



皮炎，这些你都应该了解！

▲河南省固始县中医院 张志中

皮炎是一种常见皮肤疾病，会对人们的生活造成一定的负面影响，严重还会危害到我们的身体健康。虽然皮炎很常见，但大部分人对它不是很了解，甚至有因为得了皮炎就主动就医的患者。

皮肤炎症其实就是发炎，是身体的一种自我保护机制，当外来的刺激对肌肤造成损伤时，皮肤的免疫系统就会启动，表现为红、肿、热、痛和功能障碍。

皮炎的诱发因素

环境 长期处于干燥、寒冷、炎热、潮湿、卫生条件差等环境都对皮肤的正常代谢不利，可导致皮肤屏障损害出现过敏，并容易滋生细菌感染致病。

精神心理 长期精神压力大，精神高度紧张或抑郁可能诱发皮肤功能减弱致病。

生活方式 长期饮食不规律、高油、高脂饮食、偏食、吸烟饮酒等不健康生活方式

都可诱发皮炎。

常见皮炎种类及其表现

皮炎根据其病因的不同，可分为接触性皮炎、神经性皮炎、特应性皮炎、脂溢性皮炎、日光性皮炎、激素依赖性皮炎等。

接触性皮炎 这类皮炎比较常见，是由皮肤接触外源性刺激物或毒性物体所引起的皮肤炎症反应，如化工原料、洗涤剂、花粉、树叶、动物毛等。

接触性皮炎的临床症状表现为红斑、水肿，或聚集性米粒大小的红丘疹，严重者会出现水疱或水疱破裂糜烂、疱液渗出、糜烂、溃疡等现象，并伴有瘙痒、灼热、胀痛感。

神经性皮炎 该病的主要表现为单一或多个扁平丘疹融合而成的苔藓样变，皮疹上通常附有鳞屑，伴有严重的瘙痒感，好发于手腕、手臂、手肘及脖子和小腿部位，以中年女性为多发人群。

神经性皮炎的病因与神经因素和长期摩擦、搔抓等原因相关，如抑郁、焦虑、劳累、急躁、长期穿紧身衣、胃肠道功能异常等，都有可能诱发神经性皮炎。

日光性皮炎 日光性皮炎又被称为急性日晒伤或晒斑，是皮肤接收超过耐受量的紫外线照射所引起的，尤其是属于易晒伤的体质人群，很容易被紫外线晒伤。

在接受紫外线照射数小时或数十小时后，暴露部位出现边界清晰的鲜红色斑块，随着时间推移颜色会愈发变深，通常一周内会逐渐消退，并产生脱屑现象，严重者可能会出现水疱、破裂糜烂。

激素依赖性皮炎 该病是由于长期反复外用含有糖皮质激素成分的药膏或化妆品，导致角质层细胞异常而出现的一系列皮炎炎症反应。

临床表现为皮肤变薄、潮红、毛细血管扩张、皮肤干燥、龟裂、脱屑，出现粉刺、丘疹、脓包甚至皮肤萎缩现象，部分患者会有灼热、瘙痒疼痛感。

只有油皮、痘肌才会有皮炎吗？答案是肯定的。只要皮肤受到刺激、遭受损伤，就会产生炎症反应，只是油皮干皮的表现不同。油皮出油量较大，皮肤表面易滋生细菌，常为感染性炎症，如痘痘、痤疮；干皮容易屏障受损，表现为泛红、红血丝、刺痛。

预防措施 皮炎的预防主要是通过运动、健康生活等方式提高机体免疫力，平时注意皮肤清洁与护理，避免接触致敏物质，以及改善不良生活方式：日常经常更换衣物、床单被罩，注意皮肤和头皮的清洁，尤其是油性皮肤者需要每天洗两次脸，每周至少洗两次头发，选择清洁力度较好的洗面奶和洗发水。避免接触致敏物质，如鱼虾、花粉、有毒的化学物质等，外出要注意防晒。

