

科普进行时

不少人被痤疮困扰,但又习惯拖着不治疗,或用错误的处理方式,如用手强行挤压,抠除红肿部位,可你知道吗,这些行为有可能导致感染加重,甚至诱发颅内海绵窦静膜炎,或者留下明显的凹陷性瘢痕等后果。该如何摆脱痤疮的困扰呢,我们一起来了解一下。

泌尿知识角

MI NIAO ZHI SHI JIAO
栏目协办:四川省医学会泌尿外科学专委会
四川泌尿外科医院

如何摆脱痤疮的困扰?

赵玲一

目前,痤疮有多种治疗方法和药物,但具体使用何种方案和药物,需要根据患者的实际情况来决定。

粉刺

对于面部仅仅只有与皮肤颜色差不多的针尖大小粉刺,可以外用维A酸乳膏、过氧化苯甲酰、水杨酸制剂等。需要注意的是,需根据说明书所述方法正确使用。如,维A酸乳膏只能晚上使用,并且使用点涂方式,不能大面积涂抹,否则可能导致严重的刺激反应;过氧化苯甲酰及水杨酸均有控制炎症的作用,同样也有刺激性,一旦发生不适,就要立即停用并就医。

丘疹及脓疱

对于有少许红色小疙瘩或者少许白色脓点的丘疹及脓疱,可以外用维A酸乳膏,加上夫西地酸乳膏、氧氟沙星凝胶等药物。这些药物属于抗生素,主要作用于痤疮丙酸杆菌,杀灭了此种细菌,皮损自然就康复了。

寻常痤疮及囊肿型痤疮

对于面部丘疹脓疱较多的寻常痤疮,以及红肿、有明显包块及压痛的囊肿型痤疮、聚合型痤疮,仅仅外用药物是解决不了问题的。可以选择口服药物,如米诺环素、多西环素等

抗生素。药物可能对胃肠道有一定刺激从而产生不良反应,需要根据患者的具体情况进行选择。服药疗程一般为6~8周,中途需要根据医嘱及患者治疗情况多次复诊。

聚合性及暴发性痤疮

对于那些有聚合性或暴发性痤疮的患者,需要使用口服维A酸类药物。暴发性痤疮甚至同时需要口服糖皮质激素治疗。痤疮使用的口服维A酸类药物包括异维A酸、维胺酯等。服用此类药物需要注意的是:用药之前3个月、用药期间及停药3个月以内绝对避免怀孕;有可能导致皮肤及口唇非常干燥不适;有可能影响骨骼的生长发育;有可能导致血液中白细胞减少;影响血糖、肝功能、血脂等;肌痛;用药两年以内不能献血等。通常服药周期较长,需根据痤疮严重程度而定,一般至少需要3个月以上。此外,四环素类抗

生素不宜与维A酸类药物同时使用。

有部分女性在经前期,或因经期紊乱面部容易出现痘痘,可选择短效避孕药或者雄激素受体阻滞剂治疗。常见的有达英35、优思明等。具体情况需要专业医生开具处方,多数需要口服药物3~6个月。

除了上述治疗方法外,痤疮还有多种物理治疗方法:

◎粉刺取出术。可以挤出粉刺,

达到治疗效果。

◎红蓝光治疗。红光主要用于减轻面部的炎症反应,而蓝光用于杀灭痤疮丙酸杆菌。

◎倒模。可用于清洁及减少面部皮肤油脂分泌。

对于面部留下痘印或者凹陷性瘢痕、增生性瘢痕的患者,也有多种治疗方法:

◎面部有较多痘印,但炎症基本消退的,可以采用多次果酸治疗,消除色素沉着。

◎凹陷性瘢痕建议采用点阵激光治疗,可选择的有剥脱性点阵激光及非剥脱性点阵激光,主要是刺激皮肤胶原增生,以达到凹陷逐渐恢复至平整的作用。也可选择皮肤磨削术、透明质酸等填充剂填充改善外观。

◎中重度痤疮及结节囊肿型痤疮可以采用光动力治疗。

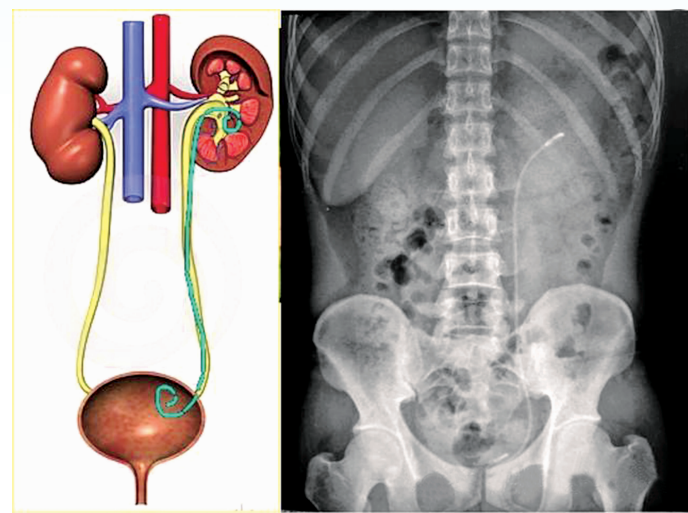
◎增生性瘢痕需要医生根据具体情况决定治疗方案,比如局部注射糖皮质激素,使增生的皮损萎缩;或者手术切除以后结合其他治疗手段等等。

