



广博慈爱 追求卓越

第 575 期

2018 年 8 月 30 日

瑞金醫院報

上海交通大学医学院附属瑞金医院主办

RUIJIN HOSPITAL NEWS

http://www.rjh.com.cn

我院成功实施全国首例移植器官直升机跨省转运



□记者 唐文佳 摄影 周邦彦

本报讯 8月24日下午3点28分,一架直升机带着器官捐赠者的器官从我院停机坪起飞,2小时后抵达安徽合肥,这是全国首例直升机跨省转运捐献器官。

器官捐献者为一名49岁的中年男子,因高血压突发脑干出血被判定为脑死亡,家属提出捐赠部分器官的意愿。按照国家卫健委器官分配条例随机分配机制,考虑到器官缺血时间对移植有效性的影响,医院决定利用直升机的快速转运优势来缩短器官运送的宝贵时间。

我院医务一处处长陆勇表示,公民一旦发生用当今医学手段救治仍不可逆转的严重疾病时,经相关医学专家判断为脑死亡后做出捐赠器官的决定,这是一种生命在延续的举措,是值得弘扬的人道主义精神,所以我们特地为捐赠器官者举办默哀和告别仪式,对他的义举表示深深的敬意。如今,我国已经建立非常规范的器官捐献体制和机制。瑞金医院严格按照国家相关规定规范执行,确保供体和受体的权益不受损害,由于接收分配的受体单位距离较远,考虑到器官移植时间的紧迫性和重要性,经申请获批,我院启动航空医疗应急救援流程,将捐献的器官通过直升机快速运送至受体医院。

段救治仍不可逆转的严重疾病时,经相关医学专家判断为脑死亡后做出捐赠器官的决定,这是一种生命在延续的举措,是值得弘扬的人道主义精神,所以我们特地为捐赠器官者举办默哀和告别仪式,对他的义举表示深深的敬意。如今,我国已经建立非常规范的器官捐献体制和机制。瑞金医院严格按照国家相关规定规范执行,确保供体和受体的权益不受损害,由于接收分配的受体单位距离较远,考虑到器官移植时间的紧迫性和重要性,经申请获批,我院启动航空医疗应急救援流程,将捐献的器官通过直升机快速运送至受体医院。

我院副院长陈尔真表示,我们对器官捐赠者充满敬意,也希望通过他的器官捐赠让他和受体的生命能得到更好地延续,而航空医疗具有快速高效的转运优势,通过航空运输可以确保供体器官及时送到受体医院完成移植手术,减少供体器官缺血再灌注的损伤时间,提高器官移植成功率和受体的生活质量。

作为上海首家也是目前唯一一家航空医疗救援中心基地医院,我院已成功开展10例直升机运送危重病员的救治,是上海完成航空医疗救援任务最多的医疗机构。此次从提出申请到成功起飞只有短短5个小时,可见我们整个航空医疗的流程是经得起考验的。

我院地处上海市中心核心区,常规情况下通航公司较难直接降落,需从龙华机场进行救护车二次接驳转运,而此次以最短时间完成本市首例捐赠器官直接直升机跨省转运是上海航空医疗救援体系建设过程中的重大突破,是军方和民航对航空医学救援以及人民生命财产放在第一位的重大支持。未来,将进一步助力长三角一体化医疗服务的良好发展。

本版责任编辑 李晨

□记者 唐文佳

本报讯 8月16日上午,瑞金医院2018年跨行业党组织结对共建座谈会暨签约仪式在院科教楼举行。我院分别与中共一大会议纪念馆、上海交响乐团、浦发银行上海分行、上海文化广场、上海新世界股份有限公司及上海戏剧学院等6家单位签订了党建共建协议。

