

科学看待有“痣”之士

▲ 九〇三医院 赖春桃

每个人身上都或多或少的会出现黑色素细胞质，即人们在生活中俗称的痣。很多爱美的女性都会去医疗机构点痣，但是很多人都并不是特别了解自己身上的痣。痣是皮肤上的一种局限性皮损，有隆起性和非隆起性两种，隆起性的一般跟组织的异常增生有关，非隆起性一般跟色素的异常相关。一般无需特殊治疗，但部分类型的痣存在恶变倾向，可危及生命。

痣的常见种类

痣的种类主要分为皮内痣、交界痣以及复合痣三种类型。

皮内痣 皮肤中凸起的痣就是皮内痣，这种痣较为常见。从表面上看，其为半球性并且会从皮肤表面突出来，颜色相对较浅。

交界痣 交界痣主要是长在表皮及真皮交界处的痣。与皮内痣相比，其在皮肤内较平，颜色通常呈现为黑色或棕色。

复合痣 这主要是指痣的细胞一部分存在于真皮交界处，剩下一部分存在于真皮内部。

虽然从外观上看其会从皮肤表面凸出来，但没有皮内痣突出的明显，也没有交界痣平坦。

痣产生的原因

遗传 大多数痣多的人群都有家族化倾向，黑色素沉积在他们身上更为明显。

日晒程度 人们在日光中暴露的时间及强度也会影响到痣的生成。

肤色差异 浅肤色人群比深肤色人群更容易长痣，相对来说痣的数量也更多。

祛痣的常见方法

激光法 激光法的操作便携度较高，但是有效性会比较低。比较适用于位置较浅并且面积比较小的色素痣，采用激光法祛痣的患者需要是非瘢痕体质者。激光法祛痣的主要原理在于利用选择性光热作用或能量高温汽化将皮肤内的色素颗粒去除。虽然说激光祛痣操作较为便携，但是其还是有留疤的可能，很多人在祛疤后都会留下凹陷性疤痕，但是其会随着时

间的推移而逐渐平整。此外，激光点痣有复发的可能，面临着重复治疗。

手术祛痣 手术祛痣的安全性及有效性都比较高，但是其操作便携度较低，适用于非瘢痕体质的人群，所有类型的色素痣都可以采用这种祛痣方法。手术祛痣的治疗效果较为明显彻底，而且留疤痕迹较少，会逐渐恢复平整。但相对来说比激光祛痣创口要大。

以下几类痣需要引起注意

正常人身上都或多或少的会有痣，基本上大部分的痣都不需要进行治疗，只有较为特殊的痣才需要进行特殊处理。当身上出现以下几种类型的痣时就需要特别注意：

第一，痣从表面上看像是正常黑色或棕色的痣，但是其有些特征与正常类型的痣与胎记还是有一定的差距。

第二，痣具有非对称性，即痣的形态并不对称，部分痣会突然从表面光滑转变为毛糙。

第三，边缘不清的痣。这类痣的边缘通常

狼疮性肾炎的治疗方法

▲ 自贡市第一人民医院 钟卿

狼疮性肾炎属于常见的继发性肾小球肾炎之一,但是很多人并不是特别了解这种疾病。狼疮性肾炎又可以称为系统性红斑狼疮性肾炎,是指系统性红斑狼疮合并双肾不同病理类型的免疫性损害,同时伴有明显肾脏损害的一种疾病,属于常见的继发性肾小球肾炎。

狼疮性肾炎的常见临床症状

狼疮性肾炎的症状比较典型，只要患者细心观察就能及时发现并进行确诊，该病主要有以下几种症状：

发热 很多患者在病情初期都有发热、体重下降等症状。部分患者会出现反复发热，服用各种退烧药及抗生素都良好效果的情况。

皮肤粘膜病变 大部分狼疮性肾炎患者都会有各种类型的皮肤病，蝶形红斑是比较典型的皮肤症状，少数患者还会出现红斑、紫癜等皮肤病。除此之外，部分患者可能还会出现日光过敏、口腔溃疡以及脱发的现象。