上述治疗方法并不能一概而论,需要去医院由专业医生决定采用何种治疗手段,否则可能适得其反。除此以外,中医药在痤疮的治疗上也有较好的效果。

(作者单位:成都市第二人民医院皮肤科)

泌尿科常用导管之输尿管支架管

(二) 刘芸峰



常用的输尿管支架管有输尿管导管、双J管等。

输尿管导管,主要由聚氯乙烯制成,为硬质直导管,头部封闭呈圆锥体形状,开有一个侧孔,多为一次性使用。通常采用尿道逆行置入,可以用于输尿管内短期引流、引导输尿管镜进入输尿管,也常用于输尿管逆行造影。

双J管,又称“猪尾巴管”,因两段卷曲,形似猪尾而得名。材质多为聚氨酯,可在X线下显影,具有可卷性、弹性大、抗老化性强,具有组织相容性好等优点。猪尾样的卷曲两段有助于导管上下两段盘曲在肾盂和膀胱内,具有自身固定作用而不易上下移动。根据工艺和材质不同,最长可放置3~12个月。由于其支架和内引流作用,能解除输尿管炎症和水肿造成的暂时性梗阻,防止术后伤口漏尿和输尿管狭窄。同时,因不与外界直接相通,可以避免如肾造瘘术等引起的出血、感染。不同与其他外引流管带来的活动受限和不舒适,支架植入的患者可早期下床活动,有利于术后康复。

尽管有这些优点和便利,但在置管期间仍然需要注意:肾盂、

输尿管壁损伤或切口的患者术后应常规留置导尿5~7天,以减少反流的尿液对肾盂输尿管壁创面的影响。置管后,尿液中晶体易吸附于尿管壁表面形成尿盐沉积,阻塞管腔,故置管后应多饮水。在置管时间上,应严格按照厂家推荐的时间,置管时间过长可能导致导管变质、断裂、不易拔除或产生结石。由于各种原因,许多患者会遗忘拔管时间或推迟拔管,因此需要建立严密的复诊制度,强调复诊取管时间。

留置双J管常见的并发症,首先是膀胱输尿管反流,由于其双向引流作用,膀胱压大于肾盂压引起尿液反流。故应保持尿管通畅,或勤排尿,尽量保持膀胱低压状态。其次是感染,由于双J管为外来异物,在尿液刺激下,可在其周围形成包裹物、细菌生物膜并形成感染。因此,在感染发生时合理运用抗生素控制感染。此外,置管后会有明显的腰痛、血尿、膀胱刺激症状,材质过硬或位置放置不佳均易引发不适。因此建议患者在置管期间,不要做腰部剧烈活动,大多数患者在取管后,症状自然缓解。

(作者单位:四川泌尿外科医院)

肿瘤大讲堂

ZHONG LIU DA JIANG TANG
栏目协办:四川省抗癌协会
四川省肿瘤医院

乳腺癌是气出来的,这是真的吗?

事实上,很多疾病的发生都与情绪相关,不良情绪也是乳腺癌的重要推动因素。

研究表明,长期的紧张、焦虑、烦恼、悲伤等不良情绪可使乳腺癌发生的概率增高。不良情绪促进乳腺癌发生的机制,主要是通过抑制机体免疫系统和扰乱内分泌水平来促进癌变。

近年来的研究显示,频繁抑郁与早期乳腺癌的发生相关。尤其是丧偶、离异等负面生活事件可能会促进乳腺癌的发生。

按摩能预防乳腺癌,这是真的吗?

不能!

目前没有任何证明表明按摩对于各种乳腺疾病有治疗和预防的功效。如果乳房已经产生结节,按摩并不能使良性的结节消失,还可能会使部分包膜破坏,从而导致炎症反应或刺激结节的生长。如果是恶性

结节,按摩就更可怕了,因为它把癌细胞“揉”到全身各处,等于促进癌细胞转移。也就是说,按摩对于肿块是一种刺激,有可能让肿块继续长大或者病情恶化。所以,按摩乳房是一件有害无利的事情。

生孩子能预防乳腺癌,这是真的吗?

有对的部分,但不完全正确。

因为女性第一次足月的妊娠可以导致乳腺上皮发生一系列变化而趋成熟,使得上皮细胞具有更强的抗基因突变能力。科学家同时还发现,高龄妊娠、多次妊娠以及有乳腺癌家族史的女性,生育后患乳腺癌风险的几率更大。所以,如果有生育计划且想要规避乳腺癌风险的女性,建议在25岁之前生育,这样可以降低乳腺癌的发病风险。

关于乳腺癌,你关心的问题都在这里

(二)

豆制品吃多了会得乳腺癌,这是真的吗?