多年来,瑞金医院党委利用自身特点和优势,先后与嘉定区城乡党组织、对口援助医院等进行党建共建,并积极融入黄浦区、瑞金二路街道社区、“文化思南”等区域化党建工作,丰富了党建共建阵地和品牌特色。2016年以来,医院党委创新尝试与上海新闻出版局、上海博物馆、上海市消防总队黄浦支队、上海话剧艺术中心等18家不同行业领域的单位开展跨行业党建共建,通过“强化互联互通、双向服务需求认领、项目化运作”的工作机制,形成一种跨单位、跨行业、跨区域的,更具开放性与合作性的行业党建新局面。

会上,中共一大会议纪念馆党总支书记、副馆长宋依璇,上海交响乐团党总支书记王万春,浦发银行上海分行党委书记、行长汪素南,上海文化广场副总经理杨家露、上海新世界股份有限公司党委书记、总经理徐家平及上海戏剧学院党委书记楼巍先后就各自单位的党建情况做了分享与交流。各单位纷纷表示将进一步挖掘专业领域资源和发挥行业自身优势,将“单位制的小党建”与“跨行业的大党建”统筹起来,以党建助力推动共建单位的发展。我院党委书记杨伟国在讲话中表示,希望通过党建共建平台的搭建,进一步加强资源的互补与成果的共享,更好的发挥党组织的政治功能、服务功能和发展功能。未来,医院党委将进一步创新党建共建工作模式,打造多维联盟模式的党建平台,促进公立医院党建工作向纵深发展,从而进一步提升服务社会、服务群众的能力,为健康上海、健康中国,为满足人民对美好生活的向往做出积极的贡献。

我院党委副书记、纪委书记俞立巍,党委副书记、工会主席俞郁萍以及相关职能部门负责人参加了座谈,党办主任吴蓓雯主持签约仪式。

以党建为引领 以联建为纽带 共促发展

——我院举行跨行业党组织结对共建座谈会暨签约仪式

航空医疗救援 挑战与责任

□陈尔真

近日,我院完成一例器官捐献跨省航空转运。三个半小时后,捐献器官就已经在受体病人体内正常工作了。这既是我院航空医疗救援体系建设的惊鸿一瞥,也是通用航空、政府部门与基地医院成功合作的经典范例。一周之内,我们又成功救治了2例直升机转运危重病例,其中1例已经顺利出院。航空医疗救援在瑞金的蓬勃发展乃至成为常态,依靠的是多方力量的创新实践,还有医院高瞻远瞩的设计规划。

三年前,当承建上海市第四轮加强公共卫生体系建设三年行动计划项目的时候,航空医疗对于我们来说还是新鲜事物。在全院的共同努力和支持下,我们组建了第一支航空救援医疗队,开辟了第一条救援航路,组织了第一次的航空救援应急演练,成为上海首个航空救援基地医院。

直升机的降落,只是整个救治工作的第一步。每次成功挽救危重患者的生命,都离不开整个团队的共同努力和坚持不懈。今年以来,急诊分流效果初现,专科收治危重症病人数量明显增加,以往拥挤的急诊室终于有了腾挪的空间。公共学科连轴运转,患者焦急等待的情况有所改善。手术和麻醉部门通过快速康复外科和精益管理,在保证安全的前提下提升手术时长效率。在有限的时间与空间里,为危重症患者留出一条挽救生命的绿色通道,是每位工作在瑞金的同道共同的使命。

天将降大任也,必先苦其心志,劳其筋骨。航空医疗救援离不开瑞金人的大爱之心,也给我们提出了更高的要求。每次救援,都是一次挑战,都是一次对心志和筋骨的挑战。但我们有勇气接受挑战,因为瑞金有悬壶济世之心。

瑞金论坛

向医生致敬 我院喜迎首个中国医师节

□记者 李晨

本报讯 8月19日是首个“中国医师节”,当天上午,由院领导带队行政职能部门负责人组成的7个慰问组,为坚守在岗位上的同事们送上代表着节日祝福的鲜花和甜点。在此之前,为了迎接第一个中国医师节,我院精心策划组织了医师节系列活动,以表达对