值得注意的是，患者及家属切不可自行用药，尤其是含有激素的产品，更不要相信民间的偏方和“神医”，不规范使用药物反而容易产生耐药性。治疗皮肤病要到正规皮肤病医院科学的治疗，这才是更快治好疾病的关键！

高血压患者的用药指导

▲河南省滑县人民医院 刘艳鹤

对于高血压患者而言，通过控制病情的发展能有效降低其患心脑血管疾病的概率。现阶段，临床对高血压主要采用降压药进行治疗，以患者日常膳食和适当运动为辅进行病情控制。近年，随着广大群众保健意识的不断加强，以及各类保健品、药品广告泛滥的条件下，越来越多的人重视合理、准确、安全地用药。

但部分患者由于对高血压疾病、相关药物知识了解不充分，导致其服药依从性较低。有研究表明有20%~50%的高血压患者在出院后会因为各种原因擅自停药，不仅增加了患者并发症风险也对患者生命安全造成极大威胁。还有10%~20%的患者不遵医嘱擅自增添药物用量或服用其他药物，严重扰乱自身药物需求，甚至药效过高加重病情。因此，给予高血压患者用药指导尤为重要。

降压药物选择 目前，高血压的临床用药琳琅满目，在患者个人选择药物或家属帮助选择药物时，一定要充分结合患者个人的生理特点，如有的患者年龄较大，其肝脏功能衰退导致机体难以快速代谢药物成分；还有的患者有并发症以及部分女性患者正处于妊娠期等。因此在选择用药时，应尽量选择一些作用长久和应用长效的缓释制剂类药物，以起到有效、能稳定降压的效果，避免服用短效降压药引发血压水平波动大等问题。因为长效药每天服用一次就可平稳降压，所以可以提升患者的治疗依从性。

药物剂量指导 患者要对药物的剂量进行确认，对于部分年龄较大的患者，家属以及相关的护理人员要做好药物剂量的确认工作。患者以及家属要对需服用的降压药具体用法及原则有全面了解，对降压药物的初始剂量应先从小开始，以确保药物的安全性。同时患者以及家属要将患者使用期间的情况，比如，患者是否在用药期间出现一些不良反应，患者经药物治疗是否有效等，将上述这些情况告知医疗人员，以便医疗人员

可以适当调节药物的剂量。此外，患者不可私自增减药量、减少服药次数或者停药，以免因不合理用药而损害身体。

药物使用方法指导 患者应根据医嘱正确服用相关药物，并且家属应根据医嘱正确指导患者的用药方法。比如，对于肠衣片、缓释片、胶囊制剂等药物，家属要叮嘱患者不可掰开服，若掰开了极易使药物的释放特性发生变化。此外，对于老年人，由于其记忆力逐渐减退，故家属以及护理人员应在指导用药过程中尽量减少使用医学术语，并用图标、图案等表示用药时间、用药频率。

药物使用时间指导 一般高血压患者在早上6:00~8:00，下午3:00~4:00，其体内的血压发生波动的幅度比较大，因此，建议患者在此时间段内按时用药。

大家应该根据用药种类的不同而针对性用药。如利尿降压类药物可导致患者排尿量增加，建议患者于早晨或上午口服；长效拮抗类药物会引起窦性心动过缓症状，用药过程中家属应加强监督，建议患者早间服用，充分发挥药物疗效。

此外，患者对自己的服药信息应进行详细记录，并在再次治疗时，将自己在用药期间出现的一些症状及情况向医生诉说，并由医生提出解决方案。

用药方案指导 由于一部分患者病情比较严重，采用单一的降压药物治疗，可能治疗效果并不会十分明显，大多数患者需要采用多种药物配合使用，但是这种情况下患者出现不良反应的概率相对较大，部分患者难免担心。

