

指甲白点是蛔虫“信号”、耳部结节凹陷预示肿瘤、嘴唇发暗的有妇科病……

# 这些疾病自测法就是自己吓自己

人吃五谷杂粮，生活中免不了有头疼脑热、身体不适的情况。很多人工作忙不想去医院，便或浏览网页、或道听途说按图索骥给自己断症，然后再到药房买点药吃了事。为了迎合这些人，坊间流传起很多依据身体外在表征来判断是否得了某种疾病的方法。这些教普通人“自己给自己看病”的方法真的靠谱吗？近日，记者采访了相关医师，聊一聊这些流传甚广的疾病自测法。



健康智能筛查机器人

资料图

## 耳朵发黑说明患有肾衰竭？

网传人体的耳朵与肾脏有很大关系，如果耳朵变黑了很有可能是患了肾衰竭。这是真的吗？

“耳朵等部位出现发黑现象，确实可能存在患病风险，但是还要甄别‘发黑’究竟是正常晒黑，还是毫无光泽的病症现象。此外，即便耳朵出现病态发黑，病人也不一定患了肾衰竭。”北京华信医院（清华大学第一附属医院）中医科主治医师伍利芬对记者说。

“耳朵虽然面积很小，但是也可细分成多个部位，上面分布了多个穴位，对应着身体的不同器官和部位。”伍利芬说。在中医学里，耳朵包括耳轮、对耳轮、耳舟、三角窝、耳甲艇、耳甲腔、耳屏、耳垂等结构，其对应的器官反射区与人的正常结构呈倒立关系，即耳朵靠上的部位，如耳尖部、三角窝等，对应着人体的脚跟、小腿、生殖系统等器官；而耳朵靠下的部位，如耳屏、耳垂等，则对应颈、扁桃体、颌、眼等部位。如果耳朵上的某些部位发生了病变，则可能是其对应的器官出了问题。

伍利芬告诉记者，肾在耳朵上的反射区分布于耳甲腔中，而耳甲腔仍可细分成多个反射区，除了对应肾器官，还囊括了肝、脾、肺、心等反射区，若出现了不寻常的病变，不一定是肾脏出现了问题，还要再结合其他正规的检测手段，确诊是否患病及患何种病。

## 耳部结节凹陷是肝硬化、肿瘤前兆？

在某医学咨询网站上，经常会看到一些民众咨询：耳鸣眩晕、耳部有可疑结节，是不是恶性肿瘤？除了结节，耳朵局部还可能出现条索状隆起、点状凹陷等情况，很多人相信，这些是肝硬化、肿瘤的前兆。

在伍利芬看来，不论是结节、隆起还是凹陷，都是一种提示，身体内部某个部位出现了问题，应该注意调理并进行进一步的检查，不应过分慌张，盖棺定论为肿瘤等严重疾病。

“通常，耳部有隆起或结节预示气血凝滞不通，凹陷则可能由气血虚弱导致。”伍利芬表示，即便同样是气血虚或滞，不同器官也有轻重缓急之分。例如，耳朵的对耳轮上存在对应的颈椎点，若该部位出现明显凸起或凹陷，则很可能是颈椎病，大多数情况是“慢性病”；而耳甲腔对应脏器，如该部位出现了问题，则有引发“急症”的风险。因此，若耳部出现病症，还需要及时前往正规的医疗机构就诊，结合舌诊和现代医学检测手段才能确诊并对症下药，自行诊断存在一定风险。

## 女性嘴唇发暗意味着有妇科病？

你在刷手机的时候，有没有收到过这样的推送：“女孩有妇科病不自知？嘴唇早已‘昭告天下’。如果你的嘴唇发暗，说明你的子宫很不健康，赶紧去查。”乍一看有理有据，其实过于片面绝对。

“女性嘴唇发暗与有些妇科病相关，但二者不能划等号。”中国医科大学航空总医院中医治未病科副主任张慧指出，并非所有的妇科疾病都表征为唇暗。中医认为唇暗与血淤、血虚及寒证相关。如宫寒、贫血及寒凝血淤都可导致唇暗。

另外，先天性心脏病、心力衰竭、肺心病等缺血缺氧也可出现唇暗的症状。“嘴唇发暗的原因很多，如果出现这个症状，应该及时到医院就诊，找出确切病因，及时诊治。”张慧说。

“望闻问切”是中医诊断病情的一种方法，“望”为“四诊”首位，通过望唇色结合其他资料，可以诊断出体内的问题，除了临床用药外，患者还可通过运动、养心、规律饮食和作息等调节身体。

