

多地气温超历史同期,小心皮肤过敏

据新华社 近日多地气温超越历史同期值。天气的极端变化导致春季皮肤过敏患者暴增,医生提醒要注意隔离过敏源,香菜、泥螺等也增加对紫外线的敏感度。

近日,不少医院反映,随着今年气温的异常升高,人们外出活动增多,皮肤过敏的患者暴增。杭州市第三人民

医院皮肤科仅7日一天接待的患者就达到了3000多人次,其中60%以上为皮肤过敏患者,皮肤过敏的高发期明显提前。

杭州市第三人民医院皮肤二科主任王平医生说,过敏的原因主要为天气变化、紫外线含量骤升导致皮肤不适应,对紫外线、花粉、灰尘过敏等。

主要的症状表现为暴露的皮肤出现皮炎、红斑、荨麻疹等,感到瘙痒,严重的还可能糜烂。此外,真菌传染类脚气也极易高发。

为了避免皮肤过敏,王平建议,首先要判断自己是否过敏性体质;过敏性体质要减少户外活动,少接触有花粉的植物,保持脚部干净透

气,勤换鞋袜;有过敏史者要做好隔离,戴上口罩、帽子,涂好防晒霜或抗过敏药物,不要站在风口下;B族维生素和胡萝卜素可以增加皮肤对紫外线的耐受性。特别要注意的是,香菜、芹菜、蕨菜、野菜、泥螺等可能会加重对紫外线的敏感度,应少吃。

王平说,一旦出现皮肤过敏,必须首先避开过敏源,不可随意擦治皮炎的药物;若局部皮炎很轻,可用纯净水敷一敷,或吃一些抗过敏的药物;皮肤出现瘙痒时不能用手抓、开水烫,或使用碱性物质,否则会破坏皮肤的屏障功能,加重病情;病情严重的应尽快到医院就诊。

■韦慧



春季戴口罩有讲究

据新华社 春季北方多风沙,弥漫飘浮的沙尘让外出民众纷纷戴上各种口罩,有医用口罩、棉纱口罩,也有防尘专用口罩。

沙尘天气对人体健康有影响吗?这些防护措施是否有效?

兰州军区兰州总医院呼吸内科副主任薛庆亮介绍,沙尘天气会对人的身体健康造成影响,尤其是对呼吸系统的危害严重。

沙尘颗粒的刺激会引起咽痛、咳嗽等症状,其中携带有害物质的细小颗粒易被吸入呼吸道深处,诱发呼吸道疾病。

“老年人和慢性肺病患者的健康易受沙尘天气影响,他们的病情有可能随沙尘天气而加重。沙尘天气还很可能使患有呼吸道过敏性疾病的人群旧病复发。”薛庆亮说。

记者了解到,在沙尘天气出现

时,兰州军区兰州总医院呼吸内科接诊的病人人数明显增多,相关医生表示“不少病人病情的加重和复发与沙尘天气有关。”

同时,进出兰州市药店购买医用口罩的消费者多了起来。薛庆亮表示,外出佩戴戴口罩能减少沙尘对呼吸系统的影响,“医用口罩和普通纱布口罩能过滤大的粉尘,但不能过滤细小的粉尘,起到的防护作用不如防尘作用的专用口罩或是较厚的棉布口罩有效。”

薛庆亮指出,减少沙尘对健康损害的最有效途径就是避免接触。

春季气温反复,花粉开始飘散,容易引发呼吸道疾病。

专家建议适当保暖,外出尽量戴口罩。

记者在南京几家大医院采访中了解到,近来感冒的病人明显增多,

医生介绍,春季气候变化较大,身体一旦受凉,全身抵抗力下降,呼吸道纤毛运动减弱,各种细菌、病毒容易侵入,引发呼吸道感染。

“春季不要把衣服过早地脱掉,免得寒气侵入,引起受凉感冒。另外,春季要多喝水,多吃新鲜的水果、蔬菜,进行适当的锻炼,增强身体抵抗力。”江苏省人民医院呼吸内科主任医师殷凯生说。

