



身上直掉“鳞屑” 少女不敢上学

明日“世界银屑病日”，专家提醒：尽早规范治疗，可更好地改善皮损，减少共病发生

■海都记者 林宝珍

18岁的少女小晴(化名)是大一新生,5年前患上银屑病,身上满是一块块的红色斑块,特别是冬天,脱下外套,身上的“鳞屑”往下掉,仿佛下雪一般。这一切令小晴十分自卑,不敢与人交往,甚至一度不愿上学。

据介绍,银屑病俗称“牛皮癣”,是一种复发性、顽固性皮肤疾病,给患者学习、就业、婚姻等都带来巨大的影响,有“不死的癌症”之称。10月29日是“世界银屑病日”。专家表示,银屑病需尽早规范治疗,可更好地改善皮损,减少共病的发生。

由于不规范治疗 少女病情加重

据介绍,过去5年间,小晴辗转多家医院、诊所,吃过成堆的药,涂过激素药膏,还泡过药浴。然而,这些方法只能短暂改善症状,不久就“打回原形”,甚至愈发严重,斑块面积不断扩大,瘙痒常使得小晴彻夜难眠。

来福州上大学后,小晴打听到福建医科大学附属第一医院奥体院区有银屑病

病专病门诊,便前往就诊。

接诊后,向姐副主任医师发现,由于不规范治疗,小晴的银屑病已进展成了重度斑块状银屑病,进一步检查后,给她制订了生物制剂治疗方案。仅仅两周,小晴的症状明显好转,红斑消退,鳞屑也基本消失。如今,这名少女终于可以自信地走在大学校园了。

坚持规范治疗 银屑病也可“治好”

专家同时提醒,银屑病是一个系统性疾病,不仅可有皮肤上的表现,还会引起包括心脏、关节在内的其他损害,同时,代谢疾病、心血管病的发生率也会较高。因此,对待银屑病,也要像对待高血压、糖尿病等其他慢病一样,尽可能长期维持治疗。

“我们要对银屑病有一个正确的认知,目前虽无法根治,但可以通过长期的复诊和监测,让疾病控制在稳定、无皮损的水平。”福建医科大学附属第一医院皮肤科程波主任医

师介绍,传统的治疗方式之所以较难取得良好稳定的疗效,一方面是因为传统药物安全性较差,副作用较大;另一方面,则是患者对于传统治疗方案的满意度和依从性都较低。近年,随着生物制剂等创新治疗手段的出现,有望改变这一现状,银屑病正成为一种可“治好”的慢性病。

据悉,福建医科大学附属第一医院于2021年4月成为第一批授牌的国家级银屑病规范化诊疗中心示范中心,并在奥体院区开设了银屑病专病门诊。

一夜“呼吸骤停”上百次 竟是打呼噜惹祸

■海都记者 黄晓蓉
通讯员 阙镇如

泉州今年40岁的王先生,睡觉打呼噜已经有十几年了。近日,王先生的妻子发现,丈夫打呼噜期间出现了呼吸暂停的情况,且呼吸暂停时间越来越长,最长可达到1分多钟,一晚上反反复复有100多次。不仅如

此,每天起床后,他还出现头晕、口干舌燥、精力不集中、记忆力减退等情况。

近日,王先生到解放军第910医院耳鼻喉科求助。接诊的张智斌医生详细询问了王先生的情况,并为他进行仔细检查,发现王先生身材肥胖,血压偏高,尤其是舌体肥厚,咽喉狭小。因王先生为鼾症患者,经过睡

■提醒

平稳过冬 注意保暖保湿

秋天来临,天气渐冷,对广大银屑病患者而言,寒冷的天气会使银屑病暴发,是个不小的考验。为此,向姐医生整理了几点建议,希望能帮助银屑病患者更好地度过冬天。

1. 保暖

上呼吸道感染容易诱发银屑病,会造成病情反复发作,所以患者平时要注意保暖,尽量将室温控制在18℃~25℃之间,外出应穿上保暖、轻便的衣物,防止着凉。

2. 勿盲目用药

不盲目追求“根治”,坚持有计划、有规律地治疗,避免使用可能导致银屑病加重的药物,如β受体阻滞药、非甾体类抗炎药、抗疟药等。

3. 正确洗澡

洗澡水温不能太高,以免皮损部位受到刺激。水温控制在38℃~42℃之间比较合适,时间不要超过10分钟。洗完澡后要立即将身上的水分擦干,还要做好保湿工作,每天都应该在皮损的部位涂抹一些滋润的润肤霜,缓解皮肤干燥、瘙痒。

4. 避免刺激性食物

辛辣食品、海鲜等,容易使皮肤过敏,加重病情。建议多吃新鲜蔬果,这类食物中富含维生素,有助于改善皮肤瘙痒、脱屑等现象。

眠监测后,他被诊断为重度阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征。

张医生给他佩戴呼吸机治疗,并建议他减肥、戒烟酒。经过两个多月的综合治疗,王先生的鼾声基本消失,睡眠呼吸平稳,未再出现呼吸暂停,头晕、口干舌燥缓解,精神明显改善。

【问诊】打呼噜是不是病,对健康有没有影响?

