

請你注意自己和家人  
出現的小症狀?!



# 警惕這7種大病之前的小症狀

(古詩雲：“山雨欲來風滿樓”，說的雖然是天氣，但用在防病保健方面未嘗不可。就說人體的一些疾病吧，發生之前總有一種或幾種以上的“小症狀”出現，只不過由於醫學知識的欠缺，加上這些“小症狀”太過平常，被你有意無意地忽視了，才落得個“大意失荊州”的嚴重後果。)

- 聲音沙啞與喉癌
- 聞不出味與中風
- 明顯消瘦與老年性癡呆症
- 呃逆（打嗝）與心肌梗死
- 小腿抽筋與動脈硬化
- 肛門瘙癢與直腸癌
- 低血壓與帕金森病



# 聲音沙啞與喉癌

## [現象症狀]

不少人對聲音沙啞掉以輕心，以為讓嗓子休息一下就沒事了，歐陽老師就是其中之一。他從教20多年，對煙酒有一種難以割捨的感情。半個月前，他講課時發聲費力、沙啞，自認為是用嗓過度所致，便用膨大海泡茶飲用。可半個多月過去了，嗓子越來越糟，甚至到了發不出聲音的地步。這時，他才感到問題的嚴重性，遂到醫院看了專家。專家檢查後發現他的聲帶上長了一個東西，經病理科大夫確認為癌變，所幸還處於早期，經手術切除而痊癒。

## [專家分析]

起聲音沙啞的原因很多，如：說話太多、發聲過度、聲帶小結或聲帶疤痕等，還有“喉癌”的偷襲。在“喉癌”的早期階段，只有聲帶增厚，或韌帶受累，引起聲帶震動異常，相應出現程度不同的沙啞症狀。這個時期恰是治療的最佳時機，可收到“刀”到病除的效果，且不會失去嗓音。遺憾的是，由於不痛也不癢。絕大多數病人沒有想到災難已經臨身，只是用含片或膨大海茶來緩解症狀。待到病情嚴重時，往往已進入中晚期，動手術即使能挽救生命，也須做全喉切除，著名相聲演員李文華就是一個典型的例子。

## [溫馨提示]

50歲以上有煙酒嗜好的男性，若嗓音不明原因的沙啞2周或以上，應警惕喉癌發生，應立即就醫，不可拖延。

# 聞不出味與中風

## [現象症狀]

趙老先生患高血壓多年，一直服用降壓藥治療，血壓控制得不錯。這天接到兒子的一個電話，說孫子得了結核病。趙老先生不由得心頭一緊，接下來就覺得鼻子不太對勁，喝茶時聞不出茶香味。老伴是一名退休護士，覺得不好，催他立即上醫院，磁共振檢查發現腦部有小片出血灶——趙老先生中風了！

## [專家分析]

聞不出味，醫學上稱為嗅覺消失，主要與疾病導致嗅神經受損有關，如慢性鼻炎、嗅神經萎縮或顱內腫瘤壓迫等。不過，千萬不要忽略了出血性中風，即俗稱的腦溢血。趙老先生患有高血壓，聽到孫子患病的消息，情緒突然緊張，致使血壓驟然升高，造成腦血管破裂而出血：在腦出血的早期，出血量較少，僅僅壓迫了嗅神經，故沒有口眼歪斜、半身不遂等嚴重症狀，只是聞不出氣味而已。一般人會不當一回事，而趙老先生的老伴懂得醫學知識，故能早期得到診治，避免了病情的惡化，可謂不幸中之大幸。

## [溫馨提示]

高血壓患者要注意保持情緒穩定，一旦出現異常情況，哪怕是聞不出氣味這樣的小症狀，也要及時就醫。

# 明顯消瘦與早老性癡呆症

## [現象症狀]

劉大媽3年前體重逐減時不僅沒有絲毫憂慮，反而有一種慶倖之感。可不久後，卻陸續出現了一些不太正常的變化，如：忘性大。經常丟三落四；嘮叨，說話詞不達意；走在街上，明明是熟人卻叫不出對方的名字；到市場買菜，挺簡單的賬算起來也很費力，甚至根本算不清……家人不敢懈怠，帶她到醫院檢查，醫生在診斷書上赫然寫下了“早老性癡呆症”幾個字。

## [專家分析]

“有錢難買老來瘦”是民間頗為流行的說法，醫學專家卻持否定態度。研究發現，60~70歲之間的老年人，肌肉開始萎縮。男性每10年萎縮4%，女性可達到6%。為求健康長壽，必須保持體重穩定，老年人消瘦不僅無益於健康，還可能是多種疾患的信號，如：惡性腫瘤、結核病、胃病、糖尿病、甲亢、營養不良等。美國通過對近500名女性癡呆症患者的病歷研究，發現這些患者在沒有患病的21~30歲之間，體重都保持穩定，以後差不多都出現了體重明顯下降的狀況，被確診為癡呆症前10年左右往往有體重下降5千克以上的經歷。專家的解釋是，癡呆症早期即可損害病人的嗅覺與創造力，當嗅覺減退後，聞不到食物的香味，就沒有胃口，導致食量下降，體重怎能不下降呢？

