

90后女孩眼皮肿、眼圈黑 并非因为“晚上没睡好”

专家:不同类型的黑眼圈要对症下药

眼皮肿、眼圈黑,让才三十岁出头的晓茜(化名)苦恼不堪,她来到宁波市医疗中心李惠利医院皮肤整形美容中心就诊。经过医生细致的面诊和精准治疗,她的黑眼圈真的得到了明显改善,人也年轻了不少。

► 医生正在为患者做眼部填充治疗。



1 偏方都赶不走的黑眼圈就这样淡下去了

晓茜的黑眼圈从她小时候开始就有了,上中学时开始加重。到工作后,时常熬夜的她黑眼圈更加明显。每天上班时,同事们经常问得最多的一句话就是:“是不是昨晚没睡好?”可有时候即使睡足了9小时,她的黑眼圈也不会完全消失。

身边人一句无心的话,让她对自己的黑眼圈越来越在意,晓茜买了各种品牌、价格不菲的遮瑕膏、眼部按摩仪、名牌眼霜,试图减轻黑眼圈。有一阵子她还跟风网上的偏方,买了活血化瘀的中药痔疮膏,刺鼻的

药味熏得她眼睛都睁不开,但她还是坚持了几个月。不过,这些对于祛除黑眼圈的效果微乎其微。

她在网上搜索相关资料时,了解到李惠利医院皮肤整形美容中心可以改善黑眼圈,于是前往求助,接诊的陆欣医生经过面诊,告诉晓茜,她的黑眼圈属于结构性,眼袋、泪沟明显,凹陷的面部让黑眼圈愈加明显。

在陆欣的建议下,晓茜接受了填充治疗。果然,黑眼圈淡了,人看起来精神了不少,也显得年轻了。

2 黑眼圈根据病因分为三种类型

陆欣说,黑眼圈虽不会影响身体健康,但总给人无精打采、疲劳的精神面貌,虽然被戏称为“熊猫眼”,但并没有熊猫的可爱,只会显得更加衰老。有黑眼圈的人绝不在少数,但即便觉得自己有改善的需求,很多求美者并不知道是可以治疗的。

黑眼圈根据病因可以分为三种类型:色素型、血管型和结构型。“比如说色素型黑眼圈通常是呈浅褐色、深褐色再到黑褐色,严重时上下睑同时出现。”陆欣解释,色素型黑眼圈形成的原因主要就是日晒、眼周皮肤炎症、慢性鼻炎等因素,导致眼周黑色素代谢速度变慢,黑色素堆积在皮肤内。

结构型黑眼圈的特点则是眼袋

或泪沟明显。陆欣表示,这种类型的黑眼圈是因为眼周皮肤下垂、肌肉松弛、眼球突出、泪沟下陷造成了局部阴影,通常表现为眼袋、泪沟、黑眼圈并存,可以通过填充和手术来解决。

血管型黑眼圈多出现在皮肤白皙的人群,呈青紫色。由于下睑皮肤薄,血管颜色透过皮肤显露出来。色素型和血管型需要纠正作息、保证充足的睡眠,结合填充和激光治疗,可以适度缓解。

“晓茜用过的各种祛除黑眼圈的偏方,不能说完全没用,只能说作用有限,达不到预期的效果,最终还是要对症下药。”陆欣提醒,在临床中不少人是混合型,需要专科医生来诊断。

3 小朋友的黑眼圈很可能和过敏有关

日常生活中,也会遇到小朋友有黑眼圈的情况。陆欣提到,小孩子一过性的黑眼圈是和作息有关系的,但长期挂着黑眼圈,和过敏性鼻炎高度相关。

孩子患了过敏性鼻炎以后,长期的过敏导致孩子的鼻甲肥大,鼻甲肥大大会压迫蝶腭静脉丛,进一步导致眼

部静脉和眼角静脉淤血,于是眼眶下面呈现出灰蓝色环形暗影,这就形成了我们看到的黑眼圈。

因此,家长不需要过于焦虑,随着孩子年龄的增加,抵抗力的增强,过敏体质逐渐得到改善后,黑眼圈的情况也会好转。

记者 陆麒麟 文/摄

19岁胖小伙 确诊肝硬化,无法逆转!

