

# 舟山医院两科专家联合科普： 嘴角小水泡勿轻视，可能藏大风险

□记者 高阳 通讯员 叶青盛

日前，据郑州人民医院披露了一则令人痛心的病例，当地30多岁的张女士（化名），嘴角长了小水泡，误以为只是天气干燥、劳累上火引起的“烂嘴角”，自行购买消炎药膏涂抹，并未重视。随后水泡扩大，张女士出现高烧、浑身无力症状，送医后被确诊为疱疹性脑炎。而最初嘴角的小水泡，正是由单纯疱疹病毒感染所致。尽管医院全力抢救，她最终仍因大脑功能衰竭不幸被宣告脑死亡。

生活中，嘴上起个小水泡，很多人第一反应就是“上火了”，喝点凉茶、抹点药膏，扛几天便作罢。很少有人想到，这看似不起眼的水泡，竟可能与脑炎、脑死亡联系在一起。

那么，单纯疱疹病毒有哪些健康隐患？如何预防和避免感染？带着这些问题，记者采访了舟山医院皮肤科、神经内科专家，为市民解读单纯疱疹病毒的传播途径、健康隐患、鉴别要点与科学防治，揭开常见皮肤症状背后的健康真相。

## 人是唯一宿主，单纯疱疹病毒感染后可终身潜伏

舟山医院皮肤科负责人、副主任医师龚伟平介绍，单纯疱疹病毒（HSV）分为1型和2型。绝大多数人一生中都可能被感染，且病毒无法被彻底清除，会终身潜伏在神经节内，在免疫力下降时反复发作。

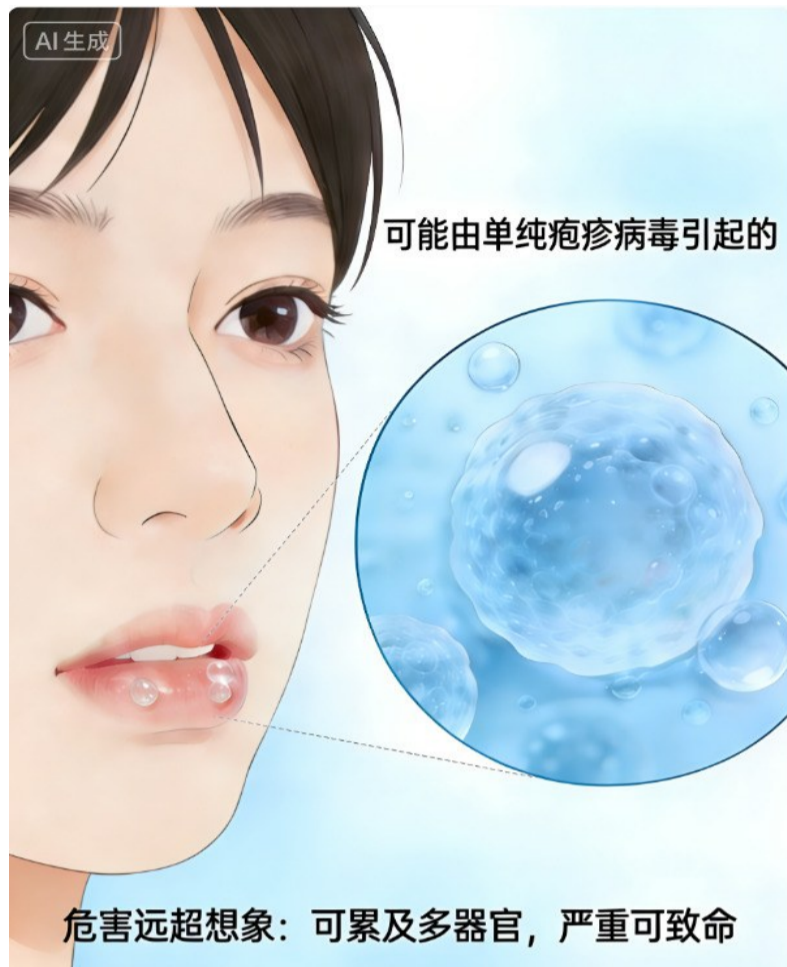
HSV-1型：主要感染口周、面部黏膜，也就是大家常说的“烂嘴角”上火起泡，可通过接吻、共用餐具、接触疱液等传播，人群感染率极高。

HSV-2型：主要感染生殖器部位，多通过性接触传播。

龚伟平表示，单纯疱疹病毒传播途径多样，包括直接传播和间接传播，“直接传播包括亲吻、咬指甲、哺乳期喂奶、医务人员职业暴露等；间接传播包括接触被病毒污染的毛巾、水杯、衣物、餐具等。”

疱疹常在人体免疫力低下时发作，比如感冒发烧、女性经期、熬夜过劳、精神压力大、营养不良等时期，都容易“中招”或复发。

很多人关心：嘴上起水泡，就一定是单纯疱疹病毒吗？龚伟平明确



表示：不一定。

长期缺乏维生素B族、维生素C，会导致黏膜修复能力下降，水泡反复出现；食物过烫、嘴唇划伤等外力刺激，也会引起创伤性水泡。

“这两类情况，通过补充营养、保护局部创面，大多可自行愈合。而单纯疱疹的典型特点是：先有灼热、瘙痒、刺痛，再出现簇集小水泡，容易破溃结痂，且反复发作。”龚伟平解释道。

在很多人印象里，单纯疱疹就是个小毛病。但在医生看来，它的危害远不止皮肤表面。

首先是皮肤黏膜反复损伤：口周、生殖器部位反复起疱，疼痛、瘙痒，破溃后易继发细菌感染，影响外观与生活；其次是眼部、神经受损：病毒可侵犯眼睛，引起疱疹性角膜炎、结膜炎，反复发作可能影响视力；病毒潜伏在神经节内，被激活后可引发神经痛，部分患者因反复发作、担心传染，出现焦虑、抑郁等心理问题。