## 指甲有白点、竖纹表明有蛔虫、缺钙？

“经常有人致电咨询我，指甲上有白点或竖纹，是不是缺钙缺锌？实则不然。”伍利芬表示，还有人认为指甲上有白点是肚子里有蛔虫，指甲上出现竖纹说明体质差、肠胃不好，事实上，这些都没有科学依据。

记者了解到，指甲上出现小白斑、白线，通常为“白甲病”。听起来是一种病，实际上“威胁性”十分有限。正常的指甲因为没有细胞核的存在，所以是透明的，当指甲角化不完全时，则会产生白甲症。指甲上单纯地出现几处小白斑，在儿童中十分常见，无需治疗。

伍利芬指出，指甲白斑可能由外部轻微损伤引起，只不过指甲的生长速度极其缓慢，这些创伤可能是好几个星期以前的，现在才长出来。也可能因体内因素产生，如熬夜、情绪差、压力大等，引起体内肝火旺盛，导致指甲长斑、眼红、眼干、耳鸣等症状，应适当调节心情，保证充足睡眠，就会好了。

“若指甲出现竖纹，则通常是机体衰老的征兆。”伍利芬告诉科技日报记者，若竖纹数量不多，指甲没有其他伴随症状，也无需过度紧张，机体衰老是人生生命中的正常过程。若指甲存在竖纹，还伴随皮肤干燥无光，则可能与人体操劳过度、经常过度熬夜有关，应注意补充水分、适当休息。

值得注意的是，若指甲出现横纹，相对来说是个重要的信号，可能是糖尿病、心脏病等疾病的信号，应引起注意并及时排查。

“还有一些人即便患病，在面部、耳部、指甲上也

可能没有十分明显的表现症状，本着预防的性价比高于治疗的原则，请民众一定要定期体检，采用合理的医学检测手段长期监测身体，切不可讳疾忌医。”伍利芬说。

## “不抽血、不化验”就能测健康指标？

近日，一些商场里面出现了一款叫做健康智能筛查机器人。

该机器号称在“不抽血、不化验”的情况下，只需将“双手掌覆盖传感器上的电极片，面部正对摄像头”，用两分钟的时间就能检测70多种身体的健康指标，还可以看看你的身体有没有亚健康……

记者也亲自去体验过这部机器。而且，这份报告看起来似乎还似有有理有据。不过，当我们换人用同一个账号再次检测的时候，就出现了意外情况。

当记者双手还没放好在检测面板前，电脑就开始进行检测，并且出现了相应的报告，而且两份报告差异不大。另外，最令记者觉得神奇的是：这个机器居然还可以检测到血脂。

广东药科大学附属第一医院健康管理部主任陆崇：“（首先）血脂的检查是患者非常关心的项目，因为很多人会因为营养过剩，导致血脂过高，而这种检测实际上很简单，只需要抽血就可以了，而且抽血是很准确的检测方式，所以我们是要求患者在正常饮食的情况下，第二天早上空腹8个小时以上来进行抽血，就可以了解血脂的情况这是最标准且公认的检测方法。”

此外，这部机器还号称可以检测你是否处于亚健康状态。但陆医生不能认同，“现在世界上还没有一个关于亚健康的定义标准，你的身体是不是处于亚健康状态，就不是这么随便就能定义的”。

而且这部机器的检测项目和医院的检测项目也有所不同。

陆医生表示，健康体检要根据每个人的需求，那就需要更多的科室，比如需要B超，甚至骨密度检测，还有动脉硬化检查、肺功能的检查等等。

某体检中心的医生告诉记者，现在市面上有很多打着“不抽血、不化验”就能快速检测出身体健康情况的仪器，从医学角度上说，这种检测仪所能检测到的都是很表浅的粗略检查，没有任何科学依据。该医生称：“任何涉及健康指标，特别是人体成分含量的指标，最精准的还是血液生化的监测分析。”

大家都知道：一项普通的体检涉及的项目会非常多，每一个项目都需要特定的仪器进行检查，所以如果想要详细又准确的体检结果，还是要去正规的体检中心进行检查。综合科技日报、北京青年报报道