

烈日当头 与光过敏 过招

炎炎夏日“防晒”无疑是热门话题中绕不开的关键词。而对于一些人来说,皮肤白一点或者黑一点或许并不是最重要的,重要的是皮肤别生病。原来,日光会让一些人的皮肤过敏,出现红肿、瘙痒、皮疹……如何对抗光敏性皮肤病,专家来支招。

本版撰文 王勇



晒出来的病

白领小叶是个爱热闹的女生,平日喜欢约朋友逛街、聚会、出游,而这个夏天,她却突然变身“宅女”。少了人群中的热闹,这让小叶有些郁闷,但更让她郁闷的,是身上的“疙疙瘩瘩”。“去医院看了,说是日光性皮炎。”小叶皱了皱眉头。

夏季,不少人和小叶一样受到了光敏性皮肤病的“侵扰”。

上海交通大学附属第六人民医院皮肤科主任袁定芬介绍说,光敏性皮肤病是皮肤对光线敏感引起的一组皮肤病,夏季由于日光中的紫外线强烈,更易发生,其特征是暴露在日光下的皮肤出现瘙痒性突发性皮疹。

据了解,光敏性皮肤病根据病因可分为外源性过敏性皮炎、特发性光敏性皮肤病、遗传性光敏性皮肤病。

医生告诉笔者,所谓外源性光敏性皮炎就是某些人可因为接触或服用某些药物、食物及食物添加剂、化妆品后,在光照部位处出现红肿、发热、瘙痒、水疱等症状,其中药物如喹诺酮类、四环素类、磺胺类抗生素,及某些食物如泥鳅、芹菜、酸橙、油菜、芥菜、莴苣、小白菜、菠菜等是常见的致光敏性物质,病情轻重与进食的量有一定的关系,食用量大,病情越严重。特发性光敏性皮肤病则是指虽然无明显的致敏物接触史,但是日晒后在曝光部位如颜面、

颈部、上肢伸侧等可反复发生皮疹,这是由于患者体内某些内源性物质与光线能量共同作用所致。此类疾病的特点是,发病与日晒明确相关,瘙痒明显,其中以多形性日光疹和慢性光化性皮炎多见。

防晒饮食有讲究

如何预防光敏性皮肤病?医生表示,易感人群应尽量避免使用光敏性食物及药物,避免日晒,穿着保护性衣物并使用防晒霜,或者打遮阳伞。一旦发生光敏反应要立即停用致敏物,注意避光,并及时到医院就诊。

夏季防晒,饮食也是有讲究的。专家表示,有些食物有防晒功效,另一些食物则因为是感光食物,吃了以后更容易使皮肤变黑。“一般来说,

含有β-胡萝卜素的食物以及含有维生素B3的食物具有一定的防光作用,胡萝卜中自然富含β-胡萝卜素,而粗粮中的维生素B3含量通常较高。对于日光过敏的患者,多吃这些食物可以提高皮肤对紫外线的耐受性。而黄泥螺、无花果、苋菜等都属于“感光”食物,多吃容易令肌肤受到紫外线侵害而变黑或长斑,所以要适量的摄取。此外,联合补充维生素E+维生素C,可以提高皮肤的抗氧化性。”

谈及治疗,袁定芬表示,在使用致光敏药物期间及停药后5日内,应避免接触阳光或紫外线。药物治疗主要为镇静止痒,可内服抗组胺药物,外用各种止痒性洗剂、霜剂、保护性软膏及弱效或中效类固醇霜剂。

》健康生活

为规范治疗年龄相关性黄斑变性 眼底病诊疗示范中心应运而生

“你是我的眼……”这是如今不少年轻人在K歌时钟爱的曲目。一双明眸,可以带人们领略四季的变换、穿越拥挤的人潮、阅读浩瀚的书海……”

而如果眼睛生病了——如果父母的眼睛被一种叫做“年龄相关性黄斑变性”的病“侵袭”,究竟该如何对抗,才能不让一天天变老的父母“只能看见一片虚无。”

“眼底病医生的诊疗水平将通过眼底病诊疗示范中心项目得到规范和提升,该项目将进一步推动中国眼底病领域临床管理水平整体向前发展。”首都医科大学眼科学院院长,北京同仁医院副院长、眼科首席专家王宁利教授这样指出。

据介绍,年龄相关性黄斑变性(AMD)是一种退行性眼底黄斑部疾病,可导致不可逆的中心视力下降及丧失。一项调查表明,我国50岁以上老年人中AMD的患病率为15.5%,70岁以上患病率达到20.2%,即50岁以上老年人中约每7人就有1人是AMD患者。AMD又分为干性和湿性两类,其中,湿性黄斑变性(又称新生血管性, wAMD)是几乎90%的视力严重丧失(视力为20/200或更差)的AMD患者的主要原因。

