

老来皮肤干痒 润肤抗炎是关键

当心特应性皮炎,日常皮肤护理尤须做好补水保湿

全媒体记者 郭静 通讯员 杨上上 陈永华

进入秋天,各种皮肤病高发,皮肤干燥瘙痒更是常见。广州市皮肤病防治所专家提醒,如果皮肤痒个不停,皮疹反反复复总也不见好,当心被特应性皮炎(AD)“盯上”,尤其是老年朋友,容易当作普通瘙痒等闲视之。广州市皮肤病防治所所长王建琴教授强调,防治AD,润肤抗炎是关键,日常皮肤护理尤须做好补水保湿。

“特应性皮炎(AD),也叫特应性湿疹、遗传过敏性皮炎,是一种以皮肤干燥瘙痒为主要症状、反复发作的慢性皮肤炎症”。王建琴指出,特应性皮炎不会传染,但有遗传倾向,患者往往还有过敏性鼻炎、过敏性哮喘、过敏性结膜炎或过敏性胃肠炎等过敏性疾病。

老年患者越来越多

从全球范围看,特应性皮炎的发病率在过去30年间有大幅增加,在我国,发病率也有较大变化。2002年,一项10个城市的调查结果显示,1-7岁儿童发病率达到2.7%;2016年,一项

12城市的调查显示,1-7岁儿童的发病率上升至12.94%,其中1-2个月的婴幼儿的发病率为30.48%。根据发病年龄的不同,既往临床上将特应性皮炎分为三期。

婴儿期(1-2岁)。常有急性皮炎表现,头面部比较多红斑丘疹糜烂。

儿童期(2-12岁)。亚急性或慢性皮炎表现,多对称出现在四肢屈侧、颈窝、肘窝等处。

青年与成人期(12岁以上)。一般由儿童期迁延而来,皮肤出现苔藓样变,皮损范围更为广泛,手背、脚背等处也会发病。

“如今发现得特应性皮炎的老年人越老越多,临床上把60岁以上确诊者单独列为老年特应性皮炎”。王建琴指出,老年期特应性皮炎一般表现为皮疹多,全身都可长,且男性比女性更为高发。

三步自测“风险值”

老年人皮肤本就干燥,容易瘙痒,因此老年特应性

皮炎治疗起来往往难度较大。不少老年人认为年纪大了,皮肤瘙痒很正常,有些则一直当成普通湿疹来治疗。王建琴表示,实际上特应性皮炎并不难诊断,可参考北京大学人民医院皮肤科张建中教授提出的“张氏标准”,即一看二问三化验。

一看:有没有病程超过半年的对称性湿疹。

二问:个人或家族有无湿疹、过敏性鼻炎、过敏性哮喘、过敏性结膜炎等特异性过敏史,若三代以内超过两人有,即为有特异性过敏史。

三化验:即抽血看嗜酸细胞、总IgE(免疫球蛋白E)和特异性IgE检测(过敏原检测)。

普通人回家也可参考“226标准”进行自测:

2:两个系统,除了皮肤外,还有呼吸道、鼻部或眼部过敏等。

2:家族里有至少两个人过敏。

6:慢性湿疹皮炎超过6个月。

皮肤护理,保湿先行

特应性皮炎可以根治吗?这是很多患者关心的问题。对此,广州市皮肤病防治所皮肤科主任刘玉梅表示,由于与遗传体质有关,当前该病尚无法治愈,需要进行长期的慢病管理。她强调,预防对于特应性皮炎的防治非常关键,预防做得好可减少复发。

特应性皮炎的治疗遵循阶梯式治疗原则。如果皮肤以干燥为主,只有轻微皮损,使用润肤剂即可,注意

补水保湿;有瘙痒症状,但皮损程度较轻,可外用激素或钙调磷酸酶抑制剂;中度皮损可外用激素、钙调磷酸酶抑制剂或其他口服药物;重度皮损则需进行全身系统治疗。

很多人存在“激素恐惧症”,一听激素便心生畏惧。刘玉梅指出,医生在治疗时根据患者皮损的部位、严重程度和表现酌情选择弱效、中效、强效等不同类别的激素,以控制炎症反应。只要在医生指导下使用,不滥用、不囤积,不必过分担心。

温馨提示

应遵循“洗不能过度,润不能不足”原则

对于特应性皮炎患者来说,日常皮肤管理应遵循“洗不能过度,润不能不足”原则,每天清水冲凉一次即可,不提倡使用消毒剂、刺激性太强沐浴露、碱性肥皂等。洗完澡要及时涂抹润肤剂,局部干痒症状加剧时也应

及时补充。挑选润肤剂时可根据季节特点选择合适的剂型,含维生素E、甘油、尿囊素、神经酰胺等成分的润肤剂保湿效果更好。老年性特应性皮炎患者尤需注意保湿。衣着方面提倡选择棉质衣服,避免穿紧身衣。

疾病预警

中山大学孙逸仙纪念医院

中国预防出生缺陷日健康讲座活动

在2019年中国出生缺陷日到来之际,中山大学孙逸仙纪念医院孕妇产科携手中山大学孙逸仙纪念医院产科党支部、产前诊断医学部等开展预防出生缺陷健康教育讲座及义诊等一系列活动。讲座及义诊将于9月11日早上在中山大学孙逸仙纪念医院本部博济楼一楼大礼堂,医护人员将分享更多有关出生缺陷问题的相关知识,守护每一个新生家庭的幸福。

义诊及公益活动信息

1.活动时间:
2019年9月11日

(周三)上午9:00至11:00

2.活动地点:

中山大学孙逸仙纪念医院本部博济楼一楼大礼堂(广州市越秀区沿江西路107号)

3.参与专家:

妇产科刘玉昆副主任医师、祝丽琼主治医师、陈欣主治医师、陈颖主治医师、杜涛助理研究员、吕杰忠主管技师等

4.活动形式:

妇产科专家进行健康教育讲座及现场义诊,解答出生缺陷及妇产科相关问题。

(郭静 张阳)

养生保健

老人三日不排便 小心肠梗阻

全媒体记者 郭静 通讯员 张灿城



郭静 摄

近日,一名百岁老人庞伯(化名)因腹痛来到暨南大学附属第一医院胃肠外科就诊。庞伯出现腹痛、伴双下肢水肿等症状有半个月了,由于年纪

比较大,身上有多种基础疾病,包括严重心功能不全、下腔静脉及肝静脉淤血扩张、心房颤动等,病情非常危重。

接诊医生潘运龙教

授经过详细诊断,指出目前导致老人痛苦的主要原因是老年性便秘导致结肠大量粪块淤积堵塞引起不完全性肠梗阻,给予胃肠道减压、解除梗阻、营养支持、维持电解质平衡、抗感染等处理后,老人病情稳定出院。

潘运龙介绍,肠梗阻是临床上一种常见疾病,处理并不复杂。但是,它也是一种十分凶险的疾病,说其凶险,是因为病情变化快,病情严重,手术指征的把握是难点,后果难以预料。尤其是老年人年纪大,身上多有几种基础疾病,如果出现腹痛等胃肠道症状,应该尽快前往专业的胃肠外科专科进行诊治,及时进行胃肠减压等对症处理,必要时进行手术解除梗阻症状。在日常生活中,如果老人有两三天没有大便,可以口服一些通便药帮助通便,超过三天不排便应尽早到医院就诊。