

宝宝招蚊子,这些小药得备着

夏季蚊虫慢慢变多了,宝宝因为体温相较于成年人偏高备受蚊虫“青睐”,一个不注意,就容易被蚊虫叮咬。如果只是普通的蚊虫叮咬产生的皮疹,可以根据所处不同时期进行药物治疗。今天,医生就来跟家长们聊聊虫咬皮炎的治疗和预防方法。

1 初期 可选择三种药外涂

蚊虫叮咬在皮肤上产生的皮疹,在医学上叫做“丘疹性荨麻疹”,通常可能会形成一个局部的片状红肿,中间伴随一个凸起的丘疹,一摸中间有砾手的包,甚至有凸起、水泡、破溃、

渗出。这样的皮疹通常伴随异常瘙痒,但一般具有自限性,1至2周内可自行结痂、消退。

在蚊虫叮咬初期,可选用重楼解毒酊外涂,每日两次。重楼解毒酊具

有清热解毒、散瘀止痛的作用,常用于皮肤瘙痒、虫咬皮炎的治疗。本药为外用,不可内服,久置有少量沉淀,需摇匀后使用。日常保存需置于阴凉处(不超过20℃)。

2 红肿期 两种软膏混合外涂

可用莫匹罗星软膏与糠酸莫米松乳膏,1:1混合,外涂,每日两次,连续3-5天。或使用炉甘石洗剂,每日多次,随时涂。

莫匹罗星软膏 其为局部外用抗生素,适用于革兰阳性球菌引起的皮肤感染,本药仅供皮肤给药,请勿用于眼、鼻、口等黏膜部位。

糠酸莫米松乳膏 其为局部外用糖皮质激素,具有抗炎、抗过敏、止痒及减少渗出作用,常用于湿疹、特应性皮炎、异位性皮炎及皮肤瘙痒症,皮肤破损时禁用。用药部位有灼烧感、红肿、皮肤变色或皮疹加重等情况,请立即停药,并将局部药物清洗干净,必要时到医

院就诊。

炉甘石洗剂 其中含有炉甘石、氧化锌,具有收敛、保护作用,也有较弱的防腐作用,常用于急性瘙痒性皮肤病,如湿疹和痱子,同时对蚊虫叮咬的瘙痒也具有一定效果。注意,本药不适用于有渗出液的皮肤,用时需先摇匀。

3 严重破溃期 莫匹罗星软膏

莫匹罗星软膏,每日三次。

此外,当蚊虫叮咬后伴有明显瘙痒,且伴有皮炎症状者,可加口服药物。可服用西替利嗪或者氯雷他定。

西替利嗪与氯雷他定均为抗组胺类抗过敏药。西替利嗪虽不良反应较少,但在临床使用中仍然有中枢抑制作用,1岁以内的儿童,中枢神经系统最容易受到伤害,且无1岁以下儿童的临床试验资料,尽量避免1岁以下儿童使用。

注意:如红肿伴发热、疼痛,请及时到正规医院就诊。

夏季防蚊 有妙招儿

1. 开空调能够尽量避免蚊虫叮咬。蚊虫一般在26℃以下,叮咬人的能力下降。
2. 睡觉时给孩子使用蚊帐。
3. 外出时穿透气的长袖衣服、长裤、袜子,裤腿塞到袜子里。
4. 避免去潮湿闷热的草丛停留。
5. 出门时随身携带一把扇子,持续驱赶宝宝周围的蚊虫。

据《北京青年报》

微创穴位埋线 中医减肥有妙招



反复口腔溃疡, 可能不是单纯“上火”

肥胖是全球性的严重公共卫生问题,现已成为诱发多种慢性疾病、威胁人类健康的基础疾病之一。有数据统计,2020年,我国成年居民的超重肥胖率已超过50%;预计到2030年,全国超重及肥胖人数将达7.9亿,成人超重肥胖率将达65.3%。



靳鹏超

虽然短期内可能会实现体重下降,但由于身体的基础代谢率没有得到改善,往往容易出现反弹。而中医通过调理脏腑功能,提升身体的代谢能力,不仅可以有效减肥,还能防止体重反弹,保持长期的健康。”在甘肃省第二人民医院健康减重门诊,靳鹏超一边扎针一边解释中医减肥的理论原则。

中医减肥,靳鹏超主要采用的是微创穴位埋线,“也就是长效针灸,以蛋白线代替针的作用,通过刺激人体相关穴位,疏通经络、气血,改善机体代谢,达到减肥、健身等综合功效。”线体在体内可逐渐吸收,24小时刺激穴位,不用节食也不用担心反弹。

