

捂热水袋 腿被烫掉一块皮

专家:当心低温烫伤



杨文医生接诊患儿。

本报讯(记者 肖凯 通讯员 官笑涵 马义勇) 热水袋捂在小腿上取暖,几天后皮肤灼痛难忍,还有白色的坏死组织,竟已被烫掉一块皮。武汉儿童医院整形颌面外科专家提醒:近日寒潮

来袭,儿童使用家中的取暖“神器”时,要警惕低温烫伤风险。

13 岁的明明(化名)是一名初中生。春节期间,他晚上写作业时老觉得腿冷,便拿来家里的热水袋取暖,这样即便久坐不

动,整个下半身也被捂得暖烘烘的。一个多小时过去,明明后知后觉感觉跟热水袋接触的地方有点疼,拉起裤腿一看,只是皮肤表面有些发红,就没太在意。

没想到过了几天,明明的腿越来越疼,皮肤上出现一块红枣大小的溃疡,还有白色的坏死组织。眼看伤势加重,2 月 4 日一早,父母赶紧带他来到武汉儿童医院整形颌面外科就诊。接诊的杨文医生仔细查看了明明的腿部创面,诊断为低温烫伤,需要定期到门诊复查、换药处理。

明明妈妈很诧异,“热水袋装的也不是开水,为什么会把孩子烫伤?”杨文医生解释,低温烫伤类似于“温水煮青蛙”,尽管热源温度较低(一般指44~50℃),接触后皮肤不会马上感受到“刺激”,但随着时间变长,热能会从表层悄悄传导向深层组织,在红

肿的表面下可能已发生深度损伤,需要及时治疗。

“在冬天,不当使用各种取暖‘神器’容易导致低温烫伤,尤其是儿童更需要防范。”武汉儿童医院整形颌面外科韩崑主任医师表示,春节假期以来,科室已接诊 20 余例因不当使用暖宝宝、热水袋、电热毯等取暖设备而发生低温烫伤的患儿,有些年幼患儿由于发现不及时,就医时已烫伤严重,病程明显延长。

他提醒家长,最近寒潮来袭,家中使用取暖设备时要提醒孩子别长时间接触热源,取暖时也要避免直接接触皮肤,可增加毛巾、衣物等隔层来保护皮肤。若孩子皮肤发红、有不适感,应立即脱离热源,可用流动的冷水冲洗烫伤处 15~30 分钟,控制损伤进展。若出现水疱等严重的烫伤表现,应尽快前往医院治疗。

防脱洗发水真能防脱发吗

不少脱发的人寄希望于“防脱洗发水”,试图通过日常洗发来实现防脱、生发的目的。

所谓防脱洗发水,就是在普通洗发水里加入一些治疗脱发的药物。这类洗发水属于化妆品,或许能起到一定的保护头发的作用,但洗发水与头发、头皮接触的时间很短,而且在洗发水里添加的药物浓度一般较低,因此效果并不明显。

除了洗发水,一些人还自己购买治疗脱发的外用药物,自行涂抹治疗,比如米诺地尔。米诺地尔是一种血管舒张药,必须依靠毛囊内的硫酸转移酶,才可转化为米诺地尔硫酸盐,从而刺激毛发生长。因此,外用米诺地尔的一个前提是头皮毛囊没有被破坏。并且米诺地尔属于处方药,患者在使用过程中可能会出现副作用,所以不要自行购买或随意涂抹。

“洗肾”人群定期查眼底

“洗肾”是肾功能衰竭患者的重要治疗手段。“洗肾”人群出现眼底出血的几率远高于普通人群。

“洗肾”患者出现眼底疾病,与“洗肾”时使用抗凝剂肝素有关。因为“洗肾”时需把患者的血液引出到体外,经过过滤后再输回体内,体外循环的过程需加入抗凝剂,以防止抗凝不足引起体外循环凝血、血液丢失、透析效率降低。肝素是临床上最常使用的血液透析抗凝剂,由于长期使用肝素抗凝剂,血液当中的血小板含量大大减少,有可能出现自发性出血倾向,轻者表现为皮肤黏膜出血、眼底出血,重者还可能消化道出血、脑出血等。

