

# 女子居家大扫除后高烧不退 肺部长出“小树芽”……

一周前,家住杭州的王女士(化名)出现咳嗽、乏力、发热。起初,她以为只是常见的感冒,便自行服用了一些退烧药。

然而,经过三天,王女士的症状非但没有缓解,反而持续高热,体温一度升至40摄氏度。在朋友的劝说下,她被送往杭州师范大学附属医院。

经过一系列检查,接诊的感染性疾病科(肝病科)周翔主任医师从肺部CT上发现,王女士的肺部长出了一个“小树芽”,经过专家查看,怀疑是霉菌性肺炎。

好好的怎么突然得了肺炎?经过周翔仔细询问,王女士再三回忆,终于想起来一个细节。

一个月前,她发现家中衣柜出现霉斑,便对发霉的地方做了清扫,其间没有做防护。

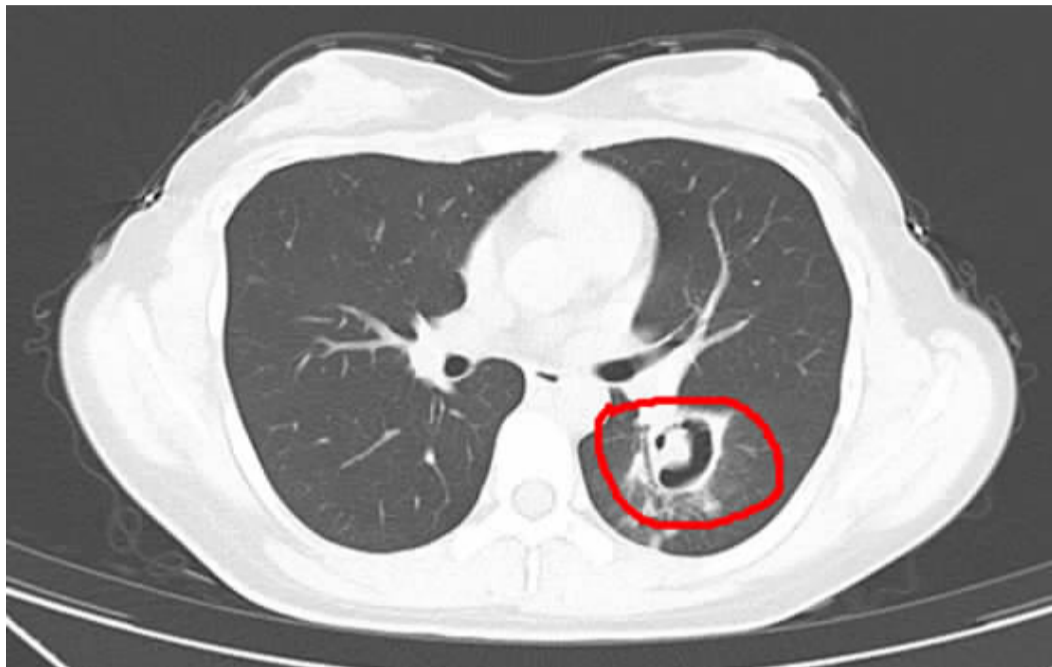
在清扫过程中,王女士不经意间吸入不少扬尘和杂质。之后她就出现阵发性咳嗽,由于程度较轻,她并未引起足够的重视。

了解了这一情况后,为了进一步确诊病情,周翔为王女士做了纤维支气管镜检查,果然发现气道壁上缀着大量白色菌斑。

经过化验分析,确认王女士感染的是曲霉菌,这是一种常见的霉菌。

王小姐在家中清扫墙壁和家具的灰尘并且未戴口罩,周翔判断很有可能是这些灰尘中混入了各种霉菌所致。王女士平时喜欢昼夜开窗通风,现正值南方四五月份气候回暖,阴雨不断,空气潮湿给霉菌生长提供了天然的有利条件。

周翔解释:“霉菌在人体内可引发感染,像王女士吸入气道引起肺部感染,还会引发口腔、皮肤、泌尿系统、胃肠道等感染,甚至引发全身感染。过敏体质的人群,吸入体内后可引发过敏反应。建议大家在打扫卫生的过程中尽量戴上口罩,穿好长衣长裤,打扫卫生完毕,尽快更换衣物。”



## 霉菌滋生季,如何做好防护

周翔表示,最重要的是要提高自身的免疫力,例如多参加体育锻炼,保持充足的睡眠,保持乐观的情绪,补充优质蛋白质,另外真菌感染和环境有一定关系,建议市民做好以下几点:

1.家中的墙角、窗台、厨房水池灶台,厨具餐具,冰箱内部、洗手间浴室、洗衣机内部、空调等地方容易滋生霉菌,此外长时间不用的书籍、地毯也容易长霉菌。因此,要做好居家清洁工作,定期晾晒被褥,勤打扫,及时清理发霉物品。可以用消毒水,比如3%的过氧化氢、苏打水,或者1:1调配的水和白醋进行清洁,也可以对书

