

倾听你的身体发出的声音，它们会告诉你一些你很少意识到的病兆。

你会为你睡觉时流口水而不好意思吗？这可不是可爱或不卫生那么简单。它可能是由于你的神经调节障碍而引起的。唾液分泌的调节，完全是神经反射性的。常说的“望梅止渴”，就是日常生活中，条件反射性唾液分泌的一个例子。除此之外，口腔内的卫生没有打扫好，也会出现流口水的现象。口腔里的温度和湿度最适合细菌的繁殖，炎症、睡觉流口水，也是在提醒你，小心牙周病，要去看牙医了！

最近脚有些肿，还伴随着痛痒……这个看似寻常的症状，可不能小瞧。它很有可能是在对你说“你的静脉出了问题！”脚肿了，往往是由于静脉栓塞而引起的，及时看医生的话就没什么事，不然很可能导致下肢浮肿，甚至会引发肺栓塞，影响到你的生命安危。静脉中的一些小血管被堵塞住了，血液就回流不畅，才会出现脚肿的症状。所以你可不能掉以轻心。如果你的脚肿，通过按摩不仅无法退下去，反而越来越严重的话，就要引起高度重视了。

最近的工作忙到想吐，你整夜整夜地在电脑前加班，视力明显下降。你要当心了！眼睛经常发花、眼角干涩、看不清东西，这可是肝脏功能衰弱的先兆。如果按一按肝脏的四周，会有发胀的感觉，就十有八九是肝脏出了问题。这时除了及时就医外，还要注意用眼卫生，不要让眼睛太过疲劳，用眼不当会影响到肝脏。

如果你身上的一些慢性皮肤病，如烧伤或外伤后的瘢痕疙瘩，或慢性皮炎等，最近忽然发生了一些莫名其妙的变化，你可一定要提高警惕了。若经过治疗，这些病变反而增大，或者破溃、变硬、变厚、色素加深、角化过度甚至出血，这时，应该警惕有皮肤癌的可能。并且，如果皮肤上出现了一些硬硬的隆起的小肿块，还老是下不去的话，就必须要到专科医院检查了。

2025賽 0鏈 4鏟 06:19:16 - 1

刚到了三十岁，成熟性感的年龄，怎么眼皮却越来越厚重，还忽然有些下垂呢？你可要担心了，不能只想到去美容院，它是许多疾病的早期症状。“重症肌无力”这种病的先兆就是缓慢发生的眼睑下垂。先是一只眼，后是另一只眼，早晨轻，晚上重，一天之内有明显的波动性。比较严重可怕的还有颅内动脉瘤。如果你的眼睑下垂是一侧性、突然的，瞳孔散大，应立即到神经科抢救。听起来实在是有些骇人。

☆6.彩圈--失明的先兆

你在看灯光时，发现灯光周围出现彩圈？别觉得新奇，这可不是你的特异功能。它预示着你，可能患上了闭角型青光眼。闭角型青光眼是一种常见的、可以导致失明的眼病，早期症状是出现虹视，就是这种看见彩圈的现象。彩圈近看较小，远看较大，紫色在内，红色在外。

☆7.“吃货”的隐患

Amy近一个月来突然胃口大开，但体重却随着进食的增多而减轻了，排尿量也随着喝水次数的增加而明显增多。去医院一检查，发现“食欲大增”的背后竟然隐藏着糖尿病。Lisa近日来也是，经常吃了饭没多久就又嚷着“肚子饿”，但人却明显消瘦。医生检查后发现，Lisa竟得了“甲状腺机能亢进症”。此外，皮质醇增多症、肥胖性生殖无能症等，也可以让你出现胃口大开、食量猛增的现象。因此，如果你最近食欲好得有些不寻常，还是早早去医院全面检查的好。

☆8.胃痛，还是心脏病？

你患过胃病，所以这次，竟把心脏病的先兆当成了胃疼！要知道，这可是一个重要的报警。与一般的胃病不同，心脏病引起的胃痛很少会出现绞痛和剧痛，压痛也不常有，只是有一种憋闷、胀满的感觉，有时还伴有钝痛、火辣辣的灼热感及恶心欲吐感。

☆9.悄悄变化的美人痣

我们的身体在发生变化时，总是会有各种各样的征兆，只要你懂得爱惜自己。在痣发生恶变，成为恶性黑色素瘤时，有这样一些报警：

- 1) 痣在近时期内迅速增大；
- 2) 痣表面出现糜烂甚至发生破溃且有瘙痒感；
- 3、痣周围原先平坦无异，新近出现小黑点、卫星结节状组织，或附近淋巴结肿大且伴黑色。

☆10.别让汗湿了你的手心

手心出汗，可不是在说你身体好，特别是年轻人。女性手心会发热，还很有可能得了慢性肾盂肾炎。前期一般有持续性或间歇性手心发热、出汗，或伴有全身发热。