

龟头炎

Balanitis (Chinese Simplified)

什么是龟头炎？

What is it?

龟头炎是指阴茎头部发炎。龟头炎最常见的症状是斑状红疹，可能会发痒。

龟头炎为什么会出现？

Why does it happen?

人体皮肤上生长着各种细菌，每种数量都不多。有时候，细菌数量会大量增加，造成感染。一种名为念珠菌的酵母菌是造成感染的常见原因之一。念珠菌也是造成女性阴道鹅口疮的同一种细菌。念珠菌通常少量生长在皮肤上，有时会造成感染。念珠菌性龟头炎持续不退或反复出现有时候说明有潜在糖尿病的可能。

过敏和刺激物也会造成龟头炎，因为龟头皮肤较为敏感。皮肤可能会‘出现反应’而发炎。刺激物包括：

- 如果你不清洗包皮内侧，老皮、尿液、汗和其它‘碎屑’就会积聚在那里。
- 你用于清洗阴茎的肥皂和消毒剂。
- 过度清洗或擦洗也可能刺激娇嫩的皮肤。

一些皮肤病也可能造成龟头炎，或被误认为龟头炎。例如，牛皮癣和一些不常见的皮肤病会影响阴茎。包茎也会导致龟头炎。

包茎是指包皮无法上翻露出龟头。这在幼年男孩中较为常见。五岁以后，包皮通常能容易翻起，以便柔和地清洁龟头。如果有包茎，患龟头炎的可能就更大，因为汗、碎屑和尿液可能会积聚在包皮内侧。这可能会直接刺激皮肤，或促使细菌增生而导致感染。

治疗

Treatment :

如果你患龟头炎，无论病因为何，都建议采取以下措施：

- 炎症存在时，避免使用肥皂。你可以使用 Sorbolene 之类的润肤剂代替肥皂用于清洁。
- 用温水清洗阴茎，然后柔和地擦干。
- 有些人发现盐浴在有效治疗的同时能缓和不适。

龟头炎的治疗方法取决于病因，通常有以下几种：

- 对于念珠菌造成的龟头炎，常用治疗方法为抗酵母菌药膏或一个疗程的抗酵母菌药片。
- 药性温和的类固醇消炎药膏有助于治疗过敏或刺激引起的龟头炎。有时候，类固醇药膏可以和抗酵母菌药物或抗生素结合使用，治疗感染造成的炎症。

如果你反复出现龟头炎，而且有包茎，切除包皮则是一种治疗选择。对于这种情况，你的医生会介绍你到专科医生那里详细商讨。

预防

Prevention

一些有助于预防龟头炎的建议包括：

- 每天至少一次在淋浴时将包皮上翻，完全露出龟头。用清水或不含肥皂的洗液，如 Sorbolene 和 Glycerine Cream、Johnsons Baby Bath、QV Wash 或 Hamiltons Wash 清洗龟头和包皮。这些洗液可从药房或超市购买。不要使用肥皂。穿上内裤前，应确保阴茎和龟头已经干燥。
- 避免接触会刺激娇嫩皮肤的化学品，在上厕所前应先洗手。
- 小便时，将包皮上翻，避免尿液流到包皮内侧；小便后，让阴茎头部变干，然后再将包皮拉回。
- 如果你在性交后容易出现龟头炎，应在性交后较短时间内清洗并擦干阴茎。
- 如果在包皮卫生措施充分的情况下，你仍然反复出现龟头炎，或者难以将包皮上翻，你应该去看医生。