血液系统异常 大部分患者在确诊红斑狼疮前血液系统就已经出现了异常。血小板减少是比较常见的血液临床症状。患者在化验时还会发现贫血、血白细胞减少等症状。

心血管症状 少数患者会感觉左侧前胸部位具有疼痛感，同时还会伴有心律失常、气短等症状。

关节痛 很多狼疮性肾炎患者都会感到关节疼痛，并且疼痛感是双侧对称的，但是关节处不会出现红肿。

消化道症状 狼疮性肾炎可能还会对患者的消化道产生影响，少数患者可能会出现没有食欲、呕吐以及腹痛等症状。

狼疮性肾炎的发病原因

既然狼疮性肾炎会引起这么多临床症状，那么狼疮性肾炎的发病原因有哪些呢？狼疮性肾炎又为什么会反复发作呢？

心理因素 当患者处于应激状态时，会

对病情产生刺激从而使狼疮性肾炎发作。这主要和人的情绪状态和心理压力相关。

性激素 在临床治疗时可以发现，女性患有狼疮性肾炎要比男性多，而且常常会在生育期发作。很多女性患者都会在妊娠内发作该疾病或加重病情，因此狼疮性肾炎发作原因和性激素也有较大关系。

狼疮性肾炎的治疗原则

注意观察病情 狼疮性肾炎会有发热、口腔粘膜糜烂、溃疡等症状，因此在治疗的过程中要定时为患者测量血压和体温，及时观察患者的用药反应和意识变化。

预防感染 在治疗肾病的过程中，会大量使用免疫抑制剂及糖皮质激素，大量使用这些药物很容易引起患者感染。因此要尽量为狼疮性肾炎患者提供专门的病房，注意通风和消毒。患者在外出时需要做好保暖，减少去往公众场所的次数。除此之外，患者还需要做好清洁卫生工作。

注意休息 当患者发作高血压或有严重的水肿时，患者就必须卧床休息，降低新陈代谢，从而减少对肾脏的损害。

做好心理防护 虽然患者对该疾病都有所了解,但是在漫长的治疗以及疼痛的影响下,患者会出现焦躁不安、丧失治疗信心等情绪。因此，医护人员应当和患者进行及时沟通，告知患者自己的病情进展以及接下来的治疗进程，帮助患者稳定情绪积极接受治疗。

合理饮食 患者需要根据病情的变化调整饮食,尽量选择富含维生素和蛋白质的食物,这将有利于患者病情的恢复。肾功能不全的患者应当选择低盐优质蛋白的食物。高血压和心功能不全的患者应当减少摄入钠盐、少喝水。在治疗的过程中，患者可能会出现骨质疏松的情况，因此患者应当多食用富含钙、维生素D的食物，多喝牛奶，虾、蟹等发物需要少吃。

糖尿病肾病的治疗方法

▲ 南部县人民医院 敬华春

糖尿病肾病属于糖尿病当中极为常见的合并症，近年来糖尿病肾病发病率明显上升，并且逐渐成为终末期肾脏病的第二诱因。糖尿病肾病会导致患者出现代谢紊乱的症状，并且这种代谢紊乱较为复杂。糖尿病肾病一旦进入终末期肾脏病，在治疗方面会更加困难，因此必须对糖尿病肾病进行科学治疗，避免其发展为终末期肾脏病。

糖尿病肾病的发病原因

糖尿病肾病的发生通常是在多种致病因素的共同作用下逐渐发展而来的，其发生与遗传因素具有较大的关联性，男性患糖尿病肾病的概率要明显高于女性，并且还具有一定的家族遗传性。糖尿病患者长期处于高血糖状态，会引起身体肾组织出现局部组织糖代谢紊乱、多元醇通路激活以及已糖胺通路代谢异常的情况，都会给糖尿病患者的肾脏造成损害，进而引起糖尿病肾病。除了上述所说的因素外，糖尿病患者的血压如果一直处于过高的情况，也极易导致糖尿病肾病的发生。如果糖尿病患者存在血管活性物质代谢异常的情况，也会对糖尿病肾病的发生产生一定的促进作用。