医生的关爱,向广大医者致敬。

医院主干道两旁的节日旗帜、优秀医师代表事迹展板、电脑开机画面的节日问候,还有让大众了解医者的医学体验营活动等,处处体现着对医者的敬意与关爱。医院党政领导,在医师节前夕走访慰问了援藏、援疆、援滇等援外医疗队员家属,向家属表示感谢。与此同时,也向院士、终身教授代表、劳模医

生等献上了诚挚的节日祝福。

此外,由市委宣传部、市文明办、市卫生计生委共同举办的“我心中的白衣天使——市民为五‘十佳’颁奖”活动暨上海首个“中国医师节”庆祝大会召开。100名五“十佳”候选人中,我院感染科谢青主任医师、生殖医学中心张爱军主任技师榜上有名。同时,我院被授予优秀组织奖。

我院打造国内首款 AI 糖尿病及并发症管理产品

□记者 李东

本报讯 8月30日,在国家标准化代谢性疾病管理中心内举办的“AI+医疗”战略合作发布会上,“瑞宁知糖”人工智能(AI)医生引发关注。这是国内首款基于人工智能实现的糖尿病及并发症管理产品,它囊括了12万人的随访病例,旨在提升以糖尿病为代表的慢性病管理水平,造福更多患者。“瑞宁知糖”由中国工程院院

士、我院副院长宁光院士团队与人工智能独角兽企业第四范式共同研发。未来,这款人工智能软件将在社区医院、体检中心实现落地,老百姓在家门口就能完成患病风险测试和专业评估报告。

目前,“瑞宁知糖”的预测准确率比临床金标准高出近3倍。双方团队通过全球领先的算法应用,吸收了12万人随访3.8年的数据,用深度学习的方法总结出50万条预测新规则,并提出创新

性的个性化干预方法。

宁光院士表示,糖尿病其实是生活方式病,是可以预防的。但由于慢性病筛查准确度低、针对性干预难度大、健康管理工具缺失等医疗难题,成人对糖尿病的知晓率仅有30.1%。这款人工智能医生的价值在于“治未病”,提高公众自我预防及疾病重视的意识,从而帮助患者更早发现、更早干预、更早预防,从源头上降低糖尿病的发病率。

探寻足迹 铭记精神



医院中层干部“革命传统教育”培训活动回顾

为深入学习贯彻党的十九大精神和习近平新时代中国特色社会主义思想，提升干部管理队伍的凝聚力和战斗力，进一步继承和弘扬党的优良传统和老区革命精神，医院党委精心策划，于今年6-8月期间，组织中层干部开展了以“探寻足迹、铭记精神”为主题的革命传统教育培训活动。培训共分3期，包括老山培训1期、井冈山培训2期，分别由院党委书记杨伟国、党委副书记俞立巍及俞郁萍带队。



带着一颗虔诚而敬畏的心，学员们来到革命圣地，通过一场场生动的现场教学、访谈教学以及体验式教学，回顾革命峥嵘岁月，缅怀革命先烈，重温入党誓词，真切感受到革命先辈们在艰苦环境中，英勇顽强、不屈不挠的优秀品格和坚强意志，加深了对红色革命精神内涵的理解，进一步坚定了理想信念。

培训过程中，有人受伤、有人生病，但每一个人都积极参与、努力尝试、团结协作，克服了困难与伤痛，发扬了集体主义精神。相信在大家会铭记此次培训经历，在实际工作中进一步形成合力、擦出火花，积极发挥中层管理力量，合力提升医院整体管理能力。

井冈山的山水，孕育了中国革命的星星之火，为1927年时转入低潮的中国革命照亮了前程。先辈们在这里重新聚集革命力量，开辟了属于中国革命的新路，让“坚定信念、艰苦奋斗、实事求是、敢闯新路、依靠群众、勇于胜利”的井冈山精神跨越时空，永放光芒。

30多年前，数万名战士血染老山，为维护我国西南边陲的领土完整而勇敢担当，不惧牺牲。当地人民也自发支援前线，用生命捍卫了国家和民族的尊严。“不怕死、不怕苦、不怕亏”的老山精神所蕴含的理想信念精髓，正是当今开展干部党性教育的生动教材。



