

指甲白点是蛔虫“信号”、耳部结节凹陷预示肿瘤、嘴唇发暗的有妇科病……

# 这些疾病自测法其实是自己吓自己

“人吃五谷杂粮,生活中免不了有头疼脑热、身体不适的情况。很多人工作忙不想去医院,便或浏览网页、或道听途说按图索骥给自己断症,然后再到药房买点药吃了事。为了迎合这些人,坊间流传起很多依据身体外在表征来判断是否得了某种疾病的方法。这些教普通人“自己给自己看病”的方法真的靠谱吗?近日,记者采访了相关医师,聊一聊这些流传甚广的疾病自测法。



## 耳朵发黑说明患有肾衰竭?

网传人体的耳朵与肾脏有很大关系,如果耳朵变黑了很有可能是患了肾衰竭。这是真的吗?

“耳朵等部位出现发黑现象,确实可能存在患病风险,但是还要甄别‘发黑’究竟是正常晒黑,还是毫无光泽的病态现象。此外,即便耳朵出现病态发黑,病人也不一定患了肾衰竭。”北京华信医院(清华大学第一附属医院)中医科主治医师伍利芬对记者说。

“耳朵虽然面积很小,但是也可细分成多个部位,上面分布了多个穴位,对应着身体的不同器官和部位。”伍利芬说。在中医学里,耳朵包括耳轮、对耳轮、耳舟、三角窝、耳甲艇、耳甲腔、耳屏、耳垂等结构,其对应的器官反射区与人体的正常结构呈倒立关系,即耳朵靠上的部位,如耳尖部、三角窝等,对应着人体的脚跟、小腿、生殖系统等器官;而耳朵靠下的部位,如耳屏、耳垂等,则对应颈、扁桃体、颌、眼等部位。如果耳朵上的某些部位发生了病变,则可能是其对应的器官出了问题。

伍利芬告诉记者,肾在耳朵上的反射区分布于耳甲腔中,而耳甲腔仍可细分成多个反射区,除了对应肾器官,还囊括了肝、脾、肺、心等反射区,若出现了不寻常的病变,不一定就是肾脏出了问题,还要再结合其他正规的检测手

段,确诊是否患病及患何种病。

## 耳部结节凹陷是肝硬化、肿瘤前兆?

在某医学咨询网站上,经常会看到一些民众咨询:耳鸣眩晕、耳部有可疑结节,是不是恶性肿瘤?除了结节,耳部局部还可能出现条索状隆起、点状凹陷等情况,很多人相信,这些是肝硬化、肿瘤的征兆。

在伍利芬看来,不论是结节、隆起还是凹陷,都是一种提示,身体内部某个部位出现了问题,应该注意调理并进行进一步的检查,不应过分慌张,盖棺定论为肿瘤等严重疾病。

“通常,耳部有隆起或结节预示气血凝滞不通,凹陷则可能由气血虚弱导致。”伍利芬表示,即便同样是气血虚或滞,不同器官也有轻重缓急之分。例如,耳朵的对耳轮上存在对应的颈椎点,若该部位出现明显凸起或凹陷,则很可能是颈椎病,大多数情况是“慢性病”;而耳甲腔对应脏器,如该部位出现了问题,则有引发“急症”的风险。因此,若耳部出现病症,还需要及时前往正规的医疗机构就诊,结合舌诊和现代医学检测手段才能确诊并对症下药,自行诊断存在一定风险。

## 女性嘴唇发暗意味着有妇科病?

你在刷手机的时候,有没有收到过这样的推送:“女孩有妇科病不自知?嘴

唇早已‘昭告天下’。如果你的嘴唇发暗,说明你的子宫很不健康,赶紧去查。”

乍一看有理有据,其实过于片面绝对。

“女性嘴唇发暗与有些妇科病相关,但二者不能划等号。”中国医科大学航空总医院中医治未病科副主任张慧指出,并非所有的妇科疾病都表征为唇暗。中医认为唇暗与血瘀、血虚及寒证相关。如宫寒、贫血及寒凝血瘀都可导致唇暗。

另外,先天性心脏病、心力衰竭、肺心病等缺血缺氧也可出现唇暗的症状。“嘴唇发暗的原因很多,如果出现这个症状,应该及时到医院就诊,找出确切病因,及时治疗。”张慧说。

“望闻问切”是中医诊断病情的一种方法,“望”为“四诊”首位,通过望唇色结合其他资料,可以诊断出体内的问题,除了临床用药外,患者还可通过运动、养心、规律饮食和作息等调节身体。

## 指甲有白点、竖纹表明有蛔虫、缺钙?

“经常有人致电咨询我,指甲上有白点或竖纹,是不是缺锌缺钙?实则不然。”伍利芬表示,还有人认为指甲上有白点是肚子里有蛔虫,指甲上出现竖纹说明体质差、肠胃不好,事实上,这些都没有科学依据。

记者了解到,指甲上出现小白斑、白线,通常为“白甲病”。听起来是一种病,实际上“威胁性”十分有限。正常的

指甲因为没有细胞核的存在,所以是透明的,当指甲角化不完全时,则会产生白甲症。指甲上单纯地出现几处小白斑,在儿童中十分常见,无需治疗。

伍利芬指出,指甲白斑可能由外部轻微损伤引起,只不过指甲的生长速度极其缓慢,这些创伤可能是好几个星期以前的,现在才长出来;也可能因体内因素产生,如熬夜、情绪差、压力大等,引起体内肝火旺盛,导致指甲长斑、眼红、眼干、耳鸣等症状,可适当调节心情,保证充足睡眠,就会好了。

“若指甲出现竖纹,则通常是机体衰老的征兆。”伍利芬告诉记者,若竖纹数量不多、指甲没有其他伴随症状,也无需过度紧张,机体衰老是生命中的正常过程。若指甲存在竖纹,还伴随皮肤干燥无光,则可能与人体操劳过度、经常过度熬夜有关,应注意补充水分、适当休息。

值得注意的是,若指甲出现横纹,相对来说是个重要的信号,可能是糖尿病、心脏病等疾病的信号,应引起注意并及时排查。

“还有一些人即便患病,在面部、耳部、指甲上也可能没有十分明显的表现症状,本着预防的性价比高于治疗的原则,请民众一定要定期体检,采用合规合理的医学检测手段长期监测身体,切不可讳疾忌医。”伍利芬说。

(据《科技日报》)