

三伏高温湿热 专家教你止痒

本报讯(记者 刘涛)入伏以来,高温湿热之下,皮肤红肿、起疱、奇痒难忍等过敏症状频频袭扰市民。7月24日,万柏林区医疗集团中心医院皮肤科专家提醒,夏季过敏性皮肤病高发,日光性皮炎、虫咬皮炎、特应性皮炎、荨麻疹为夏季常见的过敏性皮肤病,公众要科学防护,方能安然度夏。

■ 日光性皮炎： ■ 把好防晒第一关

夏季光照强烈,日光性皮炎最为常见。多形性日光疹、植物日光性皮炎等疾病起病急,往往外出几分钟,暴露皮肤便出现红斑、丘疹甚至水疱。专家建议,易感人群应避免正午外出,如需出门,要穿戴长袖衣帽、涂抹足量防晒霜。一旦晒伤,冷湿敷是缓解灼热瘙痒的有效手段。

■ 虫咬皮炎： ■ 止痒切忌手抓挠

花草丛、宠物圈、卫生死角,都是

蚊虫滋生地。虫咬皮炎(丘疹性荨麻疹)常表现为红色丘疹、水疱甚至大疱,婴幼儿及过敏体质者反应尤为剧烈。专家提醒,户外活动时,可提前喷涂驱蚊液,家中注意纱窗防护;若被叮咬,可外涂炉甘石洗剂或弱效激素药膏,避免抓挠引发感染。

■ 特应性皮炎： ■ 降温除湿是关键

特应性皮炎(湿疹)在夏季易因出汗增多而复发,典型表现为肘窝、腘窝处的红斑鳞屑,常伴哮喘、过敏性鼻炎等系统性疾病。针对这一群体,专家给出洗澡法则,即每天一次,每次10分钟,水温40℃,浴后3分钟内全身涂抹身体乳,以此修复皮肤屏障,减少复发频率。

■ 荨麻疹： ■ 盲目忌口不可取

荨麻疹,俗称“风疙瘩”,来得快去得也快。不少人发病后第一反应是忌



图片来源于网络

食“发物”,但专家指出,多数慢性荨麻疹与食物关联不大,盲目忌口反而可能导致营养不良。对于轻度风团瘙痒,可口服二代抗组胺药缓解;若出现喉头水肿、胸闷气短或腹痛腹泻,则需立即就医,以防过敏性休克。专家提醒,夏季过敏诱因复杂,既

有“外患”如日晒、虫咬,也有“内忧”,如汗多、体热。轻症患者,家中可常备抗过敏药物及温和润肤乳,但若皮疹泛发、症状加重,切勿迷信偏方或拖延,务必前往正规皮肤科进行过敏原筛查及系统治疗。



活动现场

惠民义诊进社区 草本香囊送温情

本报讯(记者 周利芳 文/摄)7月24日,许坦西街社区推出中医药惠民公益活动,通过免费中医问诊和草本香囊手工体验两项便民服务,让辖区居民在家门口沉浸式触摸、感知传统中医药文化的实用与乐趣。

活动现场秩序井然,专业中医师一字排开,为到场居民免费测血压、一对一搭脉辨证。“大夫,我长期失眠头晕,您帮忙看看怎么调理?”居民张先生上前咨询困扰已久的失眠头晕问题。医师把脉后,当场给出饮食少盐、睡前艾草泡脚的实用调理建议。针对大家集中提出的“三高”、肩颈酸痛、脾胃虚弱等常见问题,医师们也逐一耐心解答,并搭配食疗、居家理疗等易于操作的养生方案。

一旁的草本香囊手工体验区里,艾叶、薄荷等天然草本药材整齐摆放在桌面上。医师现场讲解每一味草药的养生功效,并手把手教居民称量装填、缝制药囊。大家学习分拣药材,互相帮忙穿针引线,不少小朋友也兴致勃勃地参与填装药材,边动手边记住了艾草驱蚊、薄荷醒脑的中医小知识。拿着亲手做好的药草香囊,居民吕女士说:“平时想不到的养生小窍门,这次在家门口全都学到了,活动办得实在暖心。”

