

# 皮肤科一天门诊量近三百,人数增三成 春季皮肤“闹情绪”不妨试试冷敷

春暖花开,万物复苏。近日,无锡气温开始缓慢升高,阳光甚好,听说无锡一些公园里的樱花开了,26岁的小李(化名)约上好伙伴一同前去踏青。“白天出去好好的,晚上回来脸上就出红疹,还痒,这几天竟然开始红肿起来。”爱美的小李有些担忧,赶紧来到江南大学附属医院皮肤科就诊。皮肤科副主任董达科主任医师表示,每到春季,皮肤科患者人数就逐渐多起来,目前一天门诊接洽量有两三百号,较前段时间增加了三成以上。他提醒大家,春季空气中漂浮物明显增多,外出游玩尤其是过敏体质人群要尽量减少皮肤外露,轻度过敏反应不妨试试冷敷。

“最近门诊上像小李这种情况来就诊的患者较多。”董主任告诉记者,春天万物复苏,各种动植物在“潜伏”了一个冬季后也开始

复苏,随着天气变暖,花粉、柳絮、虫螨等空气漂浮物也明显增多,容易导致皮肤过敏,诱发皮肤病或加重原有皮肤病,过敏体质的人更易发生皮肤过敏。皮肤过敏初期表现为皮肤突然出现各种红斑,还有严重一些的患者会出现红肿,多局限于面部、颈部,有的患者还可能同时伴有过敏性鼻炎发生。

“皮肤出现症状不要乱涂药膏,以免变成‘激素脸’。”董主任说,有些患者皮肤出现症状,会自己找点药膏涂涂,其实这样并不可取。皮肤过敏的原因有很多,治疗方式也有很多,一般采取抗过敏药物内服外用,但是不能乱用药,许多药膏中含有激素,用不好会破坏皮肤屏障,加重病情,还会进一步引起其他皮肤问题,所以,出现大面积皮疹、红肿症状要及时就医诊治。他提

醒,过敏后应远离可知的过敏原,停用化妆品,减少刺激。他建议,患者皮肤出现红斑,有发痒、肿胀等症状时,可以用冷水洗脸,或者用沾上冷水的毛巾冷敷,通过收缩扩张的毛细血管,可以减少炎症的反应。

另外,董主任提醒,警惕春季紫外线伤害。春季的紫外线强度开始增强,而阳光可以诱发或加重很多皮肤病,刺激和伤害皮肤。外出时用太阳帽、遮阳伞、防晒服等物理防晒,加上防晒霜、防晒喷雾等化学防晒,可以减少紫外线对皮肤的伤害。同时,做好外出隔离工作,远离花粉、动物皮毛等过敏原,记得佩戴口罩。还要注意保持充足的睡眠、良好的生活习惯和饮食习惯,适当增加运动锻炼,增强自身免疫力。

(葛惠)

## 至少 1/10 人中招 做好慢性肾脏病 早期筛查

据流行病学调查显示,我国慢性肾脏病患病率约为 10.8%,患者人数超过 1 亿,而每 100 个慢性肾脏病患者中就有一人已发展成尿毒症。慢性肾脏病已经成为继心脑血管疾病、肿瘤、糖尿病后又一威胁人体健康的“沉默杀手”。近日,无锡名医团·名医大讲堂专家走上马墩街道简新社区,为居民带来一场《慢性肾脏病防治》的科普讲座,普及健康知识。

“急性肾脏病大多能治愈,慢性肾脏病病程长,往往不能根治。因此患者尤其要注意早预防、早发现、早治疗。”无锡市第五人民医院肾内科主任医师王小兵介绍,肾脏病致病机理比较复杂,但有一条:肾脏就像人体的“地漏”,全身其他部位形成的感染复合物易沉积在肾脏从而致病。慢性肾脏病的病因有很多,目前在我国慢性肾炎占第一位,其次是糖尿病肾病、高血压肾病等。长期食用含盐量极高的食物,会加重肾脏负担,诱发慢性肾病;长期服用如抗生素、非甾体类药物,也有可能对肾脏功能受损;另外,长期劳累、憋尿等不良习惯也是诱因。

