

为啥一到春天脸上就痒痒

张先生:医生您好,春天到来天气转暖以后,我的皮肤也开始出现各种不舒服的情况,干燥脱皮、瘙痒、起痘痘,基本上每年春天都有这样一段时期,我是不是季节性过敏?应该怎么解决呢?



皮肤过敏患者正在进行医美治疗。(济南市皮肤病防治院供图)

专家王大见:根据你的描述,你的皮肤应该是出现了过敏反应。春天是皮肤问题多发的季节,多种因素都有可能引起皮肤过敏,具体原因还应该去医院皮肤科做进一步检查。如果经常过敏,可以考虑到医院做一个过敏原检测,得到的报告会显示你对生活中常见的上百种物质的过敏反应,可以作为避免皮肤过敏的参考。但要注意的是,空气中的物质有上万种,过敏原检测难以覆盖所有,因此也不可迷信。

常见的过敏原有阳光、花粉、细菌及病毒感染等。春天天气转暖,太阳光照逐渐加强,此时人们的户外活动增加,经过一个冬天的“包裹”,皮肤突然暴露在外,对外界环境的适应力较弱,如果你是光敏性强的肤质,就比较容易发生紫外线过敏和晒伤。要注意少吃一些会增强光敏性的蔬菜,如茄子、香菇、香菜、芹菜以及各种野菜,同时要做好室外防晒。

另外,春天风大容易造成皮

肤脱水,长期暴露在外可能造成皮肤屏障受损,引起面部皮炎、皮肤脱屑等问题,因此做好皮肤的补水、锁水和防晒很重要。可以适当敷面膜,并及时涂抹面霜和防晒霜。

春季万物复苏,空气中飘浮的花粉和树木分泌的大分子物质增多,也会刺激皮肤过敏。过了惊蛰,大量昆虫开始活动,细菌、真菌开始繁殖,皮肤接触多了就容易长痘痘,或者形成感染性的脓疱疮、痤疮、毛囊炎等。有些人去野外春游回来后脸上发痒,或者起一种丘疹性荨麻疹,实际上就与花粉和蚊虫叮咬有关。这种情况下,出门时可以戴一个口罩尽量遮挡面部。

痤疮、毛囊炎患者要注意合理饮食,少熬夜,注意护肤清洁。如果是真菌感染造成的过敏,要注意保持皮肤褶皱处干燥,避免滋生真菌。一旦出现较为严重的皮肤问题,患者应该尽快到医院皮肤科就诊,避免随意用药,更不要盲目相信偏方。有些偏方中添加激素,长期使用可能会造成激素依赖性皮炎。

记者 郝小庆 整理

● 医学前沿

110个基因与乳腺癌风险相关

乳腺癌是女性最高发的癌症,预估风险对提高乳腺癌患者的存活率关系重大。英国研究人员最近通过一种新的测序技术发现了110个与乳腺癌风险有关的基因,可望为通过基因检测来预估乳腺癌风险铺平道路。

据伦敦癌症研究所的报告,他们通过新测序技术分析了对基因组上被认为与乳腺癌相关的63个区域的图谱,并在其中的33个区域内发现了110个可能会增加乳腺癌患病风险的基因。

新确认的110个基因绝大多数在此前并未被认为与乳腺癌风险相关。此外,通过参照病人资料,研究人员发现其中新确认的32个基因与雌激素受体阳性乳腺癌患者的存活率相关。他们表示要进一步研究新确认的基因,以断定它们在乳腺癌中起何种程度的作用。

伦敦癌症研究所遗传流行病学组组长奥利维娅·弗莱彻表示:“发现这些新基因将有助于我们更详细地了解乳腺癌风险的遗传学机理,最终我们的研究可以为通过基因检测预估乳腺癌风险,或为新型靶向治疗铺平道路。”

据新华网

● 儿科门诊

孩子夜间磨牙未必是蛔虫惹的祸

孩子晚上睡觉磨牙,很多家长都会使出撒手锏——打蛔虫。可是,孩子夜间磨牙都是肚子里有蛔虫吗?

孩子肚子里有蛔虫或蛲虫等寄生虫时,待他们熟睡后,这些虫子活动及分泌的毒素可刺激大脑而引起咀嚼肌的痉挛或持续收缩,即表现为磨牙。蛔虫或蛲虫常会爬到肛门处产卵,所以体内有寄生虫的孩子除了磨牙,还会因肛门瘙痒而总是挠屁股。家长确定孩子肚里有虫时,可在医生的指导下给孩子服用驱虫药,一般3岁以下的儿童不建议常规“打虫”。不过,随着卫生条件的改善,已经很少有孩子发生寄生虫感染。

孩子夜间磨牙,还可能是以下因素导致:牙齿咬合关系不好。有些孩子由于牙齿的咬合关系不协调,如牙颌畸形、缺牙、牙齿缺损等,都可能引起牙齿的咬合障碍。为了使牙齿更好地接触,在晚上熟睡后,机体便会下意识地做出咀嚼痉挛和收缩的动作,以达到牙齿咬合尽可能平衡的状态。所以,当家长听到孩子磨牙磨得很厉害时,应该带孩子到口腔科检查。

精神因素所致。有研究发现,夜间磨牙与大脑多巴胺系统的功能处于不平衡状态有关。当白天玩得过于兴奋,或者情绪过于紧张、焦虑,思想压力过大时,都可能使孩子休息时大脑仍然处于一种兴奋的状态,从而导致夜间磨牙的发生。