医生:这几类人群要重视脂肪肝检查

“19岁的孩子怎么可能得肝硬化?他没有症状,也不喝酒啊!”近日,面对肝硬化的诊断报告,19岁男孩小军(化名)的母亲觉得“天崩地裂”。

宁波大学附属第一医院感染科杨乃彬医生说,小军是他接诊的最年轻的肝硬化患者,患病原因是长期肥胖导致了脂肪肝,引起的严重肝纤维化已无法逆转。

► 杨乃彬医生在查房。



长期肥胖致19岁小伙严重脂肪肝

“又高又壮”,这是杨乃彬对小军的第一印象。19岁的小军在读大学,身高1.90米,体重有95公斤,体格魁梧。他近日因腹泻住院,接受了肝脏B超等常规检查,提示“肝硬化,肝周有积液”。肝纤维化等级按严重程度分为1级-4级。小军肝纤维化等级为4级,即常说的肝硬化。肝纤维化的原因有很多,在临床上多见有病毒性肝炎、酒精肝、脂肪肝、自身免疫性疾病等。

小军随后转到感染科就诊。进一步检查后,杨乃彬为小军排除了乙肝、丙肝、自身免疫性肝病等情况,考虑小军肝硬化的原因是长期肥胖引起的脂肪肝所致。

小军的父母急切地问,能不能通过吃药、打针来治疗甚至根治?杨乃彬遗憾地告诉他们:小军的情况,几乎没有药物可以逆转,只能控

制肝硬化的进展。如果不积极控制病因,继续发展下去,会有两大风险:一是容易出现上消化道出血、腹水、肝性脑病等肝硬化并发症;二是容易患肝癌。

小军要怎么控制肝硬化进展呢?杨乃彬说,目前没有有效药物,主要靠减重。他建议小军第一阶段主要“管住嘴”,通过调整饮食结构,减少热量摄入来减重。如果靠自律难以实现科学减重,可以在专业人士指导下,通过药物辅助等手段来减重。效果不明显的话还可以进一步考虑外科减重手术。

他也特别提醒,在这一阶段暂不适合通过运动来减肥,一来容易损伤关节,二来可能影响肝脏供血,加重病情。等减重达到一定效果后,再循序渐进地“迈开腿”来运动。

脂肪肝年轻化趋势明显,发病因人而异

作为一名和肝脏疾病打交道的医生,杨乃彬有两个明显感受:一是脂肪肝年轻化趋势明显;二是门诊患者中脂肪肝患者的比例升高明显。他认为,这主要和生活水平提高后,人们摄入高脂高热量的饮食过多,运动量又往往偏少相关。

和小军的父母一样,门诊中很多家属和患者不理解,为什么没有症状,却被诊断出了脂肪肝甚至肝硬化呢?对此,杨乃彬解释,肝脏是身体中最沉默的器官。肝脏本身没有痛觉神经,肝损伤达75%-80%时还能照常工作,因此肝脏出现问题,很难被及时发现。

脂肪肝的发病,个体化差异也很大。比如,肥胖是脂肪肝的一大主要病因,但是有的人体重超标也不会得脂肪肝,还需要考虑骨骼肌的含量占比。

杨乃彬特别提醒,这几类人群,

尤其要重视相关检查,以便及时了解自己是否患脂肪肝。

一是超重肥胖人群。尤其是本来就较胖,且半年内体重有明显升高或下降的人群。

二是糖尿病患者。糖尿病和脂肪肝这两个疾病往往互为因果,约有70%的糖尿病患者会同时患有脂肪肝。

三是慢性乙肝患者。慢性乙肝患者合并脂肪肝,会明显增加患者发生肝硬化、肝癌等肝脏不良结局的风险,需要更加积极地进行病因治疗。

如果已经确诊脂肪肝,建议在遵医嘱调整生活方式的同时,每3个月-6个月复查一次,以便及时掌握疾病进展。杨乃彬补充:“如果确诊后,没有积极控制体重,调整生活方式,那么复查也没有任何意义。”

记者 王颖 通讯员 庞赞 文/摄