲状腺超声波检查,以确定病人的甲状腺结节的质地。

(三)治疗:主要的治疗方法包括药物、放射性同位素和手术治

疗。具体的治疗方案需要与您的医师仔细讨论后方可进行。

隋爱平医师目前担任乔治城大学医学院家庭医学科临床助理教授。电话:240-404-6423;电子邮件:peterasui@yahoo.com。欢迎您全家把爱平诊所作为您的医疗保健中心。爱平诊所的地址:604 South Frederick Avenue, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877。



隋爱平医师 乔治城大学医学院
家庭医学科临床助理教授

如果小朋友感染幽门螺杆菌,需要杀菌吗?

如果小朋友感染幽门螺杆菌,需要杀菌吗?除非儿童有胃肠道症状,且症状跟幽门螺杆菌密切相关,绝大部分情况下,儿童感染幽门螺杆菌,是不用治疗的。

近日,美国卫生及公共服务部发布的第15版致癌物报告中,幽门螺杆菌慢性感染被列为明确致癌物。

在之前的科普中讲过,对于幽门螺杆菌感染,无论是否有症状,积极治疗,争取根除,都很有必要。在门诊中,经常被患者问到,如果是小朋友感染幽门螺杆菌,也需要杀菌吗?

除非儿童有不舒服的胃肠道症状,且这个症状跟幽门螺杆菌密切相关,这种情况下会考虑杀菌。但是在绝大部分情况下,儿童的幽门螺杆菌是不需要治疗的。

主要有以下几个原因:

1、儿童免疫力和卫生意识不强

首先,儿童的免疫力和卫生意识还不够好,所以即使杀菌,也很容易出现再感染的情况,之前辛辛苦苦杀菌带来的效果被抵消了,何必还要杀菌呢?儿童在逐渐成人的过程中,免疫力是逐渐发育健全的,幽门螺杆菌的抵抗力还不够好,所以很容易再感染。

此外,有孩子的家长都知道,小朋友们比较活泼好动,对新鲜事物十分好奇,小朋友们到处玩、到处摸,抓起来就吃或者舔手指,很容易把一些细菌从口腔带入,增加再感染的风险。所以,临床医生希望在最好的时机根除幽门螺杆菌,随着免疫力和卫生意识的加强,根除幽门螺杆菌以后长期不再感染,保持无菌的状态,这个时机是比较好的。

2、儿童用药受限

不建议儿童进行幽门螺杆菌根除的另一个原因是儿童用药经常受到限制。

最常用的左氧氟沙星,喹诺酮类的药物,儿童用了以后会影响骨代谢;四环素类的药物会影响牙齿发育等,所以儿童用药的种类相比成年人是有限制的。即使有些药物可以用,儿童的用药是要严格掌握剂量的,用公斤体重换算,不能超量。如果超量,副作用风险会高。由于幽门螺杆菌感染根除的形势比较严峻,有时需要通过提高剂量来克服耐药,而儿童的用量就会受到限制。

3、儿童用药依从性差

还有一点需要注意的是,儿童用药的依从性会比较差。

家长们可能深有体会,小朋友感冒发烧

了需要吃药,哪怕是橘子味的草莓味的,小朋友们有的时候都不能很好贯彻。

而幽门螺杆菌根除,需要在一段时间内联合使用多种药物,通常小朋友是很难完成的。如果依从性差,不能很好地完成,不但杀不掉细菌,反而会诱导细菌的耐药。

从另一个方面来讲,研究表明,如果儿童期感染了幽门螺杆菌,即使几年不处理,等到长大成人以后再处理,也不太容易产生不可逆的长远的严重的损害。

所以,对于儿童的幽门螺杆菌感染,完全可以等到成年以后,用药等各方面都不受限制了,再进行正规的根除治疗,争取一次根除,不容易再感染。

正是如此,目前对于儿童来讲,除非特殊情况,是不进行幽门螺杆菌根除的。

年终工作压力大头发掉不停?来看看你是哪种脱发类型



有人是真愁



有人是跟风愁

最近,真的好忙!年终工作忙成狗,生活俗事也一大堆,还得抽空吃个瓜。我这头发啊,快负荷不了了!