据健康报网

● 疾病预防

皮肤敏感季,注意预防湿疹

□记者 郝小庆

春天身体机能活跃,新陈代谢加速,对皮肤起滋润作用的皮脂分泌开始旺盛。同时春天风大、干燥、气温回升,日照时间增长,紫外线辐射加强,各种原因导致人们的皮肤异常敏感,受到外界刺激就可能引发各种湿疹。

济南皮肤病防治院副主任医师王大见介绍,湿疹分为急性湿疹、亚急性湿疹和慢性湿疹,其中亚急性湿疹是介于急性与

慢性湿疹间的阶段,常由于急性湿疹未能及时治疗或治疗不当,致病程迁延所致。如果急性和亚急性湿疹处理不当,长期不愈或反复发作可能会演变成慢性湿疹。慢性湿疹一般局限于某一位,炎症不重,但患部皮肤肥厚粗糙、嵴沟明显,颜色为褐红或褐色。发病时轻时重,无规律性,经常反复以急性或亚急性发作,精神紧张时尤其严重。

湿疹的发病,有的只经过急性期或亚急性期,几周后就能痊愈,但一般常因反复发作,各个

时期又可能在身体的不同部位同时存在。

湿疹患者应该积极寻找病因,避免再接触,禁食酒类及辛辣刺激性食物,合理休息,注意皮肤卫生,不用热水烫洗皮肤,不用刺激性止痒药。预防再次长湿疹应注意,春季洗澡不要太勤,一般每周1-3次,也不要用水烫洗;做好防晒;少用带香味的化妆品,可酌情使用医用护肤品;尽量不吃香菜、香椿、韭菜、辣椒、牛、羊肉、海鲜等食物,不喝酒和饮料。

● 家庭药箱

糖尿病患者谨慎服用这八类药

日常生活中,糖尿病人可能同时患有其他疾患而需要长期服药,这其中有些药物会引起患者血糖升高或不稳。上海交通大学医学院附属瑞金医院药剂科副主任石浩强建议,糖尿病人在服用以下8类药物时,需要格外谨慎。

激素类药物。包括糖皮质激素、避孕药、生长激素等可引起血糖升高。拟交感神经类药物。如沙丁胺醇,会促使储存在肝脏和骨骼肌的糖原分解,导致血糖升高。不过,这类药物采用雾化吸入的方式给药时,对血糖造成的波动较小。

部分降血脂药。如烟酸(又称维生素B3),在降低血脂的同时,会增加胰岛素抵抗,抑制组织对葡萄糖的利用,从而产生一

定的升血糖作用。另外,他汀类药物在降低胆固醇的同时,也有引起血糖升高的趋势。

降压药中的利尿剂与β受体阻滞剂。噻嗪类利尿剂如氢氯噻嗪对糖耐量影响较大,对β细胞有毒性作用,导致患者出现低血钾的同时还会抑制胰岛素的分泌。糖尿病患者应当尽量避免使用噻嗪类利尿剂。而β受体阻滞剂,如倍他乐克,则会通过抑制胰岛素的分泌及组织对于葡萄糖的利用而诱发机体血糖升高,糖尿病患者同样应当慎用。

免疫抑制剂。如环孢素A、他克莫司等,可能会导致患者的胰岛细胞坏死、空泡样病变,而引起胰岛素分泌减少,并增加机体胰岛素抵抗而使血糖升高,而且这种升血糖的不良反应是

与用药时间与用药剂量密切相关的。

抗精神类药物。如氯丙嗪、氟哌啶醇、三氟噻吨、氯氮平、舒必利、奥氮平、利培酮等,可导致患者产生胰岛素抵抗,降低胰岛β细胞的反应性,从而引起血糖升高,这其中氯丙嗪升高血糖的作用最为明显。

蛋白酶抑制剂。如奈非那韦、沙奎那韦、茚地那韦等,在进行抗病毒治疗且维持较长时间后,可能会诱发高血糖症。患者应在治疗之前和第一年治疗中每隔3~4个月检测基础血糖水平,若血糖稳定,才可以逐渐减少检测的次数。

抗结核药。如异烟肼、利福平、胺碘酮、甲状腺激素等药物也可以引起血糖的升高。综合

义诊
讲座

预防脑血管病 听听专家咋说

近日气温忽高忽低,不少老年人因此中招,脑血管疾病发作,出现头晕、恶心的症状,甚至直接晕倒。专家介绍,每年春季乍暖还寒的时候脑血管病高发,尤其是老年人。脑血管疾病分为很多类型,急性脑梗死和脑出血等棘手病症一旦发作,轻则口眼歪斜、半身不遂,重则危及生命安全。

虽然一些类型的脑血管疾病来势汹汹,但可防可治。3月24日,山东大学附属济南市中心医院神经内科专家盛文化将开展科普宣讲和义诊服务,重点针对如何积极预防脑血管疾病,50个义诊名额需预约,先到先得。

讲座时间:3月24日(星期六)9:30-12:00。

讲座地点:大明湖党群服务中心(按察司街66号大明湖小学西邻100米路南),大家可以乘坐K59、101、K50、K151、31路公交车在青龙桥站点下车后步行200米即可到达。详情可咨询(0531)88519171。

专家:盛文化,山东大学附属济南市中心医院神经内科副主任,主任医师,教授,研究生导师。济南医学会脑血管病专业委员会主任委员,中国老年医学研究会脑血管病分会委员。擅长急性脑血管病诊治,脑血管病危重期救治,脑血管康复,危险因素的评估,以及颈椎病、头痛、帕金森病等疾病的诊断与治疗。

门诊时间:周三全天,咨询电话13370582135。