

七类夏令皮肤病 专家教你巧应对

夏至之后进入雨季,雷雨增多,绵绵不绝。这样的气候下,尤其容易发生身体疾病,其中皮肤疾病名列前茅。暑期将至,七类常见夏令皮肤疾病不时“熊出没”,如何应对?一起来看看医师给出的小妙招。

小小蚊虫 危害无穷

第一类夏令皮肤病就是虫咬皮炎。

夏季气温高,蚊虫滋生,如蚊子、螨虫、跳蚤、隐翅虫、蜱虫等。若是一巴掌拍死蚊虫,并不一定妥当,当隐翅虫在皮肤上被拍打后,其体内的酸性毒液会使局部皮肤出现条索状的红斑、脓疱,伴有痒痛,就好似那可怖的“一丈红”了。蜱虫叮咬后“咬定青山不放松”,一头扎进皮肤中,切忌自行处理,以免口器残留。敏感肤质的人应避免去野外叶木茂盛或昏暗潮湿处,户外活动要做好防护,减少皮肤暴露。平时注意室内外卫生,做好灭蚊防蚊工作,婴幼儿需用蚊帐保护,避免靠近墙。应勤洗晒被褥、凉席等床上用品和贴身衣物,减少出汗。发现有蚊虫叮咬皮肤,应避免直接在躯体上拍打虫体,接触部位应尽早用肥皂水清洗。一旦发生,可外用清凉油、风油精、炉甘石等,必要时加服抗组胺药。切勿搔抓,以免感染。

千里之外 顺风而来

第二类皮肤病是具有传染性的病毒性皮肤病,统称为病毒疹,包括水痘、麻疹、风疹、手足口病和幼儿急疹等。幼儿和青壮年尤其容易中招。早期常表现为上呼吸道感染症状如发热、畏寒、咳嗽、咽痛和头痛等,待至局部或全身出现皮疹,即露出了它邪恶的真面目。对付病毒疹,“解”字来支招,即清热解毒。如果病毒疹的全身症状不明显,一般持续5—7天自愈。如果同时伴有发热、咽痛等,需接受抗病毒治疗。可配合使用金

银花、连翘、板蓝根等清热解毒中药或中成药。一旦患上病毒疹,要及时隔离观察,室内多通风换气。如果出现胸闷、心跳快、头痛、呕吐等症状,应及时上医院检查,以免引起心肌炎、脑炎和肝损害等并发症。

排汗不畅 闷热不舒

第三类皮肤病是排汗障碍和闷热相关的皮肤病,包括痱子、夏季皮炎等。

夏季皮炎则是由于高温闷热环境引起的热性皮炎,多见于高温工作者或中年肥胖女性。夏季皮炎奇痒难忍,往往出现抓痕、血痂和色素沉着。对付痱子和夏季皮炎,“敛”字有奇效,即散热敛汗。尽量保持身处环境通风散热,皮肤清洁干燥,特别是颈部、腋下等褶皱部位,清洗后扑上痱子粉可预防痱子发生。夏季穿衣首选透气性好、吸汗、样式宽松的棉布衣服。多补充水分,平衡大量出汗后体内电解质。如发生上述疾病,先用干净凉水冲洗患处皮肤,用炉甘石、痱子水等洗剂清凉、止痒及消炎;瘙痒明显的,可以洗剂与激素霜交替外用,或加服抗组胺药物。

烈日当空 如火如荼

第四类皮肤病是日晒伤和光敏性皮肤病。

夏季紫外线强烈,尤其上午10点到下午4点间,如不注意防晒,皮肤容易被晒伤,出现红肿、脱皮、疼痛等症状。另外,夏季阳光中紫外线的含量骤增,有些人对紫外线的敏感度随之增高,容易在额部、鼻部、耳廓、颈部和四肢等曝光部位出现光敏

性皮炎,表现为红斑、脱屑,甚至出现肿胀、水泡,痛痒难忍。在夏季要避免长时间暴晒,户外作业人员应做好防护。出门时可穿长袖浅色衣服,打伞戴帽佩太阳镜,涂抹防晒霜等。针对光敏性皮炎,预防方法是注意避免光敏物质和日光直接照射,户外活动后可以用冷水敷洗暴露部位。光敏性食物则包括一些含叶绿素高的蔬菜和野菜如雪菜、茼蒿、苋菜、芹菜、菠菜等,一些海鲜类包括螺类、蚌类等,也需留意。

梅子黄时 阴雨绵绵

第五类皮肤病是真菌和细菌感染性皮肤病。

雨季空气潮湿,这种气候环境下,人体的一些皱褶不透气的部位如腹股沟、腋窝、手足指趾间和出汗较多的颈胸背部,温暖潮湿的环境给致病微生物提供了生长温床,容易滋生真菌细菌,形成手足癣、体股癣和花斑癣等真菌性皮肤病和毛囊炎、脓疱疮、疖肿和丹毒等细菌性皮肤病。