它们以秒速五厘米飘落姿态,离开得更加决绝。厕所里、枕头上、梳子上,哪里都是乌压压的一片。只有我头上,跟“光明顶”一样明亮照人

要是掉的头发一根值10块钱.....大概我也曾经是那个元户。

不过,环顾一周,我发现,脱发这问题,还真不是就我一个人有。

在中国,每6个人就有1个人脱发。

脱发这个问题,从大不列颠皇室到普通中国老铁,从事业有成的精英人士到初出茅庐的大学生,管你是谁,杠上它都得伤神。

在中国,据国家卫健委发布的数据显示,就有超过2.5亿人饱受脱发的困扰,平均每6个人中就有1个人脱发。

而且被脱发困扰的人群,越来越来年轻。

2.5亿脱发人群中,90后占比高达39.3%,80后人群占比37.9%,两个群体加起来占比约77%。

一天掉发100根,是脱发吗?

虽然前面的数据触目惊心,但在哀嚎之前,要搞清楚自己是不是真的属于脱发。

毛发生长分为生长期(2-4年)、退行期(1-2周)和休止期(2-4月)。正常人85%的毛发处于生长期,约14%处于休止期,约1%处于退行期。

因此,正常人一天掉发50-100根,属于正常的“生理性脱发”,掉了的头发和新生发的数量大致相同,所以不用担心头顶变稀。

但如果在你头上出现了下面三种情况的其中一种,就要警惕了,可能是“病理性脱发”!

头上观察到片状脱发斑

头发总量减少

平均每天掉发>100根,甚至超过200根,且情况持续一周

附赠两个自测脱发小方法:

拉发测试

伸开五指插入到头发根部,手掌紧贴头

顶,并拢五指夹住头发(夹得不要太松)往外轻拉头发。这样做6-8次,如果手指缝里夹掉的头发每次都有三四根以上就可能是脱发。此测试在3-5天不洗头后进行更为可靠。

发际线后移测试

将手平放在额头,若眉毛到发际线的距离为三到四指,恭喜你,你的发际线是正常的;如果超过四指,就有发际线后移的风险,再多那就会影响到颜值了。

头发离开你,都是有原因的

对照上面的几点,估计有不少小伙伴中招了,是不是很想咬一嗓子:为什么脱发的偏偏是我?

导致头发离开的原因有很多,包括遗传、感染、自身免疫、精神压力、头皮外伤、机械性牵拉、拔毛癖、生理因素等。

一般情况下,脱发的类型分两种:瘢痕性脱发和非瘢痕性脱发。

瘢痕性脱发:可引起头皮瘢痕的形成、毛囊永久性消失,导致永久性脱发。

最常见的原因包括外伤、烧伤烫伤、感染(比如头癣、秃发性毛囊炎等)、皮肤病(比如盘型红斑狼疮、扁平苔藓等)、皮肤肿瘤等。

非瘢痕性脱发:临床上更为常见,在毛囊没有完全丧失功能前及时治疗,可以有效止脱,甚至重新长出一部分头发。(所以大部分脱发还是有救滴!)

它常见的几种类型有斑秃、休止期脱发和雄激素性脱发(又称脂溢性脱发)。

斑秃

俗称“鬼剃头”,最常表现为斑片状脱发,病情严重的患者甚至会去所有头发甚至所有体毛,与自身免疫、遗传、情绪应激和内分泌有关。

休止期脱发

是一种短暂性头发脱落,原因包括分娩、手术、营养不良或药物、情绪应激,一般发生在诱发因素发生后2-3个月。一旦诱发因素缓解或消除,脱发可以逆转。

雄激素性脱发

这个要重点介绍!这是在广大秃头男

孩和女孩身上最常发生的脱发类型,男性多于女性,与雄激素分泌有关。

当雄激素分泌过多,或者激素水平正常但毛囊对雄激素敏感性过高,头发毛囊就会逐渐萎缩,生长期变短,导致头发变软、变细、不再长长,直到最后完全脱落。

它与遗传密不可分,如果孩子继承了父母的“秃头”基因,孩子的毛囊天生难以抵抗雄激素的攻击,就会导致雄激素型脱发。

此外,它与压力、焦虑、不良生活和饮食习惯等有关,综合作用下,会导致脱发症状加重。

拿什么拯救你,我的头发?