革命传统教育活动感言

8月29日，中层干部革命传统教育主题活动总结交流会在医院报告厅举行。交流会在视频短片《红色足迹》中拉开了帷幕，与会干部通过短片回顾了大家在革命老区的学习点滴。座谈会中，激情昂扬的诗朗诵《共产党员》让现场人员革命热血再次沸腾。座谈会后，意气风发、豪情满怀的歌声将会场气氛推向高潮。大家在回顾中，探讨此次革命传统教育在当下的意义，积极思考如何更好地将革命精神融入自身、带入工作。

重温历史
不忘初心

牢记使命
坚定信念

临床医学院 邵洁

老山精神是崇高的爱国主义精神，是一往无前的革命主义精神，是无所畏惧的艰苦奋斗精神，是团结协作的集体主义精神，是无私的自我奉献精神——我们要将民族的宝贵精神财富继续发扬光大！

医务一处 陆勇

徜徉麻栗坡烈士陵园，满眼就是两个字：“忠诚。”这是军人的天性，也是超越生命的行为准则。今天，虽没有枪林弹雨，但党员干部同样面临诱惑与困扰，同样需要忠诚、勇气与博大的胸怀。

后勤保障处 金炎

井冈山培训让我更加理解何为担当精神。在今后工作中，我会发扬钉子精神，把后勤安全生产工作放在首位，多做打基础、利长远的事，把解决实际问题作为开展工作的出发点和落脚点。

团委 朱思吉

八十多年前，“星星之火、可以燎原”的梦想激励一代青年人奋勇前进。如今，我们要把井冈山艰苦奋斗、实事求是、敢闯新路的精神融入青年人的中国梦里，为医院和健康事业的发展奋斗不息。

国际交流部 林婧

井冈山之行让我度过了人生中最难忘的“七·一”，我在回来后第一时间递交了入党申请书。希望以我的实际行动履行对党的承诺，践行一个共产党人的光荣与梦想。

北院党务工作部 郭慧

八角楼的灯光，映照着共产党人的奋斗征程。这次的井冈山之行的所思所感，必将指引我不断前进，知行合一，做井冈山精神的践行者，在实际工作中密切联系群众，努力真抓实干。



今年，医院首次大规模组织干部走出上海，来到红色革命圣地，体验革命之路的荣耀和艰辛。井冈山精神和老山精神都是永不过时的革命精神，对我们当下的工作与生活意义深远。

今天，我们不必做生死抉择，但是还是需要做苦与乐、得与失的选择，希望所有的中层管理干部都能坚定理想信念，牢记使命，恪守职责，勇挑重担，为我国医疗卫生事业的进步不懈奋斗。

在此，医院对中层干部们提出三点具体要求：一是要有珍惜意识，珍惜美好的生活、来之不易的工作岗位以及医院的发展成果，全身心地投入到医学事业当中去；二是要有担当精神，每位干部都应正视挑战，努力为医院建设国家医学中心，为实现“健康中国2030”的目标而勇敢担当；三是要有奉献精神，希望大家将革命精神融入日常工作，让革命精神和“广博慈爱，追求卓越”的瑞金精神发扬传承下去。

党委书记 杨伟国



责任感

使命感

一个晚上没摘掉隐形眼镜,危害就这么大?

□ 眼科 孙悦 吴彦霖

小张戴了十几年的隐形眼镜,一直没什么异样。可是,自从有一次晚上睡觉时未摘下隐形眼镜,之后的几天眼睛就很怕光,电脑屏幕的光线会让她瞬间“热泪盈眶”。再过了两天,一戴隐形眼镜就觉得刺痛、流泪。

于是她来到眼科门诊寻求帮助。医生检查后表示,小张得了严重的角膜溃疡,角膜上皮有广泛的点状脱落,才导致了上述症状。

虽然经过几个星期的治疗后角膜溃疡和炎症痊愈,也未留下后遗症。但她使用隐形眼镜不规范,且在眼睛不适后没有及时就医,受罪的同时也耽误了不少工作。

一个晚上没摘掉隐形眼镜,危害就这么大?其实不用过度担心哦,隐形眼镜只要正确使用,还是非常安全的。

今天,眼科医生告诉您,选择、使用隐形眼镜的正确姿势。

如何确认自己能戴隐形眼镜?