籍、地毯等进行阳光晾晒,清除霉菌的时候注意戴口罩,戴手套,以免误吸。

2.霉菌会在潮湿的环境中生长,家中或办公室要注意通风,尤其在梅雨季节。在潮湿重灾区可以挂一袋吸湿盒或除湿包,也可以使用除湿机或空调,使室内湿度保持在40%~50%之间。

3.不要囤积过多的食物,一旦发现食物发霉要及时扔掉,隔夜的食物也不要吃。

4.尽量减少室内绿植栽培,避免土壤中的霉菌滋生。

# 一次采耳后,她的耳内长出白毛……

## 医生提醒:无须过度清洁耳朵

孔雀毛拂过面部,音锤在耳畔沙沙作响,耳勺、耳扒、镊子等轮番上阵,给耳朵来一次“深度清洁”……近年来,一股“采耳风”兴起,当工具轻刮耳廓的瞬间,总会让人感到有种置身云端的愉悦感。但采耳一时爽,实则却暗藏“危机”。

浙江省立同德医院耳鼻咽喉科主任熊高云表示,在采耳时,如果使用的工具或物品不当,可能会引起细菌或真菌感染,导致耳痒、耳闷和疼痛等问题。

### 采耳后长出一层白毛

32岁的张女士(化名)一直是采耳店的常客,她几乎每个月都要做一次采耳。一方面为了清理耳朵,另一方面为了放松身心。

半个月前,张女士又一次去了家附近的洗脚店里采了耳,可没想到的是,几天后她突然觉得耳道内奇痒无比,还有些发闷,甚至总有种潮湿感,时不时会有水流出来,用挖耳勺、棉签掏都无法缓解。

坐立难安的张女士来到了浙江省立同德医院耳鼻咽喉科熊高云主任处寻求帮助。

经过耳内镜探查,熊主任发现张女士的外耳道深部有较多黄褐色分泌物,耳道壁上布满了一圈厚厚的痂皮,痂皮表面有一层白色毛毛,像发霉似的,这些都是典型的真菌性外耳道炎症状。考虑到她前不久进行了采耳,因此推测这可能与采耳时损伤了外耳道皮肤或器具消毒不彻底有关。

“外耳道口小、洞深,适宜真菌生长。在接诊



的真菌性外耳道炎患者中,近六成都有常去洗脚店采耳的经历。”熊高云介绍。

真菌性外耳道炎是一种外耳道的真菌感染性疾病,主要病症为耳痒、耳内不适、耳闷,有些甚至会有耳鸣、耳道流水样分泌物,其中分泌物阻塞耳道时会影响力,造成耳朵闷、结痂且痂膜较厚等情况。

针对张女士的症状,熊高云在耳内镜下为她清理了霉菌团块、痂皮等,然后用抗真菌药膏涂抹外耳道皮肤,后续还需持续涂抹1~2周才能彻底消灭耳内真菌。“真菌感染复发率高,坚持用药的同时还应保持外耳道清洁、干燥。切忌用酒精、碘伏刺激耳道,如有不适要尽快到医院检查。”

### 要不要经常掏耳朵?

很多人存在一种误区,认为耳屎作为耳朵的

排泄物,是一种无用的东西,因此需要经常去采耳店清理。可事实上,大多数人并不需要频繁掏耳朵。

“外耳道软骨部皮肤具有耵聍腺,其淡黄色黏稠的分泌物称耵聍,俗称耳屎。我们日常生活中通过咀嚼、张口、打哈欠等下颌关节活动,耳屎会不断向外耳道的道口(也就是耳廓)移动,在不经意间就会以薄片状自行排出,因此根本不需要特意去清理。”熊高云说。

此外,耳屎也绝不是耳内的垃圾。一来耳屎可以阻止细小的尘垢和昆虫这些外来物质进入体内;二来作为含有油性、呈现酸性的耳屎可以让耳道保持干燥,维持酸碱平衡,让我们的耳道不会沦为一个潮湿又多碱的天然细菌培养基。耳屎还对多种细菌都有灭杀效果,能够有效阻止真菌繁衍。可以说,耳屎是内耳道重要的“防御铁军”。

“如果一些患者本身有慢性外耳道炎,分泌物相比一般人要更多一些,造成耵聍栓塞,影响听力,这种情况下可以通过耳道清理,取出耵聍来缓解不适感。”

最后,熊高云强调,耳朵是一个需要妥善保护的器官。采耳需谨慎,频繁清洁和过度清洁都可能对耳道健康造成危害。合理保护耳朵,尊重其自我清洁机制,是维护耳道健康的关键。希望大家能够重视耳朵健康,才能避免不必要的耳道感染和听力损伤。

如果采耳工具的清洗消毒不够彻底,或者采耳手法不够专业,都可能会造成采耳后霉菌感染、外耳道湿疹,以及耳道损伤等健康风险,得不偿失。

本版据潮新闻