脱发的原因这么多,治疗的方法也不少。

常见的治疗方法有外用药物、口服药物、激光治疗、甚至手术植发,根据你的脱发病因,医生会制定不同的治疗方案“对症下药”。

以雄激素性脱发来说,临床上最常见的治疗就是外用米诺地尔搽剂促进头发生长。

为了抵抗雄脱的罪魁祸首“雄激素”,男性可以口服非那雄胺、度他雄胺,女性可以口服安体舒通、丹参酮等药物,从而减少雄激素对毛囊的伤害,改善脱发。

但这些药物不能乱吃,像非那雄胺,虽然是针对雄脱的有力武器,但它具有肝毒性和致畸性,有肝脏基础疾病以及备孕的患者不宜使用。普通患者也要在医生的指导下,谨慎用药。

除了使用药物,相信大家最好奇的的就是植发了。这是解决脱发的终极方案,见效快,成功率高,广大脱发人群趋之若鹜。

但是关于植发,在大家一股脑往前冲之前,有几点要交代清楚:

1.植发不能治疗脱发!

植发只是把你生长在茂盛区域的毛发移植到较为稀疏的区域,头发总量还是这么少,只不过少得比较均匀了而已……

2.植发后头发还可能掉!

大部分脱发患者,就算头顶光亮,后脑勺还是有头发的,说明这个地方对雄激素不敏感。把这的头发移植过去,一般不容易再脱,但如果移植的供区毛囊也出现了萎缩甚至脱发,那移植过去也会掉。

而且植发过后,你依旧疯狂拉染烫+不良生活习惯各种造,头发也会再次离你而去。

3.头发掉了重新植?

首先,植发很贵,如果你很有钱,忽略这一点。其次,你的供区可移植毛囊要充足,这样就可以再次移植。

但再移植的头发也有可能继续脱落!另外供区也可能留下瘢痕,从而达不到理想的效果,所以有时候,有钱也不要任性哇!

4.要去正规医疗机构!

植发好歹也是手术,术前各项检查、指

标评估都不能少,术中操作,专业技术和专业工具一个不能少,植发真的没有想象中那么简单,找专业靠谱的医生很重要!

头发这些事儿,也要搞清楚

问:网红生发液、生发洗发水,靠不靠谱?

市面上绝大部分防脱发的产品,无法在根本上产生作用,治疗脱发的效果也没有得到认可,比如很多人青睐的生发洗发水,它就只有护理清洁的作用,并没有防脱作用。

问:生姜洗头,能生发?

不能!

长久以来,人们普遍认为生姜性为性热,擦一擦能刺激头皮,促进血液循环,这样可以帮助头发生长。但真相是,它真的没有促进毛发生长的作用,反而生姜中的“6-姜酚”可能会抑制毛发的生长。

问:洗头越勤奋,头发掉越快?

正常洗头不会让人秃,但洗的不科学会诱发病症间接损伤毛囊。

如果是油性头发,夏天可以1天洗一次(冬天适当减少频率),因为不及时清理皮肤分泌的油脂,可能会堵塞毛孔从而损伤毛囊,造成脱发。

如果你是干性头发,可以2-4天洗一次,并选用温和保湿洗发水。因为干性皮肤皮脂分泌不足,洗得太勤,或用含碱性皂基太强的洗发水,可能把本就不充裕的皮脂膜洗掉,结果就是头屑增多、发质干燥,也会导致脱发增加。

问:洗发水,无硅油的比较好?

硅油主要作用是附着在头发表面,填补毛鳞片间的空隙,减少摩擦,使头发显得更有光泽柔顺。市面上的大多硅油洗发水经过改良不会附着在头皮上,对其没有伤害,但它会让头发变粗变重,从而使发质扁塌。

反之,无硅油的洗发水其实对于发质受损的人来说并不太友好,没了硅油的润滑作用,头发容易干涩打结。而且无硅油洗发水中的硅油替代物,如鲸蜡醇、葵花籽油,可能存在致痒性。

总的来说,头发干燥、蓬松的人可以选含硅油等柔顺成分的洗发水比较好,头发易出油的人,选无硅油洗发水较好。如果洗发后发梢干涩,可以局部使用护发素或护发精油。

问:女生总中分,发缝就越宽?

长期中分的确增加了发缝区域头发的牵引力,但这个牵引力比较小,不会造成健康头皮的脱发。不过对于本身就有雄激素性脱发倾向的头皮,头顶本身就是最早发生脱发的部位,长期中分就可能加快头顶区域的脱发进程。

除了中分,扎头发也是个学问,如果扎得太紧或时间很长,可能会导致“机械性脱发”,引起发际线后移。