糖尿病肾病的常见症状

患糖尿病肾病之后，患者在日常生活中首先会感觉特别容易疲劳和乏力，这是典型的肾病早期特征。除了明显的困倦感之外，糖尿病肾病患者的脸色也会极易发白。一部分糖尿病肾病患者除了会出现上述症状外，还会出现泡沫尿的情况，这主要与患者尿液中尿蛋白的变化有关，并且随病情进展，糖尿病肾病患者的尿液中的尿蛋白含量会逐渐增加。一旦出现肾病，尿液的尿量也会发生明显变化，糖尿病肾病患者的尿液量会明显减少。

患糖尿病肾病的患者会出现明显的身体浮肿情况，在肾病初期患者的眼睑以及足踝部会出现明显的浮肿情况，在肾病后期则一般进

都较为模糊而且不整齐，外观主要呈现为锯齿状，往往还会伴有毛刺的现象。

第四，颜色发生改变。这部分痣的颜色不均匀，通常呈现为花斑样。

第五种，直径过大，超过6mm。此外，当痣突然发生变化时也需要格外关注。

祛痣后需要注意的问题

当人们完成祛痣后需要注意以下几方面内容：首先，不管人们选择了哪种祛痣方法，在完成祛痣后一定要遵医嘱，什么时候能用水洗祛痣的部位，否则会导致伤口感染。

其次，如果人们祛的痣比较多，那么就需要按照医嘱打消炎针及服用消炎药，否则很有可能会出现发炎的症状。

第三，可以遵医嘱在伤口部位喷涂修复液或涂抹修复软膏，以便伤口可以更好地恢复。

第四，祛痣后为了皮肤的美观，请关注自己的创口部位，如果有突出的部分，及时到医院复诊处理。

糖尿病肾病的治疗方法

糖尿病肾病患者要及时控制血糖和血压 在对糖尿病肾病患者进行治疗时，首先要对患者的血糖和血压进行控制。如果糖尿病肾病患者的血糖维持在正常范围，可有效减少和改善患者出现肾血流异常动力的情况。

高血压不仅作为糖尿病肾病患者的典型症状，还会影响到肾病的进一步恶化，因此可以对糖尿病肾病患者进行血压控制治疗。糖尿病肾病患者可以在医生指导下服用血管紧张素转化酶抑制剂（ACEI）等降压药物，可以有效改善患者血压过高的症状。

糖尿病肾病患者饮食疗法 糖尿病肾病患者在日常饮食中一定要注意控制合理饮食，不要食用高蛋白的食物，优先选择优质蛋白。对于处于糖尿病肾病初期的患者，每天蛋白质摄入量应控制在0.8g/（kg·d）左右，中晚期患者应减少至0.6g/（kg·d）。应合理搭配动物蛋白和植物蛋白的摄入量，在食用适量鱼肉和鸡肉的基础上，在饮食中注意摄入部分大豆蛋白。

糖尿病肾病患者终末期肾脏替代治疗以及器官移植 当糖尿病肾病患者发展为终末期肾病时，可以选择肾脏替代治疗，当无法有效控制患者的血压以及出现心力衰竭时，建议糖尿病肾病患者选择维持性透析的治疗方法：血液透析或者腹膜透析。

在对终末期糖尿病肾病患者进行治疗时，最有效的治疗方法便是进行肾脏移植，接受肾脏移植的终末期糖尿病肾病患者的生存率明显高于接受透析的患者，并且选择亲缘关系较近的患者家属的肾脏进行移植，可以明显提高患者的生存率。