

五感不灵, 疾病预警

北京清华长庚医院眼科主任医师 胡运韬 □主治医师 司山成
耳鼻咽喉头颈外科主任医师 伊海金 吴彦桥 □主治医师 胡斌 李赞硕
中医科副主任医师 刘承 □医师 崔兰凤
皮肤科主任医师 赵邑 □医师 孙靖璇

编者的话:看到颜色、闻到花香、听到鸟鸣、品到味道、触摸到柔软,这一系列感受都离不开视觉、嗅觉、听觉、味觉、触觉这五感。平时,机体对它们的应用都是自然而然的,并不会引人注意,但任一感官出现问题,对日常生活都可能产生巨大影响,要么食之无味,要么耳不聪目不明。

视觉 看出是老还是病

眼睛是一个人接触世界的最直接媒介,所以,相对于其他感官,视力变化总会被及时关注。各种视觉异常背后,有的是正常衰老,有的是病理改变,大家需仔细甄别。单纯视力下降。对儿童青少年来说,如果远视力较过去明显下降而近视力正常,最可能是患上了近视。而老年人如果远视力尚可,近视力逐渐下降,大多数是老花眼闹的,但若远、近视力都开始下降,且无眼红、眼痛及基础疾病,很

可能是老年性白内障。眼红眼痛。眼红、眼痛多为炎症所致。青壮年出现这一问题,最常见于虹膜睫状体炎、角膜炎,可伴随畏光、视物模糊等表现。如果发生在中老年人身上,且出现同侧偏头痛、恶心呕吐等症状,需警惕急性闭角型青光眼,短期内可导致失明。视物变形、视直如曲。这种情况主要是黄斑区病变所致,如黄斑水肿等。如果老年人视直如曲且眼前有黑影,可能是老年性黄斑变性。



味觉 脏器不适口先知

如果吃东西时总觉得不太对味,那就太影响食欲了。临床中,口腔味觉异常是很常见的症状,虽然大多不是危重病症引起,但仍需保持足够的关注。

口甜(口甘)。脾对应的味道为甘,摄入水谷过多易引发口甜,常见于糖尿病患者,多伴有口干、多食、消瘦等症状。

口苦。中医认为,心对应的味道为苦,心热则口苦。与胆囊相关的疾病,如胆囊炎、胆结石、胆道良性及恶性肿瘤、胆管炎等,也可能造成口苦。长期服用阿片类药物、头孢曲松、避孕药也可能引发胆囊问题,造成口苦。

口酸。肝对应的味道为

酸,肝气郁而化热,就会出现口酸、呃逆、反酸等症状,常见于胃食管反流等病,患者多伴有腹胀腹痛、恶心乏力、消化不良等表现。吃了甜味食物后觉得嘴里发酸可能是乳酸菌发酵造成的。

口淡。主要指吃什么都觉得没味道或味道淡,通常与过度劳累、腹泻、大量出汗、大病初愈等有关,根本原因是气血亏虚。如果是口腔创伤造成的神经麻痹,或唾液腺分泌出现异常,也可能影响味觉。

中医来看,心、肝、脾、肺、肾五脏分别对应舌、目、口、鼻、耳,而人体是一个整体,味觉异常往往不是单一脏器的问题,还需结合体质、基础病等进行综合分析。▲

嗅觉的产生,源于鼻腔深处的“嗅区”散布着大量嗅神经末梢。经鼻吸气时,气流会将环境中的各种嗅分子带入嗅区,与嗅神经末梢表面受体相结合,产生神经冲动,最终被传送至大脑皮层产生相应的嗅觉。

医学意义上的嗅觉障碍,是指对气味感知能力的减退或丧失,包括嗅觉

腔,造成嗅分子无法到达嗅区,出现嗅觉障碍。

上呼吸道感染。患病毒性感冒后,病毒可直接侵袭、破坏嗅神经细胞,导致嗅觉减退或丧失。嗅觉障碍还是新冠病毒感染的常见症状之一,发生率明显高于流行性感等其他上呼吸道感染疾病。研究发现,罹患嗅觉障碍的新