春季是人们踏青、赏花的好时节,同时也是花粉扩散期,许多人在外出后出现眼睛痒、鼻塞、打喷嚏等现象,常被误认为是感冒,但实际上是花粉导致的过敏疾病。

殷凯生建议,有过敏性哮喘、鼻炎等对花粉过敏的人,出行的时候最好戴上口罩,尽量少去花草、树木繁盛的地方,避免与花粉直接接触。

■张文静 夏鹏

颈椎病的非手术治疗

颈椎病是常见病,原本多见于中老年人,现在发病却有低龄化的趋势。颈椎会因为一些原因受损,磨损日益增加,颈椎就会发生关节处软骨减少、骨质增生等变化,一般称之为“退行性病变”。

颈椎病常见的临床表现有颈部不适,头晕,头痛,上肢麻木,视觉障碍,肩部酸胀,背部肌肉发紧、发僵等。一旦患了颈椎病,患者经常伴有头晕、恶心、呕吐、耳鸣等症状。颈椎病治疗多为保守治疗和手术治疗,由于种种原因部分患者不愿意进行手

术开刀治疗。

随着一些门诊和微创技术的发展,一些非手术治疗手段也越来越多地应用到临床上,由于其简便易行,对工作生活影响小,而受到患者的欢迎,如针刀、射频、星状神经节阻滞等治疗手段,门诊治疗即可,疗程短、无需住院,可有效缓解颈椎病症状。

上海开元骨科医院副主任医师吴鹏铎介绍,症状严重的颈椎病可考虑微创治疗手段,如微创等离子消融术,通过控温消融技术,精确而可控地进行椎间盘减压,具有多重安全保

障,治疗时利用低温等离子体消融技术实时汽化椎间盘的部分髓核组织,达到减小髓核体积的目的;然后再利用精确的热收缩技术将刀头接触到髓核组织智能加温至约70度,使其体积缩小以达到治疗目的,具有智能控制温度的保障。低温等离子通过穿刺针进入纤维环,对纤维环和周边组织的稳定性无不良影响。

门诊和微创治疗为颈椎病保守治疗无效又不愿手术治疗的颈椎病患者提供了一种解决方案,扩展了非手术治疗适应症和范围。

■宗禾

专家提醒:别不把“疝”当成病

据新华社 首都医科大学附属北京朝阳医院疝和腹壁外科主任医师陈杰日前表示,我国每年约有200万新增疝病例。患者如不尽早接受正规治疗,一旦病情恶化可能危及生命。

疝是一种常见外科病。人体内某个脏器或组织通过肌肉或周围组织壁的薄弱部位向外突出,就会形成疝。据陈杰介绍,疝可能出现在人体任何部位,其中八成是腹股沟疝。腹股沟疝最初症状包括出现肿块、撕裂感、扯痛等,患者就诊率极低,容易贻误病情。

据陈杰介绍,男性得疝的几率是女性的25倍,高龄、吸烟、肥胖以及长期咳嗽都可能会增加患病风险。随着机体老化,老年人是疝的高危人群。70岁以上群体的发病率

远远高于60岁至70岁群体。独居老年人更是“疝”病高危人群。老年人往往对疼痛不敏感,孤寡老人缺乏照顾,病情很难被及时发现,待就诊时可能出现血运障碍、肠坏死和穿孔等严重问题。

陈杰说,疝的早诊断、早治疗非常关键。疝患者通常无法自愈。有些患者使用疝带或紧身衣,这只能暂时阻止肿块继续增大,并不能彻底治愈疝。只有通过手术,才能让疝得到永久性修复。

他说,疝修补是一种耗时较短的常见手术。其中,补片手术创伤小、恢复快且复发率低,将一片高质、无菌的补片置入腹壁薄弱区域,并将其牢牢固定,然后再将皮肤表面的外部切口缝合即可。