最重要的是，重症感染，危及生

命：对于免疫力低下人群，病毒可全身播散，引发疱疹性湿疹、疱疹性咽炎等。

舟山医院大内科负责人、神经内科主任医师何松彬提醒，单纯疱疹病毒具有嗜神经性，可通过血液或神经通路侵入脑部，引发疱疹性脑炎、疱疹性肝炎。这两类是单纯疱疹感染中最凶险、病死率极高的类型。

其中，疱疹性肝炎表现为发热、腹痛、黄疸升高、肝肿大，严重可致死；疱疹性脑炎表现为高热、剧烈头痛、昏迷，正是导致张女士悲剧的元凶。

何松彬特别强调，“发热+头痛+意识改变”，一旦出现，尤其近期有口唇疱疹史，必须立刻就医，一分钟都不能耽误。

## 单纯疱疹≠带状疱疹，别再混淆误治

生活中，很多人把单纯疱疹和带状疱疹混为一谈，导致护理、用

药全错。两位专家联合梳理，四大区别一目了然：

**病因不同** 单纯疱疹由单纯疱疹病毒引起；带状疱疹由水痘一带状疱疹病毒引起，多为儿时水痘病毒潜伏体内，成年后复发。

**症状不同** 单纯疱疹簇集小水泡，局部轻痒、轻痛，一般不留后遗症；带状疱疹沿神经单侧分布，呈带状成片水泡，剧烈神经痛，皮疹消退后仍可能长期疼痛。

**部位不同** 单纯疱疹好发于口唇、鼻周、生殖器等黏膜皮肤交界处；带状疱疹好发胸背、腰腹、头面部，沿神经走行分布。

**治疗不同** 单纯疱疹以抗病毒口服药+外用药为主，普通型一周左右可愈；带状疱疹需要抗病毒+止痛+营养神经+消炎等综合治疗。

何松彬特别提示，疱疹频繁发作，其实是身体发出的“免疫预警信号”。病毒本在体内休眠，一旦抵抗力下降就会被激活。临床观察发现，反复发作者后续检出肿瘤、免疫疾病的概率有所升高，“这不是说病毒致癌，而是免疫力失守的警报。”

延伸阅读

## 这样预防、这样处理 守住健康防线

结合舟山医院两位专家的建议，记者整理出一套实用防治指南。

**日常预防**。勤洗手，不与他人共用毛巾、水杯、餐具、口红、剃须刀等；疱疹发作期，不接吻、不进行无保护性行为，避免传染他人；规律作息、均衡饮食、适度运动，不熬夜、不过度劳累，守住免疫力是第一道防线；孕期、备孕女性可提前咨询筛查，避免母婴传播；高危人群可关注疫苗接种信息，在医生指导下防护。

**发作时正确处理**。轻症，在医生指导下使用抗病毒药膏，保持局部清洁干燥，不抠、不挑破水泡；复发频繁，遵医嘱口服抗病毒药物，抑制病毒复制；高危信号立刻急诊，出现发热、脖子发硬、怕光、腹痛、黄疸、呕吐、意识模糊等，立即前往医院，排除脑炎、肝炎等重症可能。

## 宁波患者专程来舟山求医 一查竟是三种肛肠病缠身

□通讯员 石冰沁

宁波的毛女士（化名）被肛门疼痛、便血困扰近一个月，实在难以忍受，专程驱车来到舟山求医。

毛女士多年来深受痔疮困扰，此前一直觉得是小毛病，忍一忍就过去。可这次症状明显加重，便血频繁，肛门疼痛难忍，严重影响日常生活。经多方打听，她得知舟山市名中医、市中医院肛肠科负责人方善光主任在中西医诊治肛肠疾病方面经验丰富，于是专程赶来求助。

接诊后，方善光详细问诊、仔细

检查，最终确诊毛女士并非单纯的痔疮，而是同时患有肛裂、环状混合痔、肛周脓肿三种疾病，属于较为复杂的多发肛肠病症。

临床上常把痔疮、肛裂、肛瘘、肛周脓肿称为肛肠疾病“四大天王”，这类疾病发病率高，且容易相互诱发。像毛女士这样多种问题叠加，多与长期不良生活习惯及拖延诊治有关。干结粪便的摩擦易引发肛裂，痔疮反复发作会导致肛周血液循环不畅，加上局部细菌感染，进而诱发肛周脓肿。如果不及早干预，还可能发展为肛瘘，大大增加治疗

难度。

针对毛女士的病情，方善光为其制定了个性化手术方案，实施了肛裂切除术+括约肌离断术+肛周痔切除术+内痔环切术+肛周脓肿切除术，在彻底清除病灶的同时，最大程度保护肛门功能。术后配合中药坐浴、穴位贴敷等中医特色疗法，有效缓解疼痛、促进创面愈合，毛女士恢复状况良好。

大家在享受美食的同时，更要守护好肛肠健康。方善光提醒，日常需注意规避这些风险因素：

饮食上减少高油、高辣、油炸食

物摄入，多吃富含膳食纤维的蔬果、粗粮，保持大便通畅；

避免久坐久站，每小时起身活动片刻，促进肛周血液循环；

控制饮酒，减少酒精刺激肛周黏膜；

养成规律排便习惯，如厕时不玩手机，尽量缩短排便时间。

肛肠疾病虽常见，但切勿因“难以启齿”而拖延。一旦出现肛门疼痛、便血、肛周肿块、瘙痒等症状，一定要及时前往正规医院就诊，早诊断、早治疗，才能避免小毛病拖成大问题。