

皮肤瘙痒、湿疹、丘疹性荨麻疹……瑞医皮肤科日均门诊量300人

# 夏季“尴尬症”咋破解？听听医生怎么说

记者 蔡玲玲 欧苗苗 通讯员 林慧

潮湿闷热的夏天，紫外线强烈，人体出汗较多，加之空气中湿度较高，细菌、真菌活跃，蚊虫孳生，是皮肤病的高发期。入夏以来，市中医院皮肤科日均门诊量较之前大约增加了两成；在市人民医院皮肤科，皮肤病患者日均就诊达300人左右，比其他季节明显增多。

“夏季皮肤细胞新陈代谢加快，皮脂分泌旺盛，加之皮肤排出的大量汗液和其他废物，皮肤表面环境发生改变，导致皮肤疾病高发。”市人民医院皮肤科副主任医师唐艳琼说。



## 真菌性皮肤病患者最常见，平时要注意卫生

近段时间，市民林女士的腿上突然出现了一片红斑。一开始她以为是凉席不干净或是蚊子叮咬造成的，过几天就会好转，没想到越抓越痒，红斑的面积也越来越大。她只好到市人民医院皮肤科就诊，被告知患了真菌性皮炎。

“夏季是真菌病的高发季节。来看病的患者中，足癣、体癣、股癣等真菌感染人数最多。”唐艳琼说，在适宜的温度和湿度下，真菌繁殖

快，很活跃，如果卫生条件不好极易导致癣病的发生。

比如，有些人容易出汗，皮肤经常处于潮湿状态，如不及时擦净和保持干燥，容易感染真菌而发生花斑癣等癣病；裤子穿得过紧过厚不透气、长时间坐办公室，容易患股癣等癣病；经常穿透气性差的鞋子，脚部的湿度和温度增高，若再加上皮肤不干净，就极易发生足癣等癣病。

唐艳琼介绍，真菌性皮肤病

具有传染性，可通过自身传播而使自身其他部位发生癣病，或通过接触他人皮肤使其染病，“真菌性皮肤病是可以治愈的，一旦发现要尽早到医院诊治。”

在日常生活中，注意卫生是预防真菌性皮肤病、减少传播的关键。比如，保持皮肤清洁干燥，穿透气性好的衣物；不要穿别人的鞋和袜子，洗脚盆要一人专用；浴室最好常保干燥，袜子和其他衣物要分开清洗等。

## 被螨虫或蚊虫叮咬，易致丘疹性荨麻疹

入夏以来，市人民医院皮肤科门诊还接待了不少丘疹性荨麻疹患者。患者的皮肤有绿豆至花生米大小、略带纺锤形的红色风团样损害，顶端常有小水疱，多发于躯干、四肢，瘙痒明显。

“丘疹性荨麻疹，多为螨虫

或蚊虫叮咬后而发生。”唐艳琼表示，在蚊虫较多的野外或者农村地区，容易发生丘疹性荨麻疹。此外，衣服从箱子里翻出来时没有晒就穿在身上，或者与宠物亲密接触，都有被螨虫叮咬的可能。

要预防丘疹性荨麻疹，应该

及时除螨，家中衣物、被褥、凉席等在使用前要放在太阳下暴晒，到野外时最好穿长袖衣裤。如果不慎被蚊虫叮咬，轻者在局部外涂炉甘石洗剂便可，重者除了局部用药外，还需口服抗过敏的药物，最好是到皮肤科就诊，在医生指导下用药。

## 湿疹患者夏季易加重病情，慎食海鲜、牛羊肉

湿疹一年四季都有可能发生，并且可发生于任何年龄。据皮肤科医生介绍，患严重湿疹的多为孩子，且反复出现，一用激素就好转，激素一停就复发，最厉害的时候浑身都是湿疹。此外，成年人也会出现湿疹。

“夏季天气炎热，紫外线强度大，出汗多又没能及时擦干，就容易引起刺激性皮炎，加上蚊

虫叮咬后抓挠，更容易感染而加重湿疹病情。”唐艳琼介绍。

据悉，湿疹是一种常见的由多种内外因素引起的表皮及真皮浅层的炎症性皮肤病。早期主要表现为红斑或红疹子，有瘙痒感，随着时间会逐渐发展为出水、渗出、结痂等症状。湿疹发作时奇痒难耐，而且气温越高越痒。环境湿热、温度变化及患者