假的!

目前并没有任何研究证明豆制品会导致乳腺癌风险升高。

乳腺癌的发生大部分同雌激素密切相关,在许多谣言中,大豆及豆制品被传含有雌激素,会刺激乳腺。但实际上,豆制品里没有雌激素,只有大豆异黄酮。而大豆异黄酮能有效降低乳腺癌死亡率、癌症复发率和心血管疾病的发生率。

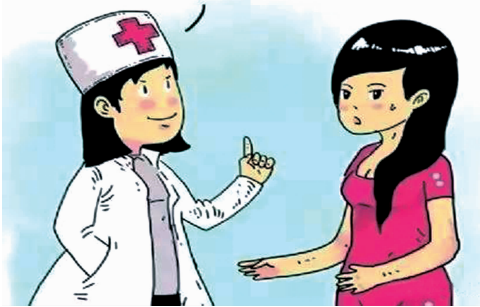
另外,豆制品的自身抗氧化作用还可诱导抗氧化酶活性增高,通过抗氧化作用降低肿瘤的发生。不仅如此,大豆脂肪可以

阻止胆固醇的吸收,对于血脂含量高和动脉硬化的乳腺癌来说,大豆反而是一种理想的营养保健食品。

所以,适量食用大豆及其制品不仅安全,还可以降低患乳腺癌的概率、减少确诊后乳腺癌复发和死亡的发生率,对患者有一定的保护作用。

(四川省肿瘤医院宣传部供稿)

20岁以上的女性应每年做一次乳腺检查



科技前沿

KE JI QIAN YAN

据美国《科学日报》网站近日报道,关于地球和月球的形成有多种理论,其中大部分涉及一场巨大的撞击。有的模型认为,地球刚形成不久时,一个天体给了地球一记斜击,随后逃逸;还有模型认为,撞击相当猛烈,撞击天体和地球都发生了气化。

现在,利兹大学和芝加哥大学的科学家对液体和导电液体的动力学进行分析并得出结论称,地球要么在撞击发生前就已经被磁化,要么是因为撞击而磁化。

磁场演化泄露地球形成天机

他们声称,这可能有助于缩小地球-月球形成理论的范围,并为未来对真相的研究提供信息。

英国利兹大学数学学院应用数学家戴维·休斯教授说:“我们的新想法是要指出,我们有关当今地球磁场的理论知识实际上可以告诉我们有关地月系形成过程的一些情况。乍一看,这似乎有些出人意料,以前的理论没有认识到这种具有潜在重要意义的联系。”

这一新的评估是基于地球磁场

的复原力。地球磁场是靠地球外核中一种旋转的导电性流体(又被称作“地球发电机”)来维持的。

芝加哥大学天体物理学家福斯托·卡塔内奥教授说:“‘地球发电机’的一个奇特之处在于,它能维持一个强磁场,但不能放大一个弱磁场。”

科学家们因此断定,如果地球磁场被关闭,或者变得非常弱,那么它就没有能力再运转了。

卡塔内奥教授说:“正是这个

非凡的特点使我们能够对早期地球的历史(可能还有月球的形成过程)进行推断。”

“如果这是真的,那么你不得不去想,地球的磁场最初从何而来?”休斯教授补充说,“我们的假设是,它早在一开始就达到了这种奇特的状态,要么形成于撞击之前,要么就是撞击的直接后果。无论哪种情况,有关地月系形成的任何现实的模型都必须将磁场演化纳入其中。”

(据参考消息网)

崇尚科学 反对邪教

CHONGSHANGKEXUE FANDUIXIEJIAO
栏目协办:四川省反邪教协会办公室

宝兴县反邪教协会成立

本报讯 近日,雅安市宝兴县委政法委和县科协在四川长征干部学院雅安夹金山分院联合召开宝兴县反邪教协会第一次会员代表大会,来自县级相关部门和各乡镇的41名会员代表参加会议。

会上,审议通过了《宝兴县反邪教协会章程》,选举产生了宝兴县反邪教协会第一届理事会。

会议指出,宝兴县反邪教协会要以党的二十大精神为指引,共举反邪旗帜,以实际行动积极做好新形势下反邪教斗争的各项任务,团结一切可以团结的力量,凝聚广大人民群众智慧和力量,团结、联络有志于反邪教

的社会各界,共同筑起抵御和防范邪教的铜墙铁壁。

会议强调,全体反邪战线上的同志们要进一步提高政治站位,强化责任担当,在反邪教斗争实践中不断提高做好新形势下防范处理邪教工作的能力和水平。同时,要注重增强协会工作的针对性和主动性,努力推动全县反邪教协会工作再上新台阶。

宝兴县反邪教协会的成立标志着宝兴县反邪教工作进入了一个新的阶段,下一步将加强推动群众抵制邪教、远离邪教的能力,为全县的社会稳定和经济社会发展提供强有力的支撑。

(本报记者 苏文佩)

本版图片来自网络,请图片作者与本报联系,以付稿酬。