

反复肿痛，疼到走不了路！ 高二女生深受“嵌甲”之苦

医生教你怎样剪指甲

说到“嵌甲”，很多人都有“切肤之痛”：不仅指甲往肉里面长，甚至会引发甲沟炎。得嵌甲很大一部分原因，是指甲剪错了。近日，奉化区中医医院骨伤科杨世荣副主任中医师碰到了一个极端案例，高二女生小蕊(化名)脚部得“嵌甲”多年，其间反复肿痛、流脓，严重时疼得走不了路。通过手术，小蕊深埋软组织之间的趾甲终于“重见天日”。



小蕊(中)复查时和医生合影。受访者供图

1 高二女生深受折磨

3年前，小蕊经常发作的嵌甲成了妈妈李女士(化姓)的心病。“妈妈，我脚趾头又疼了，走路好痛……”每每听到女儿小蕊的哭诉，李女士心如刀割。她想过各种办法，带女儿去当地修脚店修理，去当地医院治疗，但都阻挡不了“嵌甲”的“死灰复燃”。绝望之际，她打听到奉化区中医医院骨伤科医生杨世荣能治这种“怪病”。

“杨医生，我女儿前阵子左脚趾甲化脓，不得不拔了甲，您看看她这种情况能治得好吗？”前期沟通时，李女士向杨世荣发去指甲照片。看到血淋淋的脚趾头，杨世荣也皱起了眉：“这是‘嵌甲’中比较严重的类型，我们称之为‘包埋甲’，情况比较少见，也不太处理好。”他解释，反复修脚都可能导致“包埋

甲”。

“这毛病发作起来太痛苦，再难处理您也要帮孩子想想办法。”面对焦虑的李女士，杨世荣经过评估后给出治疗方案，“可以尝试采用Howard-Dubois术式，通过巧妙设计并修整皮肤皮瓣，让深埋软组织之间的趾甲正常生长。”他说，这个手术特别适用于像小蕊这样严重包埋甲畸形的患者。

经过充分的线上沟通和术前准备，李女士带着小蕊找到杨世荣。手术如期举行，杨世荣与团队成员默契配合，术中一切顺利。看着小蕊原本被红肿肉芽紧紧包裹、触目惊心的脚趾，终于露出了健康的趾甲轮廓，疼痛也得到显著缓解，李女士悬着的心终于放下。

2 很多人剪错了指甲

“很多患者像小蕊一样，脚趾疼了，第一反应是去修脚店处理。修脚店只是切除部分趾甲，确实即刻能缓解疼痛。”杨世荣在门诊中经常遇到这样的患者，但这种处理办法并不是长久之计，“因为这招‘治标不治本’，很容易复发，甚至加重畸形程度、加剧疼痛。”

他指出，得“嵌甲”很大一部分原因是指甲没剪对，“指(趾)甲剪得太短，就会暴露出底下娇嫩的软组织，导致指尖容易受伤。”他分析，在外力作用下，指(趾)甲前缘会像发

际线一样不断后退，导致指(趾)甲盖逐渐“缩水”，“嵌甲”也随之产生。

据他观察，“嵌甲”型甲沟炎是甲沟炎中最为常见也非常严重的类型，保守治疗往往效果不佳。“目前，我们医院骨伤科对于治疗‘嵌甲’型甲沟炎采用winograd手术治疗，近三年已累计治愈大约300余例。”他介绍，针对不同甲沟炎类型，还有Howard-Dubois术式、欧米伽微力钢丝结合棉花填塞治疗、Quenu成形术等方式治疗。

3 轻微甲沟炎可在家“自救”

针对轻微甲沟炎，他介绍了一个在家“自救”的办法，“适用于甲沟炎初期，表现为轻度红肿、疼痛但未化脓，无明显渗出。可使用红霉素软膏、莫匹罗星软膏等药膏涂抹患处，同时，可口服青霉素类、头孢类等抗菌药物进行抗感染治疗。”

他提醒，如果在甲沟炎初期没有引起重视，出现严重的红肿，十分难忍的疼痛时，不要随意处理，更不能继续挤压，建议到医院找专业医生检查后采取合适措施。

怎么样剪指甲才能避免“嵌甲”呢？杨世荣给出一个小窍门——剪甲时把指甲剪平，不过度修剪两侧边缘，不要剪得太深，防止指甲生长嵌进甲肉。

记者 庞锦燕 通讯员 陈怡



摸完桃子，全身起疹

3岁女童遭遇桃毛接触性过敏

最近正是奉化水蜜桃上市的季节，汁水丰盈的桃子是消暑解渴水果之一。但对“过敏星人”来说，一不小心就惹事了。3岁的康康(化名)就因为摸了没洗的桃子，接触桃毛后引发过敏性风疹，浑身起疹又红又痒。医生提醒，桃毛、桃肉都可能引发过敏，有既往过敏史的人群应尽量避免再次接触桃子。

身上多处冒出红色风疹团

对于康康来说，并不是第一次吃桃子。之前妈妈总是细心地把桃子洗干净、削好皮，切成小块放在康康的专属小碗里。3岁的康康只需要用叉子戳着吃，从未接触过桃子表皮的绒毛。

当天中午，康康爸爸从奉化带来一箱水蜜桃。康康觉得好玩，迫不及待地从小箱子里拿出所有桃子当成玩具玩了起来。没想到半个小时后，她的脸上、手臂和腹部突然冒出大片大片的红色风疹团，痒得康康直哭。爸爸见此情形，立刻带她来到家附近的北仑区新碶街道社区卫生服务中心就诊。

儿科医生倪灵霞检查后发现，康康身上的疹块呈不规则凸起，皮肤发红、肿胀，属于典型的过敏性荨麻疹。康康爸爸表示，孩子有过敏性鼻炎病史，但以前吃桃子没有出现过敏现象。

倪灵霞得出以下诊断——康康是典型的桃毛接触性过敏。“桃毛中的某些蛋白质可能会刺激免疫系统，促使组胺释放，引发风疹团；此外，桃毛上会附着花粉、农药残留等也会加重刺激。”经过抗过敏药物治疗，康康的风疹团当天便消退。

30%的人会对桃子过敏

倪灵霞表示，欧盟呼吸道健康委员会的调查数据显示，最容易引发过敏的水果就是桃子，有数据显示，大约有30%的人会对桃子产生不同程度的过敏反应。有些人只是接触了桃毛，皮肤就起大片红斑、还伴有瘙痒；有些人则是吃桃子后嘴巴又麻又痒、嗓子肿痛，甚至还有严重过敏者会引起胸闷、窒息、腹泻、过敏性休克。

“不过，并不是所有带毛的水果都会引发过敏，但对有过敏性体质的孩子发生率会比较高，需要格外注意。”倪灵霞提醒，夏季是皮肤过敏的高发期，家长在给小孩食用水果时要彻底清洗；若孩子曾有花粉症、湿疹等病史，首次尝试新水果时应少量食用，观察是否出现口唇发麻等反应。一旦出现皮肤瘙痒、红肿，可用冷水冲洗并外涂炉甘石洗剂；若皮疹扩散或呼吸急促，需立即就医。

记者 陆麒雯 通讯员 王露君 文/摄



儿科医生倪灵霞正在检查小患儿。