的情绪压力，都可令湿疹的症状变得更严重。经过正规治疗，大多数人的湿疹可以治愈，也有小部分人会转变成亚急性湿疹或慢性湿疹。

医生建议市民，预防湿疹应保持工作、生活环境的湿度不要过高，保持皮肤清洁，避免刺激、挠抓、日晒；衣服要宽大透气；饮食要清淡，避免海鲜、牛肉、羊肉。

## 烈日当空照皮肤最受伤，男士也得防晒

“还有一些皮肤病患者是‘晒出来的’，即光敏性皮炎。”市中医院皮肤科主治医师林晓琼介绍，夏季阳光中紫外线含量骤增，人体对紫外线的敏感性也随之增高。在面部、颈部和手背等暴露部位，出现皮肤红斑，日晒后加重，甚至出现肿胀、水疱，常感痛痒难忍。

据皮肤科门诊反映，晒伤的

人主要为两类人，一类是小孩，这类孩子的家长认为，孩子没有必要太早接触护肤品，防晒霜里的化学成分对皮肤没有什么好处。另一类就是“汉子”，他们大多没有防晒习惯，认为涂防晒霜或出门打伞这些事太“娘”，因此晒伤了。

夏日要避免晒伤，就要避开在阳光强烈的时段外出。不得

不出时，应穿长袖上衣和长裤，戴帽、打伞或戴墨镜，擦防晒霜等，以避免阳光对皮肤的直接照射。

另外，夏季去海边游玩、喜欢在烈日下玩水的市民更要注意，水边紫外线的强度是平地的两倍，除了头顶射下来的阳光，还有水面反射的阳光，没有防晒措施很容易晒伤。

## 入夜民莘中路小贩占道摆摊 人车被挤到路中间 城建监察 近期将开展整治



本报讯(记者 杨微微 实习生 缪志朋)近日,有市民向本报反映,傍晚开始至夜间,莘莘街道民莘中路两侧被各类卖服装和小吃的流动摊占据,汽车、电瓶车、三轮车、行人被挤到道路中间,不仅经常堵车,也带来很大交通安全隐患。

根据市民反映的情况,记者近日实地走访。傍晚从西往东进入民莘中路后,路边开始有零零散散的小摊贩,越往东摊贩就越多,道路两旁、桥上、人行道上,随处可见流动摊贩的身影。除了摊位,路边还停着不少提前占位的电瓶车。

“每天下午四五时就来了,下班高峰时这里最堵,有时候车根本动不了。”民莘中路上一家奶茶店的店员介绍,小吃摊、服装摊每天都会来,很多摊贩会用自己的三轮车、遮阳伞等物品来提前占位。

由于道路两侧被占道,车辆通行受到严重影响,机动车

和非机动车共行一道,拥堵成为常态。而拥堵情况最为严重的是东街与民莘中路交汇的十字路口处,原本还算宽敞的双车道,由于各种原因,车辆、行人均被挤到路中间,公交车在该路段行驶“步履维艰”。直至21时,大部分的摊位还未散去。

记者联系了莘莘城建监察中队。中队长胡晓东介绍,民莘中路的占道情况,该中队曾多次整治过,但整治后又屡次出现“回潮”,目前已将该情况向莘莘街道办事处汇报,计划下一步开展整治行动。此外,多年前该路段曾有村老协参与管理,将计划让村里参与管理,招募辅助管理人员,发动民莘中路所在村的村民、志愿者参与管理,共同改善该路段的占道现象,避免再“回潮”。

另外,针对下班高峰期该路段拥堵情况,胡晓东介绍,已有交警部门在路面加强管理。



民莘中路两侧占道经营的服装摊

## 我市物流企业 开展消防应急演练



为迎接即将举行的G20杭州峰会,同时加强危化品车辆运输过程中物料泄漏导致火灾的突发事件应急处置能力,日前,市华峰物流公司联合飞云码头举行消防应急演练。演练过程中,各应急小组反应敏捷、配合到位,及时解除了险情,并在消除险情后,对泄漏出来的物料进行收集和处理,防止扩散污染。(通讯员 金邦东 陈一益 记者 黄君君)

