

新生儿脸部湿疹护理要点

□ 韦春宇

新生儿湿疹对于大部分父母来说都不陌生,这一症状会导致新生儿出现强烈的瘙痒,并且疾病反复,一旦发生之后会使其寝食难安,而脸上所长出的点点红斑也会影响面部的美观,湿疹是新生儿时期比较常见的皮肤病,临床认为其发病一般与神经功能、遗传素质以及变态反应息息相关,但是很多家长对于新生儿面部所出现湿疹,如何进行护理并不十分了解,接下来本文就针对这一内容为大家进行说明。

1.什么是新生儿湿疹

新生儿湿疹主要指的是是一种变态反应性的皮肤疾病,也就是人们常说的过敏性皮肤病,主要是由于吸入物、食入物、过敏或者接触物不耐受原因引起,当疾病发生之后,新生儿的皮肤起初会发红并出现皮疹,随之会产生皮肤脱屑、发糙的现象,家长在抚摸新生儿皮肤时,如同在抚摸砂纸一样,在遇湿或者遇热之后,湿疹会变得更加严重,一般在出生后的1-3个月发病率相对较高,6个月之后会逐渐减轻。

2.湿疹的类型有哪些

第一,干燥型。主要表现为新生儿出现红色的丘疹,并且伴有皮肤红肿的现象,丘

疹上还会存在糠皮样的脱屑或者干性结痂,患儿会具有强烈的瘙痒感。

第二,脂溢型。发病之后新生儿的皮肤会出现潮红,并且产生小斑丘疹,溢出淡黄色的脂性液体,时间一久便会结成相对较厚的黄色痂皮,并不容易除去,一般多见于鼻旁、眉心、头顶、耳后等,但是瘙痒的感觉并不十分显著。

第三,溢出型。发生之后,新生儿会出现红斑或者水疱并且出现皮肤组织过于肿胀的现象,瘙痒难耐,在抓痒之后会出现黄色浆液的渗出或者出血。

3.新生儿湿疹的护理措施

3.1 远离病因

在生活当中尽量远离尘螨、花粉、动物的毛屑等能够诱发新生儿出现湿疹的高危因素。建议家长能够带领新生儿做过敏原的测试,这样能够有效地了解新生儿的过敏原,在家中要尽量地将这些过敏原排除,定期打扫房间并使用空气过滤器。

3.2 选好衣服

对于新生儿的衣物来说,需要选择天然纤维的材料,例如棉质衣物,让新生儿的皮肤能够得到充分的呼吸,另外需要避免为新生儿穿能够发痒的布料。对于擦脸的

毛巾也要选择质地相对柔软,并且不会刺激新生儿皮肤的布料,避免加重湿疹的现象,对于新生儿所使用的枕巾、床上用品等要保证不使用带有刺激性气味的洗涤用品,并且洗完之后要保证漂洗干净。

3.3 注意饮食

若是采取母乳喂养,需要母亲在饮食上能够避免吃一些辛辣刺激性的食物,例如辣椒、烧烤、油炸、深海鱼、海鲜等。

3.4 温湿度适中

若新生儿出现湿疹之后,要保证室内的温度不能过高,若是过热的情况下,会导致湿疹的症状加重,此外也要保证室内拥有适宜的湿度,在夏季温度较高,天气炎热时,要尽量避免新生儿出现忽冷忽热的现象,室内湿度控制在40%-60%之间。

3.5 洗浴注意

日常生活当中要保证新生儿皮肤的湿润和清洁,定期的洗澡能够有效地缓解湿疹的症状,夏天时可以一天洗1~2次,冬天可以隔日清洗一次,而洗澡的水温需要保证在36℃到38℃之间,不能温度太高,避免使皮肤更加干燥,同时要选择更加适合新生儿的弱酸性溶液。每周使用1~2次即可,洗澡的时间尽量控制在5~10min左右,

并且使用没有任何刺激性气味,以及温和的沐浴液和洗发液。

3.6 避免抓搔

由于在发生了湿疹之后会出现强烈的瘙痒感,因此需要家长能够将新生儿的手进行包裹,避免对脸进行抓挠而增加感染和过敏的机会。

3.7 皮损处护理

若是已经出现湿疹之后,避免用水进行清洗皮损部位,同时也要避免刺激性的物质接触到新生儿的皮肤,洗脸时不能使用碱性的肥皂水,也不要温度过高的水清洁面部。

3.8 谨慎用药

新生儿的皮肤是最为娇嫩的,因此针对湿疹的用药,应该在医生建议下选择外用药,如炉甘石洗剂、莫匹罗星软膏、地奈德乳膏等等,来缓解宝宝的不适感。

总而言之,湿疹是新生儿比较常见的皮肤疾病,在发生之后需要家长能够拥有正确的认识,做到有效的处理以及预防。对于宝宝湿疹的预防 and 护理,家长需要耐心、细心地照顾宝宝,注意保持生活环境的卫生和适宜的温湿度。

