

手心出汗好似下雨？ 你可能患上了手汗症

□呼和浩特晚报记者 安娜

排汗是人的正常生理现象，我们在紧张或是情绪激动时，都会出现手心冒汗的情况。但是，如果手汗特别多，甚至给生活、工作、学习及社会交往带来诸多不便与尴尬时，这可能就属于病态的手汗症了。

双手湿答答，把手机都“泡”坏了

不久前，受双手异常出汗困扰多年的小王，前往解放军第九六九医院就诊。原来，小王从小就手掌多汗，不论春夏秋冬，手里的汗就像下雨一般，可以顺着指缝往下滴落。“考试的时候需要手里握着纸巾、卷子上垫着纸，否则卷子就湿了。平时使用手机、电脑也需要特别小心，因为手汗经常会使手机、电脑键盘进水损坏。还有，我特别喜欢乐器演奏，也因为手汗太多根本没有办法学习。更让我苦恼的是，因为手汗过多，我不敢与人握手，就怕引来别人异样的目光……”谈及多年来手部爱出汗给自己带来的困扰，小王一肚子的苦水道不完。经过解放军第九六九医院心胸外科主任王科初步诊断，认为小王手汗过多的原因是其患有原发性手汗症。

“手汗症，通俗点来说就是手汗多，在无缘由的情况下手特别容易大量出汗。70%的人会同时发生脚汗，30%的人伴有发生脸汗，5%的人还会发生头汗。据调查统计，我国年轻人手汗症发病率约为2.8%，常见于少年和青少年。一般8至12岁起病，30岁以前症状最为明显，先天性家族遗传占25%。”王科医生介绍，手汗症临床上主要可分为原发性手汗症和继发性手汗症两种，继发性手汗症需要治疗原发疾病才能治愈，而更为多见的原发性手汗症可以通过手术来治愈。

“我们在平时的诊疗过程中发现，不少原发性手汗症患者看了很多其他科室，走了很多弯路，最后才来到心胸外科就诊。大多数患者不了解的是，原发性手汗症是一种外科治疗疾病。”王科医生说。

手汗症到底需不需要治疗？

呼和浩特晚报记者在采访中了解到，在日常生活、工作中，像患者小王一样受手汗过多困扰的人群还真不少。王科医生介绍说，手汗症确实给一些患者带来很多苦恼，他们不但要承受手汗症带来的诸多不便，还得不到家人和朋友的理解。因为在其他人看来，不就是手汗多点嘛，又不疼不痒，不影响健康，没有必要苦恼，更没有必要去治疗。实际上，手汗症虽然不是什么大病，对身体健康也不会造成什么影响，但它确实给学习、工作和社交造成了一定的困扰。很多患者性格孤僻、内向，不善与人交往，社交场合缺乏信心，甚至自卑，也会影响学习和工作。

那么，手汗症到底需不需要治疗呢？王科医生表示：“手汗症的治疗要以患者的病情决定。如果病情比较轻，手部出汗并不明显，一般不需要特殊的治疗，注意局部清洁卫生即可。如果已经影响到了正常的工作和生活，就可以考虑治疗。对于症状严重者，我们还是建议积极治疗，因为它毕竟也是身体健康状况异常的一种表现，应该及时进行干预。”

小小微创手术可解多年困扰

谈及该病的发病原因，王科医生表示：“有一个关键词是‘交感神经兴奋’。交感神经和副交感神经组合成植物神经，不受大脑的支配和控制，一旦植物神经发生紊乱，身体相应脏器包括汗腺就会出现失调情况，手汗症就是因为交感神经过度兴奋，造成手掌汗腺过度泌汗。针

对中、重度手汗症患者，目前治疗方法有非手术治疗和手术治疗两种。非手术治疗包含外用止汗剂、口服药、局部注射肉毒碱和离子电渗透疗法，但存在皮肤刺激、瘙痒、烧灼感、需要长期坚持、费用高昂等缺陷。在手术治疗方面，随着微创技术的发展，胸腔镜下的胸交感神经干切断术已成为当今治疗手汗症最快速、疗效最佳的治疗方式。

王科医生提醒患者，因为手汗症会持续存在，因此早治疗就可早日摆脱困扰。原发性手汗症治疗的最佳时机是青春期，此时症状最为明显，手术后马上就可以解除手掌多汗的症状。



医生简介：

王科，解放军第九六九医院心胸外科主任，副主任医师，医学硕士。内蒙古自治区医学会胸外科分会委员和内蒙古自治区心脏大血管专科分会委员，中国胸外科肺癌协助组——内蒙古肺癌协作组成员，获军队医疗成果三等奖2项、实用新型专利2项，从事胸部肿瘤、胸部创伤等心胸疾病的诊治工作20余年，擅长胸腔镜微创手术、经皮肺穿刺等诊疗技术。

多地气温回升明显 疾控机构提示科学预防流感

春季到来，多地气温回升明显、昼夜温差较大，容易引发感冒、流感等呼吸道疾病。疾控机构流感监测显示我国多地出现流感活动水平上升。中国疾控中心近日发布甲型流感健康提示，提醒做好个人防护，保持环境卫生，加强集体单位健康监测，尽快接种流感疫苗是科学预防甲型流感的有效举措。

北京大学第一医院感染疾病科主任王贵强表示，春季昼夜温差大、天气多变，是呼吸道传染病多发期。其中甲型流感是由甲型流感病毒

感染引起的急性呼吸道传染病，传染性较强、持续时间长，症状比普通感冒重，发热和全身症状明显。

根据中国疾控中心健康提示，患者在出现流感症状后，建议居家充分休息，保持房间通风，多饮水，饮食应当易于消化和富有营养。同时，尽量减少与他人接触。如果出现持续高热，伴有咳嗽、呼吸困难、神志改变、严重呕吐与腹泻等症状，要及时就诊。

如何科学预防流感？专家表示，勤通风、

戴口罩、做好手卫生都是预防流感的有效手段，应重点做好以下四方面，包括做好个人防护，保持手卫生和咳嗽礼仪，避免或减少去人群聚集场所；保持环境卫生、居所清洁通风，对门把手、扶手等定期清洁消毒；加强集体单位健康监测，学校和托幼机构应加强校内晨午检和全日观察，配合落实各项防控措施；尽快接种流感疫苗，建议高危人群在流感疫苗可及的情况下尽快进行接种。

（据新华社 顾天成）