张医生介绍,大部分打呼噜都是有疾病的,打呼噜作为多种心、脑血管疾病,内分泌系统疾病及咽喉疾病的源头性疾病,严重的可能发生猝死。造

成打呼噜的原因多种多样,因人而异,治疗也需对症下药,找出根源很重要,这就需要到医院进行睡眠监测检查。而睡眠监测通过采集并分析全身

的各种信号,比如脑电波、心电图、血氧水平、肌肉活动等,有助于鉴别与睡眠相关疾病的病因以及判断睡眠质量,为后续诊断、治疗提供帮助。

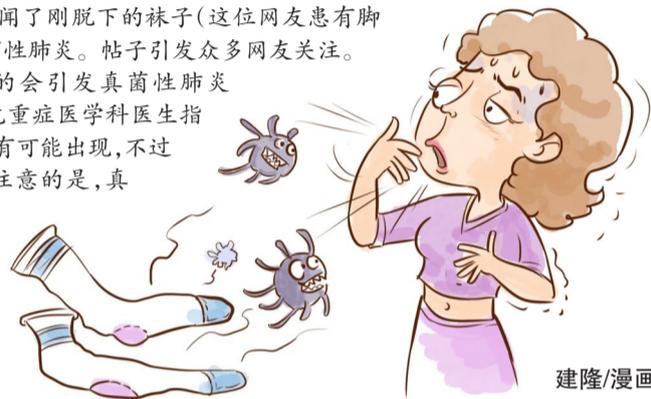
闻臭袜引发真菌肺炎? 医生:有可能!

真菌性肺炎并不少见,呼吸科医生提醒,这几种情况也要提防

■海都记者 刘薇

近日,河南新密网友“海燕”在社交媒体上分享了自己的经历,说因为闻了刚脱下的袜子(这位网友患有脚气),导致感染真菌性肺炎。帖子引发众多网友关注。

闻臭袜子真的会引发真菌性肺炎吗?泉州呼吸与危重症医学科医生指出,这种情况确实有可能出现,不过并不多见。值得注意的是,真菌性肺炎并不少见,除了提防“臭袜子”,霉味重的物品、鸟粪等生活中可接触的因素也应引起重视。



建隆/漫画

【网友说】闻臭袜引发真菌性肺炎

据网友“海燕”分享,她在几个月前开始出现咳嗽症状,咳嗽严重到连续几个晚上都无法入睡。初次就医时,医生初步诊断为支气管炎,开出口服药物治疗。然而,这

些药物并没有减轻症状。再次住院治疗,通过支气管镜检查,她被确诊为真菌性肺炎。纳闷的“海燕”询问医生后被告知,闻有脚气的袜子可能是引起该病

的原因。“海燕”这时才联想到,自己年少时就患有脚气,一直没有好好治疗。这几个月来,“海燕”一直在吃药治疗,目前吃药90天,病情已基本得到控制。

【医生说】有可能,但不多见

不少网友觉得好奇,“臭袜子”上的真菌真的会引起肺部感染吗?

福建医科大学附属第二医院呼吸与危重症医学科吴炜景副主任医师介绍,经过吸入导致感染是

呼吸系统感染的常见途径。如果长时间、反复吸入病原体、化学物质等,加之个体免疫力低下,有发生肺部感染的风险。因此,这位网友的案例是有可能出现的。因为她有足部真

菌感染(俗称“脚气”),长期闻嗅附着真菌的袜子,真菌可能通过上呼吸道进入肺部。当机体免疫功能低下时,就有发生真菌性肺炎的可能。不过,类似这种病例并不多见。

这几种情况也要提防

据了解,真菌性肺炎是指由白色念珠菌及其他真菌所致肺部过敏、化脓性炎症反应或形成慢性肉芽肿。“发热、气喘、咳嗽,甚至是咯血,是真菌性肺炎的常见症状。若经确诊,治疗疗程较长、费用较高,因此生活中应注意防治真菌性肺炎。”吴炜景副主任医师指出,值得注意的是,真菌性肺炎并不少见,除了

提防“臭袜子”,霉味重的物品、鸟粪等生活中可接触的因素也应引起重视。

吴医生曾接诊过一位老年慢性支气管炎患者,这位老人在梅雨季节收拾杂物间后出现肺曲霉菌感染。追述患者病史,原来,老人的杂物间常年堆放旧书,环境密闭且有管道漏水,霉味重。加上老人有基础病,又在疲劳作业的基础上短时

间、大量吸入了霉菌,从而导致肺部真菌感染!

“此外,养花养鸟爱好者也是真菌感染的高危人群。”吴医生介绍,鸟类的粪便、养花的泥土里真菌也很多,例如隐球菌。患者在常年接触含有隐球菌的介质后,可能罹患肺隐球菌病,重者还会出现隐球菌性脑膜炎,病情凶险,亟需警惕。

真菌性肺炎这样预防

真菌吸入是真菌性肺炎的常见致病途径,那么,该如何避免呢?

吴医生建议,应加强环境通风、干燥,尤其是梅雨季节,保持居住和工作环境的卫生整洁;养成

良好的个人生活习惯,勤洗手;阴暗潮湿的地下室尽量减少接触,如果一定要去,最好戴口罩,离开后立即洗手。

“还需要提醒一点,肺部定植的真菌在机体

抵抗力下降时,亦可出现肺炎;或者身体其他部位的真菌随血流或淋巴途径到达肺,可导致肺炎。因此,增强体质、加强基础疾病的治疗也是防治真菌疾病的重要环节。”