“如果出现身体乏力、排尿异常、身体水肿伴恶心呕吐等症状时,要赶紧到医院进行检查,确诊是否患慢性肾脏病。”王小兵提醒,尿检异常(比如蛋白尿、血尿等)、血检异常(比如血肌酐升高)、影像学检查异常或者肾小球滤过率 < 60ml/min,符合其中任何一点,且情况超过 3 个月,就可诊断为慢性肾脏病。

想要预防慢性肾脏病,一定要有健康的生活方式。王小兵建议,减少盐的摄入,饮食宜清淡;平衡膳食,不暴饮暴食;适当多喝水、不憋尿;坚持锻炼,控制体重;避免滥用药物造成肾损害。糖尿病、高血压等高危人群,应积极控制血糖、血压、血脂等指标,坚持低糖、低盐、低嘌呤、低脂等饮食;市民应至少每半年检测一次尿常规、尿微量蛋白及肾功能,以便发现早期肾损害。大多数慢性肾脏病患者早期没有症状或症状较轻,因此规律体检是筛查早期肾脏病最好的方式。

慢性肾脏病根据肾功能的不同分为 5 期,1、2 期以定期监测、调整饮食为主,3 期除了饮食疗法外还需要辅以药物治疗,4 期除了以上治疗还需做好透析通路的准备,5 期需要透析治疗和肾移植。

(王菁)



日前,钱桥街道社区卫生服务中心医务人员赴辖区学校,围绕流行性感冒、水痘、结核病、诺如病毒感染等,开展“春季常见传染病预防知识”健康讲座。

(李君 摄)

## 小伙突发昏迷病危 医院接力施救“抢”回一命

“儿子在无锡市人民医院住院 42 天,几次都濒临生死边缘,多亏了神经诊疗中心医护人员悉心照顾,才能顺利出院,感谢你们。”2 月 27 日,22 岁的小华(化名)出院前,他的父亲对无锡市人民医院神经诊疗中心医护人员连声感谢。

之前,小华一直独自在无锡租房生活,且处于半工半读状态。1 月 15 日,房东发现他在出租屋内昏迷,立即将其送至无锡市人民医院急诊处。神经诊疗中心急诊组副主任医师王涛接诊后发现,小华高热昏迷、呼吸急促、四肢处于阵发性抽搐,但是一时联系不上他的家属。“救人要紧。”医院立即为其开通绿色通道,进行各项检查并紧急展开抢救,最终初步诊断为病毒性脑炎、继发性癫痫、肺部感染,且伴有酮症、肝功能异常。

小华处于持续癫痫状态并伴随持续高热,于是医护人员决定将其从急诊紧急转移至神经诊疗中心二级科功能神经科。在主任陈克非带领下,科室医护积极展开救治,控制住了患者的癫痫持续状态并针对其原发病进行了治疗。

小华病情危重,几次下达病危通知单。家属说:“我们相信医院,他这么年轻,我们要搏一搏。”期间,小华病情仍在不断恶化,昏迷程度加深伴双侧瞳孔散大,同时出现呼吸衰竭症状。接功能神经科的汇报后,神经诊疗中心主任邵君飞立即组织呼吸与危重症医学科、神经内科、感染性疾病科、药剂部、神经重症科等相关科室,对患者病情进行了多学科会诊。讨论和分析病情后,专家们达成了诊疗共识:患者为病毒感染后的重症肺部感染及颅

内感染。

1 月 20 日,小华在医务人员严密监护和全程保障下,转入了神经诊疗中心二级科神经重症科进一步诊治。神经重症科医护团队积极对其开展救治,通过呼吸机辅助呼吸、支气管镜灌洗、加强生命支持、多脏器保护等各项救治方案,患者病情逐渐稳定。

2 月 1 日,小华转回功能神经科病区继续诊治。在功能神经科医护和患者家属的共同努力下,患者病情逐渐好转。清醒后,小华对护理团队说的第一句话就是,“我想吃红烧肉。”小华父亲高兴地说:“医生说能吃了,我就给你做。”

追问患者病史后,医生才知道,小华是在一次病毒感染后,在身体持续高热情况下洗澡突发昏迷。近日,小华已经康复出院。

(尤一萍)