除“洗肾”使用抗凝剂引起的眼底出血外,“洗肾”人群还应警惕由自身眼病,尤其是全身性疾病如糖尿病、高血压血管硬化等所致的眼病出血。这种情况的眼底出血往往意味着所患的全身性疾病病程相当漫长,对眼睛的破坏严重。

因此,“洗肾”患者即使没有自觉视力下降,也还是应该定期到眼科检查眼底、视力等。

小细节,伤药效

滴完眼药没按眼角:如果滴完眼药水只是“闭目养神”,没有按压内眼角,会让眼药水通过鼻泪管进入口腔,未被真正吸收利用。滴眼药水时应将下眼皮拉开,将药水滴入其中,立即闭眼,然后按压内眼角 2 分钟。

药物贴片剪开用:一些贴片剂会通过特殊的结构缓慢释放药效,擅自剪开药贴会破坏其结构,影响药贴向皮肤输送药物的机理,导致药物快速释放。

用完喷鼻剂吸鼻子:一些患者用完喷鼻剂后觉得不舒服,会马上吸鼻子,这会把喷剂吸进喉咙,从而影响药效。使用喷鼻剂时最好将其喷在鼻内壁上,而不是鼻腔。

用完吸入剂不闭气:使用吸入剂后不注意闭气,导致只有很少的药物到达肺部。一般来说,要在开始吸气时按下吸入器,吸气 5 秒后屏住呼吸 10 秒,给药物足够的时间抵达肺部。(本报综合)

忽视“量入为出”任性爹爹险丢命

本报讯(记者 肖凯 通讯员 周珊)“急性心力衰竭合并呼吸衰竭、肾衰竭、重度感染!”七旬老人擅自减少透析次数、超量饮食饮水、久坐不动,生命同时亮起 4 盏红灯。

77 岁老人陈爹爹患有高血压性心脏病、糖尿病,糖尿病肾病等多种基础疾病多年,且接受规律血液透析已有 6 个年头,见病情控制得还算理想,今年年初家属也就放松了对陈老的“监管”,谁知老人不仅擅自将原本每周 3 次的透析减少了 1 次,还

“趁空”家属走亲串友期间,每天早上吃 1 个梨、每天 1 顿稀饭,狂喝近 2 升水,甚至有时还偷偷吃下 10 个水煮汤圆,饱食之后也从不运动。1 个月来的任性妄为导致陈老逐渐出现胸闷、气喘、乏力直至症状持续无缓解,夜间不能平卧、精神萎靡、喘不上气,近日被送往长江航运总医院·武汉脑科医院救治。

血液透析患者小便少甚至无尿,需要严格限制饮水量,同时对于肾脏已经完全失去排水排毒功能的患者,保持透析 4 小

时/次、3 次/周是透析频率的“底线”。事后详细追问患病经过,肾病内分秘科接诊医师龚程表示,正是由于患者擅自减少了透析次数,还毫无节制进食本就富含水分的梨、稀饭及大量饮水,导致水分不能完全排出而进入心包、胸腔、皮下组织,逐步出现脸肿、脚肿、乏力的初始症状,并随病程进展引发胸闷、喘气、喜坐不喜动、不能平卧,直至多器官衰竭致命。

血液透析患者除了严格遵医嘱保持透析频率外,也应“管

住嘴”。肾病内分秘科主任郭爱莉主任医师强调,首先应遵循量入为出的总饮水原则,尤其是已经没有小便的患者需尽可能避免高钠饮食,避免食用西瓜、柚子、橘子、梨子等水分过高的水果;避免高钾饮食,避免过量食用橘子、柚子、香蕉、菠菜等含钾量高的水果及蔬菜,以防范高钾诱发心律失常甚至心脏骤停等风险。同时,也应避免各类含有防腐剂的零食等高磷饮食。一旦因饮食出现上述任何不适,应立即停止进食,并尽早就医。

子宫“往外跑”微创手术解忧

本报讯(记者 肖凯 通讯员 薛源)周婆婆(化姓)患子宫脱垂十多年,因位置隐私不便向家人诉说,一直拖着没有就诊。直到近日,子宫完全“掉”出体外。武汉市妇幼保健院妇科赵良平主任医师为她进行微创手术解决“难言之隐”。