在验配隐形眼镜之前,先到门诊找专业的眼科医师检查,确认眼睛表面没有明显的感染性疾病,或者重度的干眼症,再去正

规的眼镜店进行验配,这样比较安全。

隐形眼镜那么多,怎么选?

要从材质、基弧、度数等方面考虑。

①材质:

隐形眼镜分两种:硬性的、软性的,后者比较普遍。软性隐形眼镜分水凝胶和硅水凝胶。

水凝胶:镜片柔软水润,佩戴舒适,但是透氧率较硅水凝胶偏低;硅水凝胶:添加了硅的成分,镜片透氧性提高,但比水凝胶稍硬。蛋白质沉积少,镜片不易缺水,健康舒适。

②基弧:

到医院或专业的眼镜店,准确测量角膜前表面的弯曲程度,确定配戴者适合的镜片参数。

简单来说,如果镜面基弧大于眼球的基弧,则镜片贴不住眼球,容易移位;反之,则会产生佩戴过紧、泪液分泌不畅的感觉。

一般情况下,镜片的基弧和眼球的基弧差值应控制在0.2mm以内。

③度数:

验光所得的框架镜度数与隐

形眼镜度数不一样,专业验光后,根据框架镜的验光度数,根据此度数用专门的转换公式选择适应的隐形眼镜度数。

④佩戴的周期:

隐形眼镜按照使用周期可分为:日抛、月抛、季抛、半年抛、年抛等。隐形眼镜直接与眼睛接触,会因泪液中的蛋白质沉着而渐渐不适宜继续佩戴,所以应当定期更换,切忌延期使用。

隐形眼镜每天可以戴多长时间?

一般建议初戴者可以按照4小时、6小时、8小时时间递增,慢慢适应后可延长佩戴时间。但是连续佩戴时间最多不应该超过12小时。不然角膜组织缺氧,感染的风险就会大大增加。

何种情况下停止佩戴?

如果在佩戴过程中或者摘镜后,眼睛感到红、肿、痛、痒、视物模糊,或有异物感、甚至畏光流泪就应尽快就医,以免延误加重了病情。

隐形眼镜护理小贴士

①清洁时:

剪短指甲、洗净双手;

镜片正反面各揉搓10秒,正反面各冲洗5秒,消毒浸泡至少4小时;

镜盒需每天冲洗,每星期则要消毒镜盒一次,最长不可以超过3个月更换新的镜盒;

护理液在开瓶使用后,应及时将盖子盖紧,不要用手指触摸瓶口,若没有在规定时间内及时用完,也不可再用,应更换新的护理液。

②佩戴时:

仔细检查镜片有无破损、污

物及沉淀物,如有破损则不能佩戴,如有污迹和沉淀物则应清洁后再戴;

分辨镜片的正反面,使正面向上佩戴,切勿随意延长更换镜片时间;

应在化妆前佩戴隐形眼镜,卸妆前取下隐形眼镜,不要使化妆品粘附到镜片表面。

③注意:

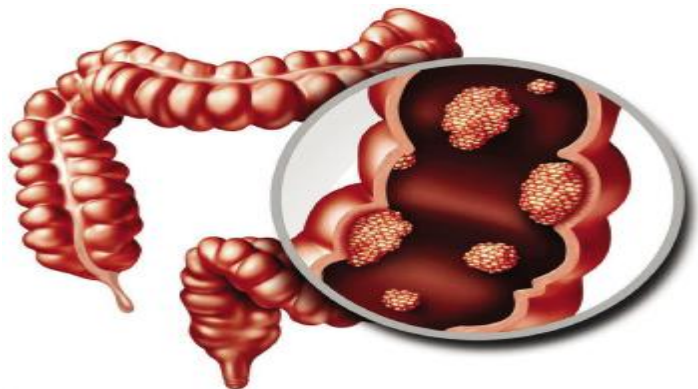
不要戴隐形眼镜睡觉、过夜,也别在游泳、泡温泉时戴隐形眼镜;

戴隐形眼镜不得滴任何眼药水(除非是隐形眼镜专用的眼药水),否则药水的成分吸附在镜片上,不仅使镜片浑浊变硬,而且滞留在镜片的高浓度药液成分会损伤眼部组织。



没有一点点防备,说好的结肠息肉就癌变了

□ 特需医疗保健中心 张吉



3年前,官先生曾在当地医院行肠镜检查,提示结肠多发息肉(直径约0.4~0.6cm),但因个人原因,未遵医嘱行内镜下治疗。3年后,至我院复查肠镜,发现结肠息肉较3年前明显增多增大,其中3枚亚蒂息肉已达1.5*1.0cm左右。经评估后行内镜下黏膜切除术,并予金属夹钳夹止血处理。术后病理提示:管状腺瘤伴低级别上皮内瘤变,基底切缘未见肿瘤累及。官先生松了一口气的同时也有些后怕,医生说,他的息肉属于肿瘤性息肉,而且明显变大,不仅让内镜操作变得困难,而且再拖下去很有可能癌变。

结肠息肉,是肠道黏膜突向肠腔内的一种局限性隆起的赘生物。可以单个发生,也可以是数个、数十个或更多发生,其发生率随年龄增加而上升。通常无特殊不适症状,在体检行肠镜筛查时被发现。

发现结肠息肉怎么办?

首先,一定要引起重视。医生根据组织学将结肠息肉分为两大类:肿瘤性、非肿瘤性。

肿瘤性(管状腺瘤、绒毛状腺

瘤、管状绒毛状腺瘤),非肿瘤性(错构瘤性、炎症性和增生性)。

其中肿瘤性息肉最为常见,是癌前病变的一种,与大肠癌的发生密切相关。

如病理类型出现绒毛状腺瘤、高级别上皮内瘤变、锯齿状腺瘤,则归于高危人群,需积极干预、密切随访。

一旦发现息肉,必须尽早治疗。内镜医师会根据镜下表现及前期可能的结肠息肉活检报告,依据其所在部位、有无蒂、大小及恶性潜在性选择合适的术式,完成内镜下息肉治疗术。

常用的术式有:(热)活钳钳直接咬除、圈套器高频电切除、氩离子凝固术灼除、尼龙绳套扎、EMR(内镜下黏膜切除术)、ESD(内镜下黏膜剥离术)等。

某些范围广、体积大,在内镜下切除有困难的,仍需外科手术或腹腔镜治疗。对于一些特殊病例,如家族性结肠息肉病等,需根据息肉的大小、数量、形态、病理采取分次内镜下切除。

切除息肉之后,也要定期复

查。临床上通常根据病理结果、切除完整性、肠道准备、息肉家族史、健康状况及既往病史来决定复查时间。

哪类人群更易被结肠息肉“盯上”?

息肉的发生与低纤维饮食、长期吸烟、感染、年龄、遗传等相关。

结肠息肉的发病率随年龄的增大而增高。中国早期结肠直肠癌筛查及内镜诊治指南建议以50岁作为结肠直肠癌筛查的起始年龄。

某些多发息肉如家族性结肠息肉病(FPC)发生与遗传有关。另外,多数结肠息肉患者没有临床症状,40%~50%的结肠直肠癌患者也是没有报警症状的。只有很少一部分会出现便血、黏液便、腹痛、大便次数增多、便秘、肠套叠甚至肠梗阻等异常。

