

# 必须去看医生的 11 种身体症状

## 症状一:打嗝

**正常情况:**往往与胃部受凉或情绪波动有关,吃饭过快、胃里吸纳多余的空气就会引起打嗝。

喝点开水或休息片刻即可停息。

**异常情况:**如果频繁地嗝气或打嗝,可能是胃食管反流病的迹象。此时,胃酸反流至食道,引起胸部烫觉,更为严重的则会引起心肌梗死。

如果一整天打嗝或嗝气,或者经常借助药物帮忙,那么就要去医院检查了。

## 症状二:声音沙哑

**正常情况:**说话太多或是发音错误,短时间的用嗓不当引起的。

多喝水滋润喉咙,适当地休息几天即可。

**异常情况:**如果是长时间声音沙哑或者是突然沙哑,则可能是长时间高声喊话、长时间抽烟喝酒引起的。这时候要注意了,极有可能声带已经严重病变,要警惕喉癌的发生。在喉癌的早期阶段,只有声带增厚,或韧带受累,引起声带震动异常,相应出现程度不同的沙哑症状。这个时期恰是治疗的最佳时机,可收到“刀”到病除的效果,且不会失去嗓音。

## 症状三:口腔溃疡

**正常情况:**口腔中出现了让口腔红肿、疼痛的小白点,常常意味着小白点附近受到了感染。也可能是,你身体缺乏维生素C,或者对某些食物过敏。

溃疡通常会自行痊愈,要么到药店让咨询师推荐点非处方药也可以。

**异常情况:**若口腔内部软组织或舌头上出现肿块,这时候就要注意口腔溃疡了。尤其要当心那些面积不断扩大的口腔溃疡,当它们逐渐转化成白色块的时候。

一旦发现尽早到医院治疗。

## 症状四:牙龈出血

**正常情况:**刷牙时牙龈出血,可能是牙龈有问题,或者齿龈炎。牙龈出血了表明牙齿周围的牙菌斑太多了,导致了牙龈发炎。

虽然只是小问题,但是也千万别不重视,只要到医院看看就行了。

**异常情况:**严重的齿龈炎通常和更多类型的牙病有关。牙根炎就是其一,不过及时治疗还是没问题的。发炎的牙龈会释放出细菌,这些细菌进入血液后会被输送到其他器

官。

如果你的牙龈经常出很多血,提醒你一定不要疏忽,及时到医院治疗。

## 症状五:鼻塞

**正常情况:**鼻腔持续不通气或者有压迫感,由于感冒引起的鼻塞。

这种情况下的鼻塞,问题不大,治好感冒,鼻塞也就没了。

**异常情况:**鼻腔持续不通气或者有压迫感,可能是低度化脓性感染的表现。但是有许多患有长期鼻塞的人却误以为是过敏,不寻求治疗,非常危险。

持续的鼻塞、流鼻涕、面部有压迫感,应及时就医,以防感染扩大。

## 症状六:眼睛里有悬浮物

**正常情况:**一般情况下,眼睛上像漂浮着的绒毛的悬浮物没有什么危害,不需要治疗。专家说,当你转动眼睛的时候,它们运动得更快,而当你的眼睛保持静止状态时,它漂动得很缓慢。

这对视觉没什么大碍。

**异常情况:**眼前突然出现一块黑色悬浮物,尤其是伴随着闪耀的白光,这时候,你的眼睛可能是视网膜被撕开了小口,有脱落的危险。若是一大块红色浮云部分或全部地出现在视线中,就意味着是眼睛出血了。

遇到这种症状,必须马上向医生求助。

## 症状七:心悸

**正常情况:**55岁以下的女性出现心悸或心跳加快的症状,很可能只是情感或身体上对压力做出的反应。过量的咖啡因或酒精,同样会使心跳加快。

总的来说,他们只是太关注自己的心跳而已,没什么问题。

**异常情况:**心悸可能暗示着更深的内容,比如心脏肌肉无力、心脏供血不足等最终将导致心脏病的深层原因。心悸很可能是心脏跳动的节奏受到干扰。

当心悸变得非常严重的时候,就会变成心动过速,心脏跳动的节奏失控并且很快,甚至会导致休克死亡。这时候应立即求助医生。

## 症状八:睡眠抽动

**正常情况:**睡眠抽动,其实就是像梦到自己从高处掉下时,身体突然一扯的现象。在浅睡时,人的体温下降、心跳变慢、意识不受大

脑控制的时候,这种现象经常出现。这时候,人体上大块的肌肉放松下来。

除了睡眠被打断,别无它害。

**异常情况:**若是经常性出现睡眠抽动的现象,可在短时间内吃少量的镇静药物。

若出现了让你心有余悸,甚至失眠的梦境,则可以采用现实确认的治疗方法,也就是站到高处去“锻炼胆量”,这种方法能让你放松下来,换一个角度来看那些消极的想法和感受,帮助你摆脱睡不好的状况。

## 症状九:关节疼痛

**正常情况:**关节疼痛,一般认为是筋在肌肉非常紧张的状态下被拉扯。

尽管看起来不乐观,但关节痛对于关节来说其实没什么问题。

**异常情况:**如果积压和碎裂的声音伴随着肿胀一起出现,你就得去看医生了,因为这可能是关节炎的早期症状。这种情况多发于40-60岁的女性身上,而很少与年轻人有关。

## 症状十:手发抖

**正常情况:**在人清醒时,双手其实始终在微微抖动,不过一般不会被发现。专家解释说,这是因为我们的肌肉在有节奏地一松一弛,这样就产生了有规律的抖动。

不用担心,这种细微的抖动没有危害。

**异常情况:**当你想抬起什么东西或端稳一杯水心有余而力不足的时候,问题可能就产生了。这种病没法控制,但是如果你被它弄得焦躁不安,它就会变得更加不可控制。

如果手抖得没办法,医生会给你开些药。此外注意不要喝太多咖啡和太浓的茶。手抖也可能和帕金森氏综合征有关,但可能性非常小,其症状之一就是休息的时候手更抖。

## 症状十一:脱发

**正常情况:**掉头发是人体正常新陈代谢的一部分,一个成年人的头发有10万根左右,一般说来每天掉五六十根头发是正常现象。

**异常情况:**年轻人每天掉发超过100根是个危险信号,如果这种情况持续两三个月,而且掉下来的头发前头是尖尖的(表示未到自然生长周期,属于不正常掉落),就很可能就是脱发病找上门了。不明原因的脱发可能和甲状腺功能异常有关(如果是甲亢,还可能伴有焦虑、体重降低、极度饥饿和心悸等症状)。缺乏营养也可能是诱因。这时候,去医院咨询治疗才是正确选择。



身体异常,总是伴随着小症状发生的,所以,我们千万不能忽视!一些看似很正常的现象,只要是超过了正常的发生频率,就已经是不正常了,只是很多人都忽视了这点。当累积到一定量的时候,它就是危及你生命的大症状了。所谓量变到质变,就是这个道理。不过,只要稍微认真注意就能够及时防病。

香满楼大酒店

地址:环城西路24号 电话:86023788

张德洪® 中秋送蟹礼

阳澄湖大闸蟹 礼券套餐预售中.....

四对 188元起 (优惠时间:8月30日-9月30日)

专卖店地址:人民西路62号(新星花园对面)  
电话:86020452 15862529237