周婆婆今年 68 岁,年轻时分娩遇到难产,好不容易才把孩子生下来,由于产后未能获得较好的休养,以及长久站立劳累,随着年龄增长,她的小腹常有坠胀感。从十多年前开始,偶尔出现一使劲,下体会掉出来一块

“肉球”,刚开始以为是痔疮,用手也能塞回去,周婆婆便没有在意,后来“肉球”越掉越大,可是因羞于启齿,她一直拖着没有去医院就诊。直到一周前,“晚上上厕所时,‘肉球’掉出来一大坨,塞也塞不回去,小便也尿不出来。”她赶紧前往武汉市妇幼保健院急诊就诊。

入院后,医生检查发现周婆婆的脱垂程度非常严重,子宫已完全脱出体外、体积明显水肿增大、表面破溃合并许多出血点,诊断子宫脱垂(4 度)。妇科主任医师赵良平和副主任医师刘智

慧立即给周婆婆做紧急处理,通过局部的消毒清洗还纳后,她才解出了小便。

随后,赵良平团队根据周婆婆病情精心设计创伤最小的精准手术方案,既保住子宫又修复了盆底,使子宫恢复正常位置。术后第二天,周婆婆就可下床正常行走了。

“子宫脱垂,属女性盆底功能障碍性疾病。常见于中老年女性,由于部位隐秘、感觉难以启齿,忍病拖到子宫重度脱垂的患者不在少数。”赵良平介绍,女性的盆底位于盆腔的最底部,托住

盆腔内的器官。妊娠、分娩会对盆底以及全身产生微损伤,产后恢复十分重要,若产后过早参加体力劳动、长期便秘、咳嗽,甚至因为肥胖造成腹部压力大等都会导致盆底松弛,随着年龄的增长发生女性盆底功能障碍性疾病。

他建议,女性产后 42 天常规进行盆底功能筛查,若出现大笑或咳嗽等时漏尿、腹部下坠感、腰酸腰疼、排尿困难、便秘、下体出现异物感等,尤其在久站、劳累后或咳嗽时症状加重,需要尽早就医。

明星代言维生素不可取

最近,有明星在网上代言维生素,称“吃喝油腻、久坐不动、失眠熬夜、作息不规律都可以吃”,这显然是在说谎。其一,他们不是医生,无权推荐药物;其二,所列症状并非靠这些维生素就能解决;其三,过量服用维生素有害。

一、维生素知多少

维生素是人体所必需的一类有机物质,它既不能供给热能,又不能构成机体组织,也不能由机体合成,必须由食物供给。虽然需要量极少,但是它却十分重要,缺乏之易致病。

维生素大家族有 13 个成

员,它们是维生素 A、维生素 B1(硫胺素)、维生素 B2(核黄素)、维生素 B3(烟酸和烟酰胺)、维生素 B5(泛酸)、维生素 B6、维生素 B7、维生素 B9(叶酸)、维生素 B12、维生素 C、维生素 D、维生素 E、维生素 K(葡萄糖醇)。

维生素在人体中具有重要的生物学功能,包括参与新陈代谢过程、维护免疫系统、促进生长和发育、维护皮肤和视力等。

二、过量服用维生素有害健康

有人觉得维生素有益,吃越多越好,当保健药吃,这是错的。维生素 B3 补充不当或过度,反而会增加罹患严重疾病的风险,

包括癌症的发生率和脑转移风险增加;晚年阶段减少叶酸的摄入,改善代谢,利于长寿;维生素 D 补充剂不能降低冠心病、中风和全因死亡风险;晚期癌症患者乱用维生素,会产生高水平的抗氧化剂,使化疗和放疗等治疗方法无法产生作用。

三、补充维生素主要靠食物

我们人体需要的维生素,在每天摄入的食物中就已经足够了,不需要常规补充,药物补充必须有医生的医嘱,且不可看明星的广告。

四、明星代言维生素可以休矣

尽管明星代言维生素产品

是常见的商业营销手段,可以借助明星的公众影响力提升品牌知名度和消费者信任度,但因不具备药物的相关知识,容易误导消费者,违反国家相关法律。若产生严重后果要担责。

所以建议明星别代言维生素广告,有关部门也应严查,维护消费者权益与百姓健康。

(纪光伟)



纪教授说医