(作者单位:广西崇左市人民医院新生儿科)

探讨骨关节炎的症状以及如何缓解关节疼痛

□ 王永胜

骨关节炎是一种常见的关节疾病,通常会导致关节疼痛、肿胀和运动障碍。虽然它通常与老年人相关联,但也可能影响年轻人。本文将探讨骨关节炎的定义、症状以及如何缓解关节疼痛,帮助骨关节炎患者更好地管理他们的健康。

一、什么是骨关节炎

骨关节炎,也被称为退化性关节病变,是一种广泛存在的慢性疾病,严重影响着数百万人的生活。它是一个复杂的关节疾病,主要集中在关节的疼痛和功能受损上。让我们深入了解骨关节炎的各个方面,从其定义、影响的关节到可能导致它的原因。骨关节炎是一种慢性疾病,通常表现为关节软骨的逐渐退化和损伤。这种退化可能会导致关节的不适、疼痛、肿胀和炎症。关节软骨的主要作用是提供平滑的表面,以减少骨头之间的摩擦,当它受损时,关节运动将变得困难和痛苦。骨关节炎可以影响任何关节,但最常见的受影响部位包括膝盖、髋关节、手指、手腕和脊椎,这种疾病通常不仅限于一个关节,而是可以在多个关节中同时出现,这称为多发性关节炎,骨关节炎是一个全球性问题,尤其在老年

人中更加普遍。骨关节炎的确切原因仍然不清楚,但有许多因素可能增加患病风险。其中之一是年龄,随着年龄的增长,关节软骨的质量和弹性逐渐减小,从而增加了患骨关节炎的可能性。另一个常见的风险因素是关节受伤。运动损伤、骨折或其他关节损伤可能会导致关节不正常的运动或对关节结构的损害,这在长期内可能导致骨关节炎的发展。遗传因素也可能在骨关节炎的发病中起到一定作用。如果你的家庭有骨关节炎的病史,那么你可能会更容易患上这种疾病。肥胖是另一个重要的风险因素。过重的体重会增加关节的负担,尤其是在承受重压的膝盖和髋关节。这会导致关节软骨更快地受到损伤。

二、骨关节炎患者有什么症状

关节疼痛和不适:最常见的症状是关节疼痛,通常在运动或负重时加重。这种疼痛可能会逐渐加重,严重影响生活质量。

关节肿胀:受影响的关节可能会出现肿胀,因为炎症和积液在关节内积聚。

关节僵硬:骨关节炎患者通常在早晨或长时间静止后感到关节僵硬。这会限制

关节的运动范围。

关节变形:长期未经治疗的骨关节炎可能导致关节变形,例如骨刺的形成。

关节炎:受影响的关节周围可能出现红肿,伴有温度升高,这是由于炎症反应引起的。

骨关节炎的症状严重程度因个体而异,有些人可能只有轻微的不适,而其他一些人可能会感到极度疼痛和运动受限。及早诊断和治疗可以帮助减轻症状并防止疾病的进一步恶化。

三、骨关节炎患者怎么改善自身疼痛

药物治疗:医生可以开处方药物,如非甾体抗炎药(NSAIDs)、抗风湿药和疼痛缓解药,以减轻关节疼痛和炎症。此外,适量的骨密度药物也可以帮助防止骨质疏松和骨折。

体重管理:对于肥胖患者,减轻体重可以显著减轻关节负担,减少疼痛。合理的饮食和锻炼计划是达到健康体重的关键。

物理治疗:物理治疗师可以制定个性化的康复计划,包括关节伸展、强化练习和疼痛管理技巧,以帮助改善关节的稳定性

和减轻疼痛。

热敷和冷敷:在关节疼痛发作时,可以使用热敷或冷敷来减轻疼痛和肿胀。热敷有助于松弛肌肉,而冷敷可以减轻炎症。

辅助器具和矫形器:使用拐杖、助行器、关节支撑器等辅助器具可以减轻关节负担,提供额外的稳定性。

活动管理:避免长时间保持相同的姿势或重复性冲击关节的活动,以减轻关节的压力。

手术干预:在一些情况下,如关节破坏严重或无法通过非手术方法管理的情况下,医生可能会建议手术修复或替换受影响的关节。

总结起来,骨关节炎是一种常见的慢性关节疾病,通常导致疼痛、肿胀和运动障碍。尽管骨关节炎无法治愈,但通过药物治疗、体重管理、物理治疗和其他方法,患者可以有效地减轻疼痛和改善生活质量。及早的诊断和治疗对于管理骨关节炎非常关键,因此任何怀疑自己患有此疾病的人都应尽早咨询医生,以制定最合适的治疗计划。

(作者单位:山西省古交市医疗集团中心医院)

浅析冠脉 CTA 与冠脉造影的区别

□ 王欣

冠脉 CTA 与冠脉造影都是观察冠脉解剖的重要手段,冠心病目前发病率和死亡率均很高,且在趋于年轻化。当出现胸闷、胸痛等可疑冠心病的症状时,人们通常会下意识地去医院做个冠状动脉 CTA,看看心脏血管的情况。但也有的人提出不如一步到位,直接做个冠状动脉造影。以上两种方法均可用来诊断冠心病。

一、两者实际有什么区别?患者又该如何选择?

