知名歌手自曝“面瘫”

如何预防？医生给出四点提醒

图据AI生成

本报讯(记者 徐小翔 通讯员 孙金铭)近日,知名歌手潘玮柏在社交平台上自曝患上“面瘫”,引发关注。

“根据流行病学研究,夏季并非面瘫的典型高峰季,但受现代生活方式变化的影响,夏季面瘫的患者并不少见。”浙中医大二院(省新华医院)针灸科主任王莉莉说。

王莉莉介绍,面瘫在医学上称为周围性面神经麻痹,不受年龄限制,中青年、老年人均可发病,常见诱因包括劳累体虚、受凉吹风、熬夜、免疫力下降等。现代人生活节奏快,工作压力大,长期熬夜、空调直吹、开车开窗迎风等习惯,都会成为面瘫的“导火索”。

前不久,一位46岁男性患者,早晨起床洗漱时突然发现嘴巴歪了,刷牙时水止不住地从嘴角漏出,闭眼费力,一侧面部麻木僵硬,耳后还隐隐作痛。起初,患者自行热敷数日,不但没好转,症状反而加重,才赶紧来医院。经检查,王莉莉发现他一侧额纹消失、眼睑闭合不全、鼻唇沟变浅、口角向健康一侧歪斜,中医辨证为“正气亏虚、风寒袭络、经络瘀阻”。

“简单说,就是身体太虚,面部经络‘城门大开’,风邪乘虚而入,导致气血不通、筋脉失养,脸部肌肉就‘失灵’了。”王莉莉解释。

“面瘫的治疗关键在于‘早发现、早干预’,中医治疗具有很强的优势。中医治疗以祛风通络、活血化瘀、调和气血为原则,针灸是核心手段之一。”王莉莉指出,常用穴位包括攒竹、阳白、四白、地仓、颊车、迎香、合谷、风池等,目的是疏通面部阳明、少阳经络。

早期采用浅刺、轻刺激,配合艾灸温通经络、驱散寒邪,同时辅以祛风通络的中药内服,内外兼治。经过系统治疗,患者面部麻木逐渐消退,眼睛能正常闭合,口角歪斜持续改善,20多天后基本恢复如常。

如何预防面瘫？王莉莉给出四点提醒。

面部别直吹冷风:换季时温差大,空调、风扇、开窗迎风都要避免直吹面部。

别把自己熬成“虚人”:过度劳累、长期熬夜是正气的大敌,养护身体就是防面瘫。

晨起不对劲,赶紧就医:一旦发现面部麻木、嘴角歪斜、闭眼费力,别热敷、别硬扛,尽早就诊。

千万别拖:越早治疗,恢复越快、后遗症越少。

复视、乏力？警惕甲状腺眼病

本报讯(记者 林乐雨 通讯员 张冰清)两个月前,70岁的陈阿姨发现,自己一被烟熏,眼睛就会感到胀痛。一开始,她并未在意,可一段时间过后,陈阿姨的视力开始明显下降,还伴随着乏力、出汗的症状。

在眼科医生的建议下,她来到浙江大学医学院附属邵逸夫医院大运河院区内分泌科就诊。检查结果显示,陈阿姨甲状腺功能异常,确诊为甲状腺眼病。经过一段时间的药物治疗,陈阿姨的甲状腺激素分泌趋于稳定,视力逐渐恢复。

该院内分泌科主任医师张楠表示,甲状腺眼病是成人最常见的眼眶疾病之一,常发生于甲状腺功能异常人群中,是一种既影响外观,又影响眼部功能和生活质量的综合性疾病。

甲状腺眼病的早期表现可能并不典型,但随着疾病发展,患者往往会出现眼球逐渐突出、上睑后缩、眼裂增大等改变,从而导致面容发生明显变化;随着病情进展,患者的眼外肌受累可导致复视,影响阅读、驾驶等日常活动;眼表暴露增加可引起眼干、畏光、流泪等不适症状,让患者的双眼时刻处于不适之中;在部分严重病例中,眼眶内组织肿胀甚至可能压迫视神经,威胁患者视力。

张楠提醒,对甲状腺眼病进行早期识别并规范评估对改善预后尤为重要。患者若待症状加重后就诊,那时治疗选择已受限,甚至需要手术矫正。

如果您或者身边人出现眼球逐渐突出或外观明显改变,出现复视(看东西重影)或视物模糊,眼干、畏光或眼部不适持续存在,已确诊甲状腺疾病并伴有眼部症状,请尽快就医。

保健食品护老提升专项行动开展

国家市场监管总局、工信部、民政部等三部门近日联合印发《保健食品护老提升专项行动工作方案》,在全国范围内部署开展保健食品护老提升专项行动。

该专项行动旨在解决老年群体在保健食品消费中遇到的虚假宣传套路复杂、维权渠道不畅通等突出问题。《方案》统筹保健食品行业高质量发展和高水平安全,围绕优化审批服务、严格生产管控、整治市场秩序、推动高质量发展等4个方面提出19条具体措施,坚持“三个聚焦”,深入推进保健食品全链条治理和能力建设。 **据人民日报海外版**

科学家或已找到逆转骨质流失“密码”

据美国《科学日报》网站日前报道,德国莱比锡大学一项研究凸显出这样一个靶点:一种名为GPR133的受体。

GPR133在构建和维持健康骨骼方面发挥着关键作用。在骨组织中,该受体通过邻近骨细胞之间的相互作用以及运动和压力等物理力被激活。一旦被激活,它就会发出信号,增加成骨细胞的活性,同时降低破骨细胞的活性。结果就是——骨骼更强壮,骨密度更高,更能抵御损伤。这使其成为未来一个具有希望的候选疗法。它不仅可以用来保护健康骨骼,还可以用于重建骨质疏松症患者的骨骼。 **据参考消息网**