嗅觉, 长期刺激伤神经

减退、功能性失嗅、嗅觉完全丧失、嗅觉过敏、嗅觉倒错和幻嗅等,可伴有味觉障碍。如果发觉短期内有较明显的嗅觉障碍,需提高警惕,不仅会对享受食物、营养平衡、沟通交流、心理状态等造成一定负面影响,还可能是疾病信号。

鼻相关疾病。罹患过敏性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉或鼻腔鼻窦肿瘤时,鼻腔黏膜会水肿,分泌物或肿物可能直接阻塞鼻

冠病毒感染者大多在一个月内存恢复,但也有持续至阳康两年甚至更久者。

神经或免疫性疾病。美国芝加哥大学医学院耳鼻喉头颈外科贾杨特·平托博士将嗅觉障碍比作“煤矿里的金丝雀”,因为它通常不会直接造成死亡,而是一种疾病预兆。其在2014年的一项研究发现,嗅觉障碍与许多神经退行性疾病(如帕金森病、阿尔茨海默病、癫痫)和自身免疫性疾病(如多发性硬化症、克罗恩病)有关。

头部损伤。颅脑外伤、颅底骨折等可能造成嗅神经或嗅觉中枢的不可逆损伤,引发嗅觉丧失。▲

触觉 瘙痒只是浅表现

触觉的产生主要来自皮肤接触,它能让我们明确感知物体的温度、形状、质感等。但出现瘙痒、发麻等触觉感受异常时,却不仅是皮肤的问题。

瘙痒。长期瘙痒不仅可能引发搔抓,导致皮肤红肿、破损等,还会对睡眠和精神状态产生不良影响。若对瘙痒类型进行细分,皮肤性瘙痒多来源于干燥症、特异性皮炎、银屑病、荨麻疹和皮肤感染等,比如干燥是老年人瘙痒的最常见病因;系统性瘙痒多源自累及其他器官、系统的疾病,如慢性肾衰竭、肝脏疾病、血液系统或淋巴细胞增生性疾病,以及恶性肿瘤;神经性瘙痒与外周、中枢神经系统疾病有关,如感觉异常性背痛、多发性硬化;抑郁、焦虑等精神障

碍患者也可有瘙痒感。

手脚发麻。压久了、蹲久了造成的手脚发麻过一阵儿就能缓解,但病理性的需及时诊治,大多伴有触觉减退或敏感,常见于糖尿病,多发性硬化、帕金森病等神经系统疾病患者,周围神经病变、脊髓病变等神经病变也有致病可能。

触觉减退。神经萎缩、神经营养不良时,触觉会变得无力,不能产生正常的反应。脑出血、脑梗死、脑血管痉挛等疾病也会导致触觉减退。脑部疾病还可造成神经功能紊乱,引发触觉紊乱。

如果出现瘙痒、手脚发麻和触觉异常等症状,建议及时就医。如果就近有全科,可先就诊于全科;若瘙痒为主要症状,可先去皮肤科;如果出现神经系统症状,应到神经内科就诊;如果有糖尿病症状,要去内分泌科。▲

听觉 血压血糖都波及

就像其他功能一样,随着年龄增长,多数人的听力会逐渐减退。除此之外,也不乏其他原因造成的听觉异常,比如耳鸣、耳堵、耳痛等。这些症状可能只是一过性的,也可能是其他疾病的前兆。

耳鸣。频繁接触高分贝噪声,或参加一次喧闹的演出就可能造成耳鸣、耳痛、暂时甚至永久性听力损失。如果耳鸣伴耳根痛,并牵连下颌关节区,可能是颞下颌关节功能紊乱,这种耳鸣多为清脆的单一响声或碎裂的连续响声。药物也可触发或加重耳鸣,主要有阿司匹林等。

听力下降+耳鸣、头痛。压力、酒精、咖啡因等因素造成血压迅速升高,或因动脉硬化致使供应中耳和内耳的血管失去弹性,都可影响耳部血供,造成听力下降、耳鸣、头晕、头痛等不适。血糖过高累及内耳或听神经时,可造成感音神经性听力下降。

耳闷、耳堵。感冒后出现耳部及鼻窦感染,可引发中耳炎,出现耳闷、耳堵、耳鸣。此外,外耳道分泌的淡黄色耵聍(俗称“耳屎”),具有维持酸性环境、黏附异物的作用,有助保持耳道健康,但如果耵聍过多导致栓塞,也需及时就医清理。▲