



医师茶座

# 为何一到秋天就“烂嘴角”

■指导医生:福建医科大学附属口腔医院黏膜科林昱主治医师

□本报记者 张帅 通讯员 罗博文

虽然秋意渐浓,凉风有信,秋月无边,桂花香,蟹儿肥……是个舒服的时节,但对一些人来说秋天却是个折磨人的季节,比如福州31岁的陈女士,因为“烂嘴角”,国庆假期里,不敢大笑也不敢说话,一动就疼得撕心裂肺。

为什么秋天嘴角易烂?是上火造成的吗?

## 1 烂嘴角就是上火?

“烂嘴角”这种现象大家都认为是“上火”造成的,其实并非如此。

林昱说,“烂嘴角”在医学上称为“口角炎”,是口腔黏膜病中的一种常见疾病。口角炎的发生和嘴唇表皮结构有关,它比其他位置的皮肤薄,因此更易缺水,且保护性色素少。秋天本就气候干燥,再加上人体油脂分泌减少,就容易造成皮肤缺水、缺油的现象,从而诱发口角炎。

提醒

日常门诊中,“烂嘴角”的人群中,偏食的儿童、免疫力低下的老年人较为多见。

林昱建议,这类人群要注意食补,多吃蔬菜和水果,淘米时不要洗得过于干净,

这会让维生素B流失过多,导致摄入不足。要积极补充缺乏的维生素,保持营养均衡。

尤其是缺牙的老年人,要及时镶牙,恢复正常的咬合功能,加强锻炼,注意口腔卫生。

得了口角炎千万不要

舔,不仅不能缓解还会加重皮肤的干燥程度。在秋冬季节,针对干燥引起的口角炎,大家一定要注意保湿,适当涂抹润唇膏。

改正不良生活习惯,“烂口角”很快就会好啦。

## 2 “口角炎”原因

口角炎的病因很多,有的是由身体的原发病引起。

身体的原发病有哪些呢?它包括维生素B<sub>2</sub>(核黄素)缺乏、缺铁性贫血等。

维生素B<sub>2</sub>是细胞代谢及呼吸的重要物质。植物的胚芽和绿叶中、肝、蛋类、瘦肉和牛乳中维生素B<sub>2</sub>含量很丰富。

如果缺乏这些食物或者患有慢性肠病、长期使用抗生素、妊娠、传染病的病人均会促使维生素B<sub>2</sub>缺乏,从而出现口角炎、唇炎等口腔黏膜病症。

缺铁性贫血常伴有其他的慢性疾病,多种营养素缺乏,并合并微生物(细菌、病毒、真菌等)感染,也会出现口角炎。

## 3 局部刺激也会导致口角炎

一些老年人,因为牙齿缺失过多或者全口牙齿重度磨损,造成垂直距离缩短,继而口角皮肤和黏膜发生皱褶。皱褶处湿润,常继发细菌感染,从而出现口角

炎。一些有不良习惯,比如用手指、铅笔等异物摩擦口角区,或者口腔医生治疗患者时口镜牵拉口角时间过长也可能导致口角炎。

## 天天吃大餐 胃会被撑大吗?

□本报记者 林颖

国庆一放假,有些人就控制不住自己的食欲,趁此机会暴饮暴食。那么,暴饮暴食的长假除了让你胖三斤外,会不会把胃也给撑大了呢?

### 胃会被越撑越大吗?

胃真的会越撑越大吗?答案是,不会。胃是具有伸缩性的器官,但其大小轻易是不会发生改变的。

有些人认为每顿饭多吃点可以把饭量变大,或者经常吃得少会导致饭量变得越来越小的原因,更多的是一种心理作用。

“每个人的饭量大小和他们的运动量、胃肠道消化能力、饱食和饥饿中枢、大脑皮质之间的神经调节,以及饭菜可口程度等多种因素影响,而不是胃的大小决定的。”福建省老年医院消化内科曾庆新副主任医师说。

可能有些人要问了,那些

大胃王能一次吃下100个蛋糕、几十碗拉面……难道不是因为他们的胃比较大吗?

其实,大胃王的胃容量并不比常人大多少,只是他们的胃天生弹性较好,可吃到胃的极限2400~3200ml!

### 经常暴饮暴食、吃撑肚子 很伤消化道

虽然胃可以根据吃的食物多少而调整大小,并不意味着我们可以放任,想象一下气球被吹到极限后的场景,就知道后果有多可怕。

前不久,省老年医院就接诊了一位在聚餐时暴饮暴食的中年男子。因为聚餐时过于兴奋,男子喝下了一瓶多的葡萄酒,结果聚餐结束后,就呕出了一滩鲜红色液体,还出现头晕、面色苍白的症状。男子以为自己是把酒桌上喝的葡萄酒给吐出来了,结果到医院一检查,才知道自己是胃出血,呕出的鲜红色液体其实是鲜血。

“暴饮暴食导致的问题不仅是呕血,还会导致各种消化道问题。”曾庆新说。

比如常见的情况是诱发急性胰腺炎。

人在大量进食后,会刺激胰腺大量分泌胰液。这些含有蛋白酶、脂肪酶等消化酶的胰液,如同硫酸一样,严重腐蚀胰腺组织和周围脏器组织。这些坏死组织还会释放毒素,进一步损害腹腔内其他脏器。

如果吃太多、太急、太油,会加速胆汁分泌,促使慢性胆囊炎的急性发作,引起疼痛、发热、黄疸等症状,诱发胆道疾病。

此外,慢性胃炎患者若吃得太多太饱,容易引起慢性胃炎的急性发作,导致食物不消化、呕吐等症状。

当然,如果长期吃撑,会明显影响胃的排空功能,出现腹胀,也会导致慢性胃炎,引起消化功能下降。

保持规律的三餐,你对胃好,胃也对你好。

看到这虫子,别乱拍

有网友发帖分享了国庆期间的亲身经历。

自己在凌晨关灯玩手机时,手机屏幕的光亮吸引了小虫子在自己脸上爬动,开灯后,她发现是一只黑红相间的虫子,当时只是用手轻轻把虫子抚走,结果没想到随后几天,她的眼下就开始红肿疼痛,就医后确诊为隐翅虫皮炎。

热搜话题下,不少网友都表示被隐翅虫叮咬过。接触过隐翅虫后,皮肤上会留下明显的痕迹,并且要经过很长一段时间才会消除。



隐翅虫是一种鞘翅目昆虫,体型较小、细长,形似大蚂蚁。

近日,在漳州浦南镇的一处农家乐中,正在和朋友们烧烤吃串的阿成(化名)没想到,随手拍死了一只“飞天虫”,竟腐蚀了他的皮肤,长出脓疱和红斑。

返回家中,阿成只觉脖子上传来一阵火辣辣的痛,皮肤红肿、痛痒难耐。隔天一觉醒来,脖子处红肿加重,且长出脓疱,疼痛愈烈。



皮炎症状

过了两天,红肿越来越厉害,并且伴有烧灼性的疼痛感,阿成赶紧来到漳州正兴医院急诊科就诊。接诊的急诊科医生仔细观察了阿成的皮疹:境界清楚的红斑,红斑上可见脓疱,结合阿成的症状,最终诊断为隐翅虫皮炎,随后对其进行了对症治疗。

针对出现的症状,可使用炉甘石洗剂,也可将季德胜蛇药片碾成粉末,加水调成糊状局部外用。

(稿件来源:福建卫生报综合漳州正兴医院、新浪微博网友等)