对付真菌和细菌性皮肤病,应勤洗澡、勤换衣,保持皮肤清洁干燥,日常穿着宽松透气吸湿性好的棉质衣服和舒适的鞋子,衣物、袜子、毛巾等经常漂洗消毒。居住环境要经常通风,勤晒被子、凉席。出汗后应及时擦干,雨天皮肤遭遇污水及时洗净拭干,从而扼杀细菌和真菌的生长。如出现感染,避免不洁的手抓痒、挤压患处,应在医生指导下使用外用抗感染药物等。

湿热时节 荨麻疹现

第六类皮肤病是荨麻

疹,表现为时隐时现、边界清楚、红色或苍白的瘙痒性皮肤团块。

荨麻疹往往发生在过敏体质者身上,可对多种食入或吸入性物质产生过敏反应,另外还可有感染、药物、物理因素等诱因。一旦发生,应积极排查过敏原,避免刺激性易过敏的食物,包括辛辣、海鲜、奶类、蛋类等,仔细回顾,有没有不常吃的食物,配料调料也不能忽视。而对吸入物过敏者只能选择穿长袖、戴口罩等方法,尽量避免直接暴露在外界环境中,来减少过敏发生。如反复发生应在医生指导下应用抗组胺药物治疗。

金属塑胶 引发皮炎

第七类皮肤病是接触性皮炎。

夏季人们穿着较少,大量皮肤裸露,较平时更易接触到致敏原,如金属项链、皮带头中的镍、铬,赤脚穿的塑料或橡胶拖鞋凉鞋等,可在接触部位形成与接触物外形一致的皮肤炎症。甚至于防蚊防晒的花露水、防晒霜,亦可在喷洒或涂抹部位出现大片红肿。

对付接触性皮炎,“避”字为上策,夏季常见的接触致敏物主要为含镍的金属饰品如项链、戒指、皮带头等;橡胶塑料成份的凉鞋拖鞋;外用的花露水、防晒霜等日用品或化妆品;刺激性较大的水果如芒果、菠萝等。一旦出现接触过敏,应立即停止接触上述物品并在以后避免再次使用,轻者停用后症状消失,重者应在医生指导下积极对症处理。

据《南京晨报》



相关链接

如何预防皮肤病

预防皮肤病可以从以下五个方面做起:

- 皮肤病患者避免再刺激,局部尽可能地避免用手挠抓,也不要热水或肥皂水清洗局部,更不能某些刺激性强的药物局部涂抹。
- 远离皮肤过敏源。如果到公园或景区游玩,尽量穿长袖长裤,随身携带驱蚊虫药水和药膏等。
- 要谨慎使用化妆品,化妆品接触性皮炎、化妆品光感性皮炎、化妆品色素异常等皮肤病问题都是化妆品引起的。
- 皮肤病患者避免食用一些刺激性的食物:如葱、姜、蒜、浓茶、咖啡、酒类及其他容易引起过敏的食物。
- 出现症状及时就诊,皮肤病患者一旦觉察皮肤不适,要尽早到正规医疗机构就诊,特别是不能自行用刺激性强的药物或激素类药物,进行局部涂抹。

本报综合

公告挂失寻人
24小时手机/微信: 15253311449
全市联动 0533-3595671

挂失声明

- ★ 路丽芝丢失身份证,号码: 372427196305175747,有效期: 2007.04.18-2027.04.18,声明作废。
- ★ 徐树萱丢失身份证,号码: 372922193401010039,声明作废。
- ★ 张店区人民政府体育场街道办事处东方社区居民委员会丢失公章、财务章,声明作废。
- ★ 山东家祥蓖麻种业科技有限公司丢失原财务章,声明作废。

友情提示: 本版信息仅为持证人的单方及形式发布,不作为最终有效法律认定,不作为相关责任的依据。以具有管理权限的行政主管部门或主体对其的业务审核认定为准。

清算公告

根据公司法、公司章程及有关法律的规定,经股东决定解散淄博顺利达汽车驾驶培训有限公司,现已成立清算组进入清算阶段,请有关债权人自接到公司通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,提交有关证明材料到本公司清算组申报债权。

特此公告!
联系人: 吴俊飞
联系电话: 0533-8407706
联系地址: 山东省淄博市高新技术开发区张北路69号

淄博顺利达汽车驾驶培训有限公司清算组
2022年6月28日

清算公告

山东省冶金工业学校机械厂经开办单位决议解散,并拟向工商登记机关申请注销登记。现已成立清算组进入清算阶段,请有关债权人自接到企业通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,提交有关证明材料到本企业清算组申报债权。

特此公告。
联系人: 吴俊飞
联系电话: 0533-8407706
联系地址: 山东省淄博市高新技术开发区张北路69号

山东省冶金工业学校机械厂清算组
2022年6月28日

感受天气 关注生活

微动力新生活

及时收取最新天气资讯
了解最新天气

如何关注微信:

方法一:
打开微信 新朋友 添加朋友 扫一扫

方法二:
打开微信 新朋友 添加朋友 搜公众号: 淄博气象