针对此种情况，家属以及患者都切勿随意搭配药物，要由专业的医疗人员根据患者的个人情况和病例资料等因素，为其制定合理的用药方案以及选择更加合理的降压药。

以上便是高血压患者用药相关的知识，希望大家牢记于心，正确用药，方能最大程度控制住血压。

麻醉要注意的事，你知道吗？

▲河南省商丘市中医院麻醉科 刘素梅

说起麻醉，可能许多人都是这么认为：麻醉就是医生给你打一针，然后就会无知无觉地睡过去，什么痛苦也没有，一觉醒来，手术就已经完成了。

其实麻醉并不仅仅是一般人所认为的那个样子，要进行手术，手术麻醉你要注意些什么？这也许是很多患者纠结的地方，今天我们就带大家了解一下关于麻醉要注意的一些事项。

麻醉方式有哪些？

局部麻醉 狭义地讲是将麻醉药直接注射到手术部位，麻醉的范围只局限于手术部位很小的范围内。广义上包括各种神经阻滞，将局部麻醉药注入支配手术部位的神经丛，通过暂时阻断脊髓神经元或神经干的信号传导使疼痛信号不能传递到大脑，术中患者保持清醒状态。最常用的是椎管内麻醉，包含蛛网膜下腔麻醉（又名腰麻）、硬膜外麻醉、骶管麻醉和各种神经阻滞等。

全身麻醉 通过呼吸面罩或者气管导管让病人吸入氧气和全麻药物，也可以通过静脉途径给药，目的是使病人在手术期间没有意识，没有知觉和其他任何感觉，同时通过各种设备来严密监测生命体征和重要器官的功能，对麻醉进行细致的调控与管理，适合几乎所有手术的一种全能的麻醉方式。

人们常说的半麻实际上指低位椎管内麻醉，麻醉平面不高于脐水平，主要适于下腹部、盆腔、会阴部和下肢手术。

全麻对大脑有影响吗？ 全身麻醉对大脑是没有影响，麻醉药物进入体内对大脑有抑制作用，但这种抑制作用是可逆的，对脑细胞以及大脑功能没有损害；大量的临床试验也表明，全身麻醉不会损害大脑。

麻醉注意事项

需要禁食水 手术麻醉前需要禁食水，主要是为了让胃内的食物被消化掉，以避

免在手术期间发生胃内容物的返流而导致窒息及吸入性肺炎，一般正常胃对易消化的固体食物排空时间约为6小时，对水及清饮料（如清茶、苏打水等）的排空时间至少是2个小时，所以要在手术前保证胃的排空，也就是说医生对患者没有特殊要求的话一定在手术前至少6个小时不能再吃东西、2个小时不能再喝水。

对于消化道手术或其他对术前禁食有特殊或更高要求的择期手术患者，应按专科医生要求来禁食。

手术麻醉前保持良好精神状态 无论何种麻醉方式，都需要患者在手术麻醉前保持一个良好的精神状态，如果是择期手术，在术前头天晚上一定要好好休息，尽量放松心情，如果实在睡不着，和管床医生进行沟通，可选择合适的镇静药物，让患者睡个好觉，保持良好的精神状态和一定的体力以更好地去耐受来日的手术应激；如果是急诊手术，也要尽量放松心情，好好配合医生。

麻醉药物的注意事项 麻醉药物在使用过程中也需要注意，若使用剂量、浓度、注药速度不当，包括药液误注入血管，甚至是患者自身体质问题，都有可能使患者出现许多严重的不良反应，例如毒性反应、高敏反应、变态反应。因此，医生在对患者制定麻醉方案和选择麻醉药物、方式时，要切实了解患者病情和以往病史，使用合适的麻醉方式和麻醉药物，并对患者血压、心电图做好实时监测，做好意外情况的防治措施，患者也要如实回答麻醉师询问的问题。只有这样，医生才能更好地做好每一台手术，为患者身体健康保驾护航。

综上所述，可以看出患者采用什么麻醉方式，需要综合考虑，比如穿刺点是否适合局部麻醉操作，是否存在困难气道，近期是否服用抗凝剂等，不能一概而论。关于麻醉的事，你了解了吗？