■贾利

怎样应对婴幼儿“胃肠感冒”

据新华社 最近,气温玩起了过山车,骤热骤冷,让人们防不胜防,体质娇弱的婴幼儿更是频频中招。南京市妇幼保健院儿科门诊这两天接诊近300名患儿,其中约一半是因为发烧或者腹泻来就诊,检查后大多为病毒引起的小儿胃肠型感冒。

儿科专家介绍,胃肠型感冒往往是由上呼吸道感染引起的,并非一种特殊的感冒。由于孩子的胃肠功能差,一旦受凉,本身免疫力就不高加上胃肠调节功能低,病毒会乘虚而入钻进消化道引起消化道黏膜

反应和发烧症状。有些家长会直接当成胃肠疾病来治疗,在家里胡乱服药,拖延病情,使症状加重。

专家提醒,小儿胃肠型感冒的诱因主要是外部刺激,如果家长在天气变化无常的时候小心防范,做好孩子的保暖工作就可以起到很好的预防作用。如果孩子不小心患病,家长也不必过于担忧,饮食清淡,酌情用药,也可以口服益生菌和复合维生素B来调节胃肠功能,提高孩子食欲,三到五天后基本能恢复健康。

■朱旭东

新疗法利用蜂毒治艾滋

据新华社 美国研究人员在新一期《抗病毒疗法》杂志上发表报告称,他们研发出一种基于蜜蜂蜂毒的抗艾滋病特殊疗法,能在不损害人体正常细胞的前提下,有效破坏艾滋病病毒,阻止其传播。

美国圣路易斯华盛顿大学医学院的研究人员发现,蜜蜂蜂毒中名为蜂毒肽的毒素可刺破艾滋病病毒的保护外层,当携带蜂毒肽的纳米粒子接触到艾滋病病毒时,病毒会被纳米粒子表面的蜂毒肽有效摧毁。理论上,艾滋病病毒无法抵御蜂毒肽攻击。

研究人员表示,通过在纳米粒子上添加特制的“分子缓冲器”,可保证

纳米粒子在接触人体正常细胞时立刻“弹开”,从而保护正常机体细胞不受蜂毒肽侵害。目前大多数抗艾药物的作用只是抑制艾滋病病毒复制,而不是阻止病毒感染人类。相比而言,利用蜂毒肽的新疗法,可攻击艾滋病病毒结构的重要部分,破坏病毒的固有物理属性,第一时间防止感染。

研究人员认为,该疗法将是人类阻止艾滋病病毒传播的重要一步。未来可利用这种携带蜂毒肽的纳米粒子,通过静脉注射的方法治疗艾滋病患者,彻底消灭血液中的艾滋病病毒。他们希望能尽快研发出相关药物在艾滋病多发地区推广。

■郭爽

关注动物咬伤的危害

据新华社 入春以后,天气逐渐变暖,动物将陆续进入发情期和换毛期,性情暴躁,容易伤人。疾控专家提醒市民,一旦被狗咬伤,不管是疯狗还是外表正常的狗,均应以最快速度冲洗伤口,并及时接种狂犬病疫苗。

狂犬病是一种人、兽(畜)共患、死亡率极高的传染病,多由携带狂犬病病毒的犬、狼、猫、鼠等食肉动物咬伤或抓伤而感染。

世界卫生组织近日发布一份文

件,提醒各国关注动物咬伤对公众健康可能造成的危害。世卫组织在这份文件中说,蛇、狗、猫和猴子等动物最易咬伤人类。全球每年有数千万人被狗咬伤,狗多攻击儿童头部和颈部;因女性喜欢养猫做宠物,被猫咬伤的受害者多为成年女性;猴子袭击的目标则多为旅游者。此外,人若被感染狂犬病的狗、猫和猴子咬伤,患狂犬病的风险较高,每年全球约5.5万人死于狂犬病。

■王昭