研究表明,大多数wAMD患者在疾病开始的3个月里会经历视力急剧下降,如果得不到及时规范化的治疗,2年内85.1%的患者视力

将降至法定盲。阅读、驾驶、洗衣做饭等基本日常生活将受严重影响。

上海市第一人民医院孙晓东教授表示,血管内皮生长因子家族中的VEGF-A是眼底血管性疾病的主要致病因素。在抗血管内皮生长因子(抗VEGF)问世以前,临床上主要依赖光动力疗法和激光等治疗手段稳定病情,难以改善视力并且容易复发。

抗VEGF药物雷珠单抗的问世为治疗wAMD带来了突破性的进展。然而,新的问题再次摆在临床医生面前,抗VEGF药物是玻璃体腔注射药物,对操作医生资格和操作流程都有较严格的要求。目前我国在临床方面尚缺乏统一的标准操作流程和临床诊疗指南来指导各级眼科医生规范化治疗wAMD。

眼底病诊疗示范中心(COE)由此应运而生。笔者了解到,首批诊疗示范中心已在北京、上海、广州、成都的5家全国重点医院的眼科中心建立,意在培训各级临床医生wAMD临床诊疗指南及规范化玻璃体腔注射标准流程,优化院内诊疗流程,最大化医院容量及患者获益。目前,北京同仁医院,上海市第一人民医院,中山大学中山眼科中心,四川大学华西医院,复旦大学附属耳鼻喉科医院的诊疗示范中心已陆续设立并进行对即将开展雷珠单抗治疗的下一临床医生的培训。

》数字

100亿元

近日,国家开发银行北京分行与北大国际医院集团签署战略合作协议,国家开发银行将在未来5年内,为北大国际医院集团提供100亿元合作资金,支持北大国际医院集团参与公立医院改革,发展医疗卫生产业。

238个

2012亚洲自行车展将于7月26-29日在南京国际博览中心举办。据悉,2012亚洲自行车展的规模达到2.4万平方米,参展品牌共238个,海外品牌占80%。45辆总价值超过600万人民币的豪华运动自行车将在本届亚洲自行车展的“展中展”区域展出。

4万人

2005年以来,强生医疗专业教育体系已成功开展了3000多个培训项目,参加培训的医务人员超过了4万人,其中参与继续医学教育

在国家关于深化医药卫生体制改革的政策指导下,北大国际医院集团与各地政府、医院经过长期、深入的研讨、论证,探索出了“依托存量,发展增量”、“以员工身份不变保稳定、以社会资本投入求发展”、“以产权改革,深化体制改革”等多途径,稳步推进公立医院改革与发展。

课程的人数超过1万人。涉及科室包括普外科、心胸外科、妇科、泌尿外科、骨科、显微神经外科、心血管介入治疗、糖尿病以及临床诊断。这是从近日举行的“强生医疗品牌日”活动中传出的信息。

调查显示近一半脱发患者陷治疗误区

面对严峻的“头顶危机”,去医院接受正规治疗的不足3成,另有47%的患者陷入采用偏方等治疗误区。中国健康促进与教育协会近日发布的“中国男性脱发治疗意识与现状调查”显示了这样的结果。

在所有脱发类型中,男性型脱发占95%。专家指出,男性型脱发(AGA)是一种可以治疗的疾病,但由于其进展性的特点,如果不及早规范治疗,就会延误病情,导致脱发情况越来越严重,进一步增加治疗难度。

为了全面、深入地了解中国男性脱发患者对脱发治疗的意识和现状,2012年6月至7月,中国健康促进与教育协会于北京、上海、广州和成都对1,280名男性脱发患者开展了问卷调查。结果显示:虽然有76%的男

性脱发患者有治疗意愿并主动采取措施,但去医院接受正规治疗的不足3成。

面对脱发,很多患者尝试了各种方法。此次调查发现,在有治疗意愿的患者中,6成以上(占总调查人数的47%)存在治疗误区,主要包括:“使用宣传有生发效果的洗发水,服用补肾偏方等。”这些错误的治疗方法只会让患者白花冤枉钱、耽误治疗。脱发类型很多,最常见的是男性型脱发,这种脱发是主要由于头皮中的双氢睾酮含量增加而导致头发毛囊逐渐萎缩,使头发变细、头发数量减少。所谓“养肾补肾”并未对症下药。而所谓的防脱洗发水更是风马牛不相及。此外,市面上大多数健发中心也多以保健为主,不具备专业治疗资质。”中

华医学会皮肤性病学分会主任委员、北京大学人民医院皮肤科主任张建中教授指出,治疗脱发切不可病急乱投医。应尽早到正规医院的皮肤科,特别是设有男性型脱发专诊的医院就诊,以获得正确的治疗。

据了解,为规范男性型脱发的治疗,目前,包括北京大学人民医院、南京医科大学第一医院、上海华山医院在内的全国23家三甲医院,已设立了专门的男性型脱发专诊(AGA专诊)。

张建中教授提醒说,及时、规范的治疗才是恢复头发健康的关键。如果已经发现发际线后移或者头顶部位头发开始稀疏,就应立即前往医院,咨询专诊医生,采用有效的药物对症下药。