当然,微创穴位埋线疗效也会受体质因素的影响,体质不同,机体的阴阳气血盛衰有异,故对针感和效果也就不同,“通过10多年的临床验证,在一个疗程治疗中(一个月),每周一次埋线,平均可减重5-7斤。”

需要提醒的是,微创穴位埋线的不适宜人群为:15周岁以下青少年;发热或感染,有严重糖尿病、心脏器质或功能性疾病、过敏性体质、肝肾功能不全及传染病患者;女性月经期和孕期以及严重水肿的患者。

减肥不能一蹴而就,在接受辅助治疗时,还是要调整生活方式、改善饮食结构、增加运动量以及保持积极向上的心态。

文/图 奔流新闻·兰州晨报
记者 欧阳海杰

“医生,最近口腔溃疡反复发作,是不是上火了?”“是不是缺乏维生素?”在门诊上,甘肃省中心医院(省妇幼保健院)小儿心脏肾风湿免疫科主任安彩霞经常会听到患者咨询,“口腔溃疡的原因确实可能包括维生素缺乏,但这并不是唯一的原因。有时候,口腔溃疡也可能是由于压力、免疫系统问题、口腔卫生习惯不良等因素引起的,我们需要进一步检查来确定具体的原因。”



安彩霞

口腔溃疡是一种常见的发生于口腔黏膜的溃疡性损伤疾病,俗称“口疮”。可发生在口腔任何部位,如舌、颊、唇、牙龈、咽、硬腭等处,疼痛剧烈,局部灼痛明显,反复发作。

“口腔溃疡的发病原因多种多样,包括遗传因素、免疫功能失调、饮食刺激、消化系统疾病等,”安彩霞称,除了这些常见的因素外,缺乏维生素和微量元

素,经常熬夜加班,作息紊乱,焦虑紧张也会导致免疫力下降,口腔溃疡便会悄然而至,“以上描述的口腔溃疡,如果只是偶尔出现,通常不需要担心,但如果总是频繁出现,而且长期不好,那就需要警惕是不是得了风湿免疫性疾病了。”

在引起口腔溃疡的因素中,不易被注意的一个疾病为白塞病。白塞病,是一种以血管炎为基础病理改变的慢性、复发性自身免疫、炎症性疾病,任何年龄均可患病,其发病原因尚不明确。

“白塞病主要表现为反复发作的口腔溃疡、生殖器溃疡及眼葡萄膜炎。除了三联征表现外,还可以随着疾病的发展出现皮肤、胃肠道、血管、肺部、关节、泌尿系统及神经系统的病变,可累及多个系统的器官。”临床上,安彩霞遇到口腔溃疡反复发作的患者时,会建议做详细的检查,“只有通过系统检查才能确定病情。”文/图 奔流新闻·兰州晨报
记者 欧阳海杰

快速减肥有可能导致“臭氧脸”

近些年来,司美格鲁肽(用于治疗成年2型糖尿病患者药物,它也有减肥功效)之类的抑制食欲的药物被不少人所推崇。然而,它也有不可忽视的副作用。

其中一个副作用就是“臭氧脸”,这种现象正在好菜坞蔓延。“臭氧脸”是快速减肥或者药物减肥的后遗症,虽然服药者可以快速瘦下来,但如果不是健康地瘦身,就会边瘦边显老,表现为脸颊好

像被挖空了,眼睛凹陷,面部有多余的皮肤。

“臭氧脸”也称为“诺和泰脸”,这个词最初由美国著名美容皮肤科医生保罗·洛德·弗兰克提出,它用来形容一种由于使用司美格鲁肽皮下注射制剂导致快速减重而面部脂肪减少,使面部皮肤下垂、憔悴的状况,而且似乎非常普遍,严重者需要做手术对面部进行提拉。据《北京青年报》

“减肥一直是很多人关注的话题,然而不少人尝试了各种少吃多运动的方法后,仍然难以见到显著效果,为什么?”甘肃省第二人民医院全科医学科副主任靳鹏超解释,这是因为单纯地减少食量和增加运动,并不能从根本上改善身体的机能和体质,“减肥主要通过调理身体内部的平衡,真正实现健康的瘦身,中医减肥方面有独特的优势。”

肥胖症主要是体内脂肪过多,体重、腹围、腰围、体脂百分比超标,常伴高血压、高血脂症、脂肪肝、冠心病、糖尿病、高尿酸血症、痛风、阻塞性睡眠呼吸暂停、胆囊疾病、胃食管反流、便秘、骨关节病、静脉曲张、多囊卵巢等综合征,严重影响着人体的健康。

从中医理论讲,减肥不仅要关注体重的减轻,更要重视身体的全面健康。

“许多人在减肥过程中选择节食,