CTA 是 CT 血管造影的英文缩写,冠状动脉 CTA 是通过静脉注射造影剂,利用多层螺旋 CT,通过快速多层扫描和图象重建技术生成冠状动脉的图象,对冠脉病变部位及狭窄程度进行初步了解。

优点:费用较低,无创,操作简单,门诊就可完成检查;同时它对钙化病变敏感,对冠脉开口异常、心肌桥的识别更加高效。

缺点:①易受心率、呼吸频率的影响,产生伪像的概率增加;②血管钙化明显处可能影响对血管腔实际狭窄程度的判断;③无法对冠脉血流进行动态观察;④造影剂用量高于冠脉造影,不适用于肾功能严重损害的患者;⑤如果 CTA 发现严重狭窄,仍需要进一步行冠脉造影明确及决定治

疗策略。

冠脉造影就是用一根很细的导管沿着桡动脉(手腕处)或股动脉(大腿处)的穿刺入口延伸到心脏的冠状动脉开口处,然后把造影剂注入冠状动脉,这样冠状动脉内部的形态就可以显示出来,看冠脉有没有堵塞、狭窄、斑块、夹层、瘤样扩张等,并可以进行量化,是一种微创检查,可看做是一个小手术。

优点:冠脉造影是目前诊断冠心病的金标准,可以相对全方位地观察心脏血管的情况,对血管狭窄的部位、范围、程度做出准确诊断,还可以明确有无血管畸形、痉挛等。同时,冠脉造影完成当场就可以决定下一步的治疗方案,对于适合进一步介入治疗的患者,不用开手术台,当场就能进行支架植入或药物球囊扩张术等手术,十分高效。

缺点:其属于有创操作,尽管目前技术已相当成熟,但仍存在一定风险,需要住院才能完成,另外冠脉造影也有相关禁忌,不适合对造影剂过敏以及无法配合手术的患者。

冠脉造影:价值在于“确诊”,明确病变情况,判断是否需要安装支架。

冠脉 CTA:主要价值近似于“体检、筛查”,排查冠心病。

二、什么样的人需要做冠脉 CTA 检查

检查适应症:

1、冠脉 CTA 能清晰显示冠状动脉有无先天畸形、变异(包括走行、起源、结构异常等),有无钙化或软斑块,有无狭窄及狭窄程度,可作为可疑人群动脉粥样硬化的常规检查项目。

2、易患冠心病的高危人群:如高血压、高血脂、糖尿病、有冠状动脉疾病家族史及吸烟等危险因素者。

3、运动心电图检查异常者,出现不明原因胸闷、胸痛、心前区不适者。

4、冠心病患者不愿意或不适宜做 DSA 检查者。

5、冠状动脉支架置入术后及搭桥术后的定期复查。

三、什么情况不能做冠脉 CTA 检查

检查禁忌症:

1、碘制剂过敏。

2、甲亢。

3、代偿性心力不全、心源性休克、严重肝肾功不全。

4、严重的心律失常,例如心率低于 50

次/分的心动过缓,二、三度的房室传导阻滞、房颤等。

5、不能配合指令憋气 15 秒者,例如年老体弱及心肺功能不全无法耐受屏气者,有听力问题、神经或精神类疾病不能配合指令者。因为呼吸运动伪影是导致冠脉 CTA 检查失败的常见原因。

如果患者存在明显的心动过速、严重的心律不齐、检查过程中不能配合或曾经植入冠脉支架等影响冠脉 CT 检查结果的情况时,一般来说不适合行冠脉 CT,应该选择冠脉造影。

对于心绞痛已经发展到了比较严重的程度,甚至可能已经发生了心肌梗死,那应该尽快行冠脉造影,不要犹豫不决而延误了最佳诊治时机。

对于少数特殊或复杂的病例(如冠脉起源/走行异常、冠脉搭桥术后、慢性闭塞病变等),就不是简单的二选一了,可能会需要两种检查都要做,结合两种检查的优势,全面地了解病变情况,才能更好地制定进一步的治疗方案。

(作者单位:河北省唐山市曹妃甸区医院放射科)