健康科普：不小心烫伤，如何做好居家应急处理？

▲ 四川省什邡市蓥华中心卫生院 罗桃

在生活中，总有一些猝不及防的意外，如果不小心被烫伤了，伤口又不深，如何自行在家进行科学合理的处理呢？

烫伤后即刻进行正确冲洗，是可以减轻受伤程度的实用方法。水泡形成之前的急救处理，要比水泡形成以后的处理要重要很多。如果烫伤的部位有衣服覆盖，先不着急把衣服脱下来，而是要先用凉水对烫伤的部位进行降温，再慢慢脱掉衣服。在受伤后，饰品必须脱去，如：戒指、手镯、手表、皮带等，以免受伤后肿胀，导致肢端血运不良而坏死。

1. 伤后的首选操作是即刻进行冲洗，不要把水直接对准烫伤部位，最好冲在伤口一侧，尽可能的让水流到烫伤部位。

来源 / 千库网

2. 如果无法冲洗，才考虑浸泡；如果无法浸泡，则考虑冷敷；尽量不要使用冰敷。

3. 使用常温自来水进行冲洗，最好冲洗 30 分钟以上，至少冲洗到痛觉消失。

4. 受伤以后的 6 小时内，冲洗都会有很好的效果。足够的冲洗时间不仅可以降低深部组织的温度，而且可以减少后期的渗出，从而减轻水泡的程度。

水泡大小跟受伤面积及深浅有关，大部分水泡伤后数分钟就形成，有时候不会马上形成，有的会在烫伤数小时后慢慢形成，越深的伤口起水泡越迟。如果伤口没有起水泡，就不用进一步处理，一度烫伤的皮肤红斑及刺痛会很快好转，一般不必担心，大部分情况也不需要用药。

水泡形成以后，要不要弄破？

1. 如果水泡较小，如黄豆、绿豆大小，只是平平的一点，可以保留水泡皮，不做特殊处理，保持局部干燥，等待自愈。

2. 如果大于一个拇指指甲盖，或者水泡起得很快，6 小时内明显高出正常皮肤，建议先用碘伏消毒一下水泡及周围部位（注意不能用酒精），将水泡低位引流，在水泡的低端或表面剪数个小口，或用注射器抽吸，将水泡液大部分挤出，泡皮暂时保留，将泡皮贴于创面的表面，起到暂时覆盖的作用，水泡皮自身具有抗感染性，这样既可以减少疼痛，也可以缓解感染的发生。

处理完水泡，上完药，应该要覆盖敷料。小的水泡使用创可贴，稍大的使用纱布，也可以使用专业的泡沫敷料，可根据渗出液量调整更换频次，创可贴和纱布等外敷料的作用并不仅是保护创面，更重要的是吸收水泡里的渗液，所以敷料必须紧贴水泡，才能压出水泡里的液体。

烫伤护理注意要点有哪些？

烫伤处应避免在阳光下直射，包扎后的伤口不要触水，伤肢避免过多活动，以免伤口与纱布摩擦，增加伤口的愈合时间。

烫伤严重，应该怎么办？

一般的烫伤两周内即可愈合，但如果发现伤口处感染，或者烫伤过于严重时，应先用干净纱布覆盖或暴露，然后迅速送往医院就医，不可在创面上涂抹任何药物或（偏方）。

来源 / 千库网

孕妇血清 PAPP-A、β-HCG 与新生儿健康的秘密

▲ 暨南大学附属第六医院（东莞市东部中心医院） 刘卉芳

在孕期，孕妇会经历一系列的产前检查，其中血清学指标的检测具有重要意义。孕妇血清中的妊娠相关血浆蛋白 A（PAPP-A）和人绒毛膜促性腺激素 β 亚单位（β-HCG）就是两个备受关注的指标，它们与新生儿的健康状况之间存在着神秘而紧密的联系。

