

误把擦脚巾当洗脸巾 27岁小伙“脚气”上脸 医生:治“脚气”最怕半途而废

“脚气”也称足癣，容易反复也容易传染。对于这一临床上最常见的浅表真菌感染疾病，27岁的宁波小伙小陈（化姓）有更痛的领悟——近日，他误把擦脚巾当洗脸巾，竟导致“脚气”直接上了脸，差点“毁容”。

宁波市第二医院皮肤科田雅芝主治医师提醒，足癣虽是小病，传染性却特别强，不仅会传染到脚上，还会“爬”到手上、脸上甚至肺里。如果不及及时治疗或治疗不彻底，可能会导致症状持续加重，并继发细菌感染。足癣虽然难缠，只要用对药物、用足疗程，日常生活中注意个人卫生，就能将其拒之门外。



田雅芝在门诊中。

1 三年间脚气反复发作

一周前，小陈脸颊冒出两大块不规则的红斑，红斑上炎性丘疹，表面脱屑。远远看去，就像脸上被人扇了两巴掌。小陈一开始以为是湿疹，没当回事。被同事开过几次玩笑后，他才买了药膏自行涂抹。但用药一周，红斑依然醒目。思来想去，他到宁波市第二医院皮肤科就诊。接诊的田雅芝抬头一看，说：“这不像湿疹啊，从皮损特征看应该是真菌感染——面癣，你有‘脚气’吗？可能跟‘脚气’有关。”小陈一听有点蒙，随后撩开T恤，露

出腹部的一大片红斑，“我确实有‘脚气’，这肚子上也有一块，也是‘脚气’引起吗？”得到肯定的答案后，小陈脸上一副难以置信的表情：“我这三年间确实反反复复感染‘脚气’，但‘脚气’怎么会往肚子上、脸上长？会不会弄错了？”

为进一步确诊，田雅芝建议小陈进行真菌荧光显微镜检查，结果显示确实存在真菌菌丝。

生活中大部分人都得过足癣，为什么小陈的足癣像长了“脚”一样到处游走？在医生的追

问之下，小陈回忆起一个细节，“前阵子，有一天稀里糊涂的，误把洗脚巾当成了洗脸巾。”与此同时，小陈还不好意思地透露了一个关键信息，因为患有足癣，他常觉得瘙痒，不知不觉养成了爱抠脚的习惯。有时候抠过脚没有及时清洗，无意识地触摸身体的其他部位。

田雅芝留意到，在用药方面小陈也踩了“大雷”，激素药膏并不能杀灭真菌，反而可能降低机体、皮肤的免疫功能，增强真菌的致病力，导致足癣加重，更难治愈。

2 人体各个部位都可能感染真菌

过去的一个月，田雅芝在门诊中接诊了近20例足癣患者。“到了梅雨季节和夏秋季节，天气逐渐湿热，‘脚气’的发病率也会越来越高。”

田雅芝介绍，足癣中最为常见的真菌是红色毛癣菌，这种真菌在生活中分布极其广泛，它的传播能力超强，通过接触就能传播。“人体各部位都可能感染真菌，足部感染后是脚气，指甲感染后是甲癣，身体感染后是体癣，面部感染后就是面癣。”从症状上看，常见的足癣类型有水疱型、浸

渍糜烂型、鳞屑角化型。

治疗足癣，主要依靠抗真菌药物。但田雅芝在临床发现，足癣患者用错药、不规范用药的情况很常见。“比如使用激素药膏去涂抹足癣，比如涂了几天抗真菌药物看到症状消失便立即停药。”

她补充，对于大多数轻中度足癣，外用抗真菌药物就能起到很好的效果，如唑类（联苯苄唑、咪康唑等）、丙烯胺类（特比萘芬）等都是常用的药物。感染比较严重的患者，可以考虑

口服抗真菌药物。不过，口服抗真菌药应当在医生的指导下使用。

很多患者反馈足癣容易反复感染，不好治愈，事实并非如此。田雅芝建议从两方面阻断真菌传染的通道：首先，治疗足癣的疗程要给足，在症状消失后，再坚持2周继续治疗。另外，个人卫生也很重要，“建议把感染后使用过的塑料盆、袜子、擦脚巾都处理掉。最重要的一点是，手接触过患处后，要用肥皂或者洗手液认真清洗。”

3 预防传染，这些措施要记牢

足癣的传染性非常高，共用鞋袜、洗脚盆、毛巾都会引起传播，所以经常会有一个人得病，全家都被传染的情况。

如何避免出现这种情况呢？田雅芝给出几点建议：

1. 一人一盆一巾一用，不与他人共用鞋袜；袜子不与其他衣

物共同清洗。

2. 足部保持干燥清洁。洗脚或洗澡后，把足部彻底擦干，不要为真菌的滋生营造温暖湿润的环境。

3. 在炎热天气，避免长期将脚闷在不透气的鞋子里。建议容易出脚汗的人群使用铝盐止汗

剂，保持鞋子内部干燥。

4. 避免赤脚行走在公共浴室、游泳池、健身房等场所。

5. 如果察觉自己得了足癣，要及时找专科医生就诊，明确诊断后再用药。

记者 庞锦燕
通讯员 郑轲 文/摄

手指肿胀是关节炎？ 不！问题竟然出在心脏

“以为气喘就是上班太累，手指肿胀是关节炎，没想到居然是心脏出了毛病！”近日，北仑区第三人民医院内科医生通过观察李先生（化姓）手指的细微体征，成功揪出隐藏的肺源性心脏病。

李先生今年52岁，向来身体不错。但近一个月来，他反复出现明显的胸闷气促症状。起初他认为是工作疲劳所致，直到胸闷症状持续加重，才勉强前往医院就诊。

接诊的该院心内科主任章高华回忆，李先生的心电图初步显示SI TIII QIII 波形，结合临床表现和影像学检查一度考虑肺栓塞，而查体时发现的异常体征让他提高了警惕。李师傅的双手指尖呈典型“鼓槌状”膨大，指甲与指背夹角超过180°，这正是医学上称为“杵状指”的特征性表现。临床统计发现，杵状指与全身各系统疾病都有一定关系，心血管疾病的比例占到了10%—15%。

李先生听后不以为然，“这不就是普通的关节炎吗？”进一步的心脏彩超检查印证了医生的判断：李先生患有肺动脉高压，最终确诊为肺源性心脏病。

经过控制呼吸道感染、改善通气氧疗、降低肺动脉压及右心衰竭等综合治疗，他的呼吸困难症状已大幅改善。

“杵状指是由于长期缺氧刺激指端血管增生形成，与关节炎的肿胀完全不同。”章高华解释，“其典型特征包括指甲根部软组织增生、甲床角度改变。除了呼吸疾病如肺癌、支气管扩张，心脏疾病如先天性心脏病外，还可能与肝硬化、炎症性肠病等有关。”他说，临床经常能见到许多患者直到出现紫绀、严重呼吸困难才就医，他们都有杵状指的典型特征，“这说明身体已经‘预警’了多年，但他们没有引起重视，以至于错过了早期干预时机。”

章高华提醒，身体的细微变化可能是重大疾病的“信号灯”，及时就医检查是守护健康的关键一步。如果发现不明原因的手指或脚趾变形，尤其是伴有气促、乏力、活动耐力下降等症状时，应立即前往心内科或呼吸内科排查。

记者 庞锦燕
通讯员 楼米钱 俞珍 文/摄



医生在查房中。