



內外全科醫生
鄭清穗

偶爾聽到一宗拍拖「騎呢」事，話說某女子因有家人「中招」，於是到男友家避疫，由於男友跟家人同住，其父母姐弟也跟女子相處融洽，惟最終也分手收場，導火線源於女子不滿男方一家五口習慣共用一條毛巾，自己在不知情下導致臉上長了疣！有內外全科醫生指，疣是高傳染性皮膚病，伴侶會透過親密接觸傳染對方，家中有人感染疣後，共用毛巾、化妝掃、剃刀等亦可互相傳染。此外，喜愛按摩、做facial，做瑜伽，也小心易成為長疣高危族。

疣是由人類乳頭瘤病毒（HPV）引致的皮膚傳染病。病毒會從皮膚微細的破損口入侵，並刺激表皮細胞增生，造成表面突起的粗糙顆粒。疣會影響外觀，卻在一般情況下沒有其他明顯症狀，少數人可能會感癢或疼痛。

疣可長在身體不同部位，也有不同種類，臨床上常見有三種，包括尋常疣，又稱普通疣，呈凹凸不平圓形腫塊，多發於手部或頸部；較「細粒」的扁平疣，微隆啡色的小腫塊常長於面額，有時會誤會是油脂粒或暗瘡。足底疣，又稱跖疣，呈硬性皮丘疹或斑塊，主要生在腳板底，所以會被誤認是雞眼。內外全科醫生鄭清穗指上述三種疣均不會演變成癌。不過，如所感染的是性病疣，則會有變癌風險。

男女老幼均可透過與人或物品接觸而受傳染。除染疣的手接觸面部而導致跨部位傳染，媽媽哺乳時也有可能出現母嬰傳染，另因先天問題或服藥而導致免疫力弱的人士，亦較易被相關病毒入侵。

皮膚太乾或濕疹患者應留意

本身有皮膚科疾病的人士也是高危者。如皮膚太乾或患有濕疹人士，因皮膚天然屏障十分脆弱，甚至已受損，故比一般人更易染上疣。美國皮膚科學會（American Academy of Dermatology）官網指，多汗症患者因皮膚經常被過多汗水「醃着」，導致表層持續既濕又軟，會增加感染HPV病毒風險而生疣。疣除易感染之外，治理不好更會常復發。猶幸現時某些新一代治療法已助大幅降低疣病復發的風險。不過，仍有疣患者因本身先天免疫力較常人弱，加上衛生習慣未有改善，以致較易復發。

現時最普遍的治療方法，包括冷凍治療，利用液態氮等冷凍劑，把疣「凍死」，或需先刮除疣較硬的表皮，可能需多次治療，也未必可脫清；另一種是電灼治療，透過儀器發出高熱，直接破壞或燒毀疣組織，惟傷口會結痂，需一至多日康復；最後是二氧化碳（CO2）激光治療，利用波長10,600nm的二氧化碳激光熱力，將表層或深層的疣一律連根燒掉，通常只須1至2次治療，且以微創進行，一般不留疤痕。此項治療所採用的儀器，是經美國FDA及歐盟認證，能發出作為醫療級別的激光，並已在衛生署註冊相關使用，患者如有需要，可向相關醫療中心查詢所用的儀器是否合乎規格。

共用毛巾中招 麻煩疣惹上臉

微隆啡色似暗瘡 傳染性強難根治



偏方治疣 勿盡信

坊間有傳用香蕉皮，在患處敷過夜可令疣脫落。內外全科醫生鄭清穗糾正此偏方完全沒有醫學證明，不建議採用，且一旦皮膚有傷口甚至會引起炎症。她亦指出人手針清不能徹底清除疣，一旦弄損傷口，更容易令疣擴散。因此如有懷疑，應盡早求醫，醫生會評估患者病況，提供合適的治療方案。疣是傳染性的皮膚病，須由註冊醫生為患者診斷，以當場評估來製訂療程，且須在無菌手術室進行脫疣治療，才能將傳染幾率降到最低，因此不建議患者到設施不符合正規醫療規格的場所脫疣。

院。【好聲】在疫前定期探訪不同老人



「好聲書」擬設 App 長者生活添樂趣

要建立「齡活」的生活方式，除在硬件配套上建構宜居環境外，亦需顧及長者的心理及精神健康，鼓勵長者繼續發掘生活樂趣。

榮獲由香港賽馬會慈善信託基金舉辦的「賽馬會齡活城市『全城·長者友善』計劃2020」之「友善人情大獎」的本地社企——好聲服務有限公司，成立於2015年，繼承了已故香港作曲家兼填詞

人黃霑「為香港留下最美麗動人的聲音」的遺願，將中國名著、粵曲戲寶、藝人專訪、播音故事等收錄製作成為一系列有聲書，除保留香港人集體回憶及傳統文化，亦為長者、視障人士及有需要人士帶來有質素的另類娛樂。

好聲服務有限公司主席蕭潮順分享表示，初衷就是向長者提供娛樂，而不同年代的長者，他們的文化喜好、偶

像、娛樂方式都不一樣，例如60歲的長者愛聽譚詠麟，80至90歲的長者則偏好粵曲，喜歡任劍輝、白雪仙。配合藝人演員熟悉的聲音演繹，期望為長者帶來更多娛樂選擇和回憶。

好聲正在計劃將「好聲書」上載至網站或應用程式，讓長者及弱勢社群即使在家中仍然可以隨時享受聽書閱讀樂趣。