PAPP-A 与妊娠的关系

PAPP-A 是一种由胎盘合体滋养层细胞和蜕膜细胞分泌的大分子糖蛋白。在正常妊娠过程中，PAPP-A 的浓度会随着孕周的增加而逐渐上升。

在孕早期，PAPP-A 水平的检测对于评估胎儿的染色体异常风险具有重要价值。例如，当孕妇血清中的 PAPP-A 浓度明显低于正常范围时，可能提示胎儿存在唐氏综合征等染色体疾病的风险增加。这是因为染色体异常会影响胎盘的发育和功能，进而导致 PAPP-A 的分泌异常。此外，PAPP-A 还与胎儿的生长发育密切相关。较低的 PAPP-A 水平可能与胎儿生长受限、早产等不良妊娠结局有关。这可能是由于胎盘功能不足，无法为胎儿提供足够的营养和氧气，从而影响胎儿的正常生长。

β-HCG 在孕期的作用

β-HCG 是由胎盘的滋养层细胞分泌的一种糖蛋白激素。在怀孕后，β-HCG 的水平会迅速升高，并在一定孕周达到峰值，然后逐渐下降。β-HCG 对于早期妊娠的诊断具有重要意义。通过检测血清中的 β-HCG 水平，可以确定是否怀孕以及怀孕的大致孕周。同时，β-HCG 的动态变化也可以反映胚胎的发育情况。如果 β-HCG 水平增长缓慢或不升反降，可能提示胚胎发育不良、宫外孕等异常情况。在唐氏综合征的筛查中，β-HCG 也是一个重要的指标。当 β-HCG 水平过高时，胎儿患唐氏综合征的风险也会相应增加。

PAPP-A 和 β-HCG 联合检测的意义

将 PAPP-A 和 β-HCG 联合检测，可以提高对胎儿染色体异常和不良妊娠结局的预测准确性。通过综合分析这两个指标的水平以及孕妇的年龄、孕周等因素，可以计算出胎儿患染色体疾病的风险概率。这种联合筛查方法不仅简单、方便，而且能够在孕早期就为孕妇提供重要的参考信息，有助于及时采取进一步的诊断措施，如羊水穿刺、无创 DNA 检测等，以明确胎儿的健康状况。

对新生儿健康的影响

孕妇血清中 PAPP-A 和 β-HCG 水平的异常，不仅可能预示着胎儿在子宫内的发育问题，还可能对新生儿出生后的健康产生长远影响。如果在孕期存在 PAPP-A 或 β-HCG 水平异常，新生儿出生后可能更容易出现低体重、低血糖、呼吸系统疾病等问题。这是因为孕期的胎盘功能障碍或胎儿生长受限等情况，可能导致新生儿在出生时身体各器官的发育不成熟，从而增加了患病的风险。

检测的时机和注意事项

PAPP-A 和 β-HCG 的检测通常在孕早期进行，一般在孕 10~13 周 +6 天之间。孕妇在进行检测前不需要空腹，但需要准确告知医生末次月经的时间以及其他相关的妊娠信息，以确保检测结果的准确性。需要注意的是，PAPP-A 和 β-HCG 的检测结果只是一种筛查手段，并非确诊依据。如果检测结果异常，孕妇不必过度惊慌，医生会根据具体情况建议进一步的检查和评估。

科学应对与保障新生儿健康

当孕妇得知血清学指标异常时，应保持冷静，积极与医生沟通，遵循医生的建议进行后续的检查和治疗。对于存在高危因素的孕妇，孕期的密切监测和规范的产前检查至关重要。医生可能会增加超声检查的频率，以观察胎儿的生长发育情况。在必要时，提前采取干预措施，如补充营养、治疗孕期并发症等，以最大程度地保障新生儿的健康。

总之，孕妇血清中的 PAPP-A 和 β-HCG 就像是胎儿健康的“信号灯”，它们的变化为我们揭示了胎儿在子宫内的发育情况和潜在的风险。通过科学的检测和合理的应对，我们能够更好地守护每一个新生命的诞生，为新生儿的健康未来奠定坚实的基础。

来源 / 千库网