因此,年龄超过50岁且有上述危险因素的患者无论有无不适,都应定期体检筛查,早发现早诊治。另外,结肠息肉容易复发,一定要遵医嘱定期复查。

研究已经证明,西化的生活方式可能是引起大肠癌发病率升高的重要原因。总之,大家应对照以上高危因素,体检时进行筛查,以便对结肠息肉做到“早发现、早治疗、定期复查”。

另外,保持饮食清淡,多吃些富含膳食纤维的粗粮、新鲜蔬菜和水果,少吃肉类海鲜、煎炸熏烤以及过于辛辣的刺激性食物,保持良好的排便习惯,还要戒烟限酒等,有助于预防大肠息肉的产生。

每年夏季,王阿姨一家都喜欢睡凉席。今年入夏睡凉席以来,王阿姨的腿上、胳膊上、背部发出了很多红肿的疙瘩,瘙痒难忍,有些疙瘩上甚至还出现了水泡。医生表示,这是虫咬皮炎的症状。

“我们家都装了纱窗,我还每天擦席子、拖地板、勤洗被套床单,打扫得一尘不染,哪来的虫子?”

虫咬皮炎是什么?

虫咬皮炎是指昆虫叮咬人类皮肤而引起的炎症性皮肤病,也称为“丘疹性荨麻疹”。引起虫咬皮炎的昆虫有很多,比较常见的有螨虫、蚊虫、跳蚤、臭虫、飞蛾、隐翅虫、蜂等。

王阿姨的虫咬皮炎很可能就是凉席中寄生的螨虫引起的。螨虫喜欢生活在居室的阴暗角落,如地毯、沙发、枕头、床垫、凉席的缝隙等处。夏天闷热潮湿,非常有利于螨虫的繁殖。

昆虫叮咬皮肤时,口器刺入皮肤,分泌的毒汁会刺激皮肤产生过敏反应或毒性反应,从而导致皮肤红肿、水泡等炎症反应。由于昆虫种类的不同和个体差异,可引起叮咬处不同程度的皮肤反应。

虫咬皮炎有哪些特点呢?

好发于暴露部位和腰周。皮疹一般为红色水肿性丘疹,黄豆大小,边界清楚,有的可以相互融合成片,丘疹上可出现水泡或大疱,可破溃结痂。损害中央可找到虫的刺吮点,像针头大小暗红色的瘀点。皮疹散发分布或数个成群,会使人有奇痒、烧灼或痛感,有的可因为搔抓引起局部红肿渗出,继发急性淋巴管炎。严重的话者可能出现发热、头痛、乏力、恶心等全身症状。

一旦发生虫咬皮炎,千万不要用热水烫、用手搔抓或用各种偏方药外涂,以避免刺激皮肤、加重过敏反应或引起感染。

可根据病情轻重外用炉甘石洗剂或糖皮质激素霜剂,还可口服抗组胺药,如病情严重或出现发热,需到医院就诊。

该如何来预防虫咬性皮肤炎呢?

首先要注意个人防护,勤换衣物、被褥。夏季尽量减少去昆虫多的地方活动,户外活动尽量穿长袖外套和长裤,可随身携带防蚊液等驱蚊用品涂在暴露部位皮肤。尽量避免接触宠物,如果家中养宠物需做好宠物的清洁工作和定期消毒。做好环境卫生,房间要保持通风、干燥,采用蚊帐、纱窗等物理方法防蚊;

使用凉席的话,用前要彻底清洗,可以将凉席用开水洗烫后,在日光下暴晒,也可以用电熨斗烫来杀螨虫;使用凉席期间,需要每天用热水擦洗并晾干,再反复抖动、拍打。

另外,要提醒大家注意的是,一旦发现小虫落在裸露的皮肤上,应将其掸落,而不要用手拍打,以免虫体被拍打或压碎后,其毒液引起急性的炎症反应。

当心家里隐藏的「小怪兽」——皮炎皮疹可能是因为它

□ 皮肤科 袁卫如