发热不退浑身酸痛 元凶竟是家养鹦鹉

本报讯(记者 魏薇)近日,省人民医院感染性疾病科接诊了一名不明原因反复发热的患者。医生详细询问病史,发现患者并非普通肺炎,而是鹦鹉热衣原体感染。经过对症治疗,患者病情已逐渐平稳。三周前,60岁的史先生开始出现不明原因的高烧,体温最高时达到了39℃,同时他还伴有畏寒、寒战、剧烈头痛、全身乏力、肌肉酸痛等不适症状。以为自己是感冒发烧,史先生先是吃了几天消炎退烧药,但效果不佳。在附近医院抽血化验后,他又服用了一周退烧药,却依然反复发烧,体温

居高不下。转至省人民医院后,接诊的感染科医生仔细询问史先生相关病史,抓住了关键线索。原来,史先生半年前开始养鹦鹉,起病前几天,家中恰好有一只鹦鹉死亡。他有禽类密切接触史,同时胸部CT提示右肺大范围斑片影,医生高度怀疑他是鹦鹉热衣原体感染引发的肺炎。进行了支气管镜检查,并检测肺泡灌洗液后,医生明确诊断,及时调整用药,对症进行抗感染、护肝及间断吸氧等支持治疗,目前史先生病情已经稳定。该院感染科医生提醒,鹦鹉热是由鹦鹉热衣原体引起的

急性传染病,这是一种人畜共患病,携带病原体的宿主范围很广,包括鸽子、鸡、鸭等常见家禽和鸟类都可能传播。鹦鹉热的传播途径以呼吸道吸入为主,鸟类粪便、呼吸道分泌物及羽毛粉尘干燥后形成的气溶胶极易滞留在空气中,此外,接触病鸟污染物后,未清洁双手触碰眼、鼻、口等黏膜部位也可引发感染。鹦鹉热通常表现为发烧、咳嗽、肌肉酸痛,极易与感冒混淆,但服用退烧药效果不佳,而且常规的青霉素、头孢类抗生素治疗无效,因此,有禽鸟接触史又出现上述症状时,一定要及时就医。

“大肚子”竟是巨大肿瘤

市妇幼精准“拆弹”护健康

本报讯(记者 刘涛)7月27日,太原市妇幼保健院传来消息,医院妇科团队成功为一名32岁女性患者实施高难度手术,完整切除直径达30厘米的卵巢巨大肿物。凭借精准的手术方案与术中快速冰冻病理“黄金诊断”护航,不仅为患者解除了病痛,更保住了其卵巢功能与未来生育能力。近3个月来,患者王女士(化名)发现腹部逐渐隆起,因无疼痛不适,一直误以为是单纯“发福”而未就医。直至8天前体检时,超声提示盆腔有巨型囊性占位,转诊至市妇幼后进一步明确,肿物源自左侧卵巢,体积已达30厘米×25厘米×

15厘米,严重挤占腹腔空间,周围脏器受压,扭转及恶变风险极高。面对这一“沉默的炸弹”,且患者有剖宫产史、腹腔存在黏连风险,妇科团队迅速启动多学科会诊。考虑到患者正值育龄,如何在完整切除肿物的同时最大限度保护正常卵巢组织成为核心课题。手术当日,团队沿原剖宫产陈旧切口精细入腹,逐层分离黏连,历经一个多小时将肿物完整剥离,术中出血仅50毫升。更为关键的是,切除组织即刻送检术中快速冰冻病理,30分钟后即回报“左侧附件黏液性囊腺瘤”,后续石蜡病理亦确诊为良性,彻底排除了恶性病变可能。

据介绍,术中快速病理就像是给主刀医生配了一双“火眼金睛”。该技术能在术中快速鉴别肿物良恶,直接决定手术范围,避免了二次手术或过度治疗,真正实现了精准与个体化治疗。针对此类极易与“长胖”混淆的妇科疾病,专家特别提醒,成年女性应坚持每年一次妇科超声筛查,这是发现卵巢囊肿、盆腔包块最简单、最有效的手段;若短期内无原因腹部逐渐膨隆、腰围增大、长期腹胀,在排除肥胖后,要及时到正规医院妇科排查,切勿因“没感觉”而错过最佳诊疗时机。