## [溫馨提示]

體重銳減可能是癡呆症的一個早期信號，如果你不是有意識地改變飲食習慣，當體重在10周左右減輕5公斤(11磅)以上時，你就該到醫院看醫生了。

# 呃逆（打嗝）與心肌梗死

## [現象症狀]

呃逆俗稱“打嗝”，往往與胃部受涼或情緒波動有關，喝點熱開水或休息片刻即可停息。可剛過“知天命”之年的郭師傅卻是一個例外，一天上班時他突發呃逆，經休息、飲用熱開水等措施處理，卻無絲毫好轉跡象：後被工友送入醫院急診科，心電圖顯示下壁心肌梗死，經醫生搶救脫險。

## [專家分析]

心肌梗死是心臟病患者最危險的併發症，通常有心絞痛、大汗淋漓、呼吸困難等伴隨症狀。但有少數患者(如郭師傅)僅僅表現為呃逆不止，乃因壞死心肌刺激了膈肌，引起膈肌痙攣所致。

## [溫馨提示]

中老年人特別是心臟病患者，如果突發呃逆不止，務必警惕心肌梗死，須及時到醫院做心電圖檢查，以免猝死悲劇發生。



# 小腿抽筋與動脈硬化

## [現象症狀]

供職於一家合資企業的章工程師50多歲，身材雖清瘦但精力旺盛。近幾個月來，他常感到小腿有些疼痛，還時不時出現抽筋的現象，頗令他不安。聽人說這是缺鈣的表現，於是，購買了鈣劑服用，遺憾的是，始終見不到效果，小腿疼痛抽筋依舊。他沒轍了，不得已走進了醫院。出乎他意料的是，醫生診斷其並非缺鈣，而是動脈硬化導致腿部血供障礙所引起的“缺血性痙攣”。

## [專家分析]

缺鈣確能引起腓腸肌痙攣，導致小腿抽筋。但不可將小腿抽筋全部歸咎於缺鈣。其他疾病，如下肢動脈硬化也可產生這樣的惡果。因為下肢動脈硬化後，引起迴圈障礙，小腿肌肉由於缺血而發生痙攣，抽筋疼痛等症狀也就“應運而生”了。

## [溫馨提示]

中老年人發生腿痛抽筋，不要簡單地歸咎於缺鈣，還可能與常見的動脈硬化有關。究竟是哪一種原因應請教醫生，隨便聽信、盲從他人或自己想當然行事都是錯誤的。

# 肛門瘙癢與直腸癌

## [現象症狀]

已在大學講壇上站了整整 30個春秋的華教授，3個多月前突發肛門瘙癢。由於他忙於教學與學術研究，難以抽身，一直未去醫院檢查。在一個偶然場合他遇見了一位現在是外科大夫的中學同學，順便談了自己的情況。同學讓他不要大意，有空時去醫院檢查一下。在門診，只做了一項極其簡單的檢查—肛門指檢，診斷就出來了，華教授患了直腸癌，幸好，還不算太晚。

## [專家分析]

肛門瘙癢的病人不少見。原因也很多，如：肛周濕疹、皮炎、蟻蟲侵犯等，但不可忽略直腸腫瘤，特別是肛門奇癢者。據俄羅斯學者夏波耶夫調查，將近一半的直腸癌患者出現過肛周瘙癢，原因尚不清楚，可能是癌組織產生的特殊物質刺激肛門所致。

## [溫馨提示]

肛門奇癢很可能是直腸癌或乙狀結腸癌的早期表現，絕對不可憑自己的一星半點醫學知識來“自我診治”。



# 低血壓與帕金森病

## [現象症狀]

當你感覺身體發僵、走路時手臂不擺動時，你是不是以為是正常的衰老現象，還會發出一聲“廉頗老矣”的感歎？當你的血壓長期處於低水準狀態，你是不是以為自己今生不會遭受高血壓之害而暗自慶倖？如果是，你就錯了！因為這些症狀表明帕金森病已經盯上你了。

## [專家分析]

帕金森病是一種發生於中老年人中樞神經系統的疾病，輕者手腳顫抖，重則行動困難，甚至生活完全不能自理。著名數學家陳景潤就是因患上此病而永遠地告別了他畢生追求的數學研究事業。帕金森病一般起病年齡在55歲上，發病風險隨年齡增長而增大。除了嗅覺異常、身體僵硬、走路時手臂不擺動等前期症狀外，老年人的血壓值長期處於低水準，也是帕金森病的一個預警信號。

## [溫馨提示]

年滿65歲及以上者，如果血壓長期處於110/50毫米汞柱左右，便很可能患上了帕金森病，應及早防治才是。

*The End*