

保健> 12  
孩子戒除网瘾，  
离不开家长的参与

康复> 13  
镇江市第一人民医院  
捷报频传

养生> 14  
一觉醒来嘴巴歪了！  
爱吹空调的人要当心

健康> 15  
体检查出颈动脉斑块，  
一定会诱发脑卒中吗？

慢周刊

# 气温居高不下， 各类夏季皮肤病仍未“退场”

## 江大附院皮肤科门诊“热度”持续，虫咬病例最为多见

467  
期

杨冷 钱小蕾 孙卉

虫虫藏身衣物中，市民整理时不慎被咬；暑期去海边旅行，结果被晒成“关公脸”；持续“桑拿天”，汗水“腌制”下的皮肤，动辄丘疹遍布，瘙痒难忍……七八月份紫外线强，气温高、湿度大，加之“虫虫军团”频繁出没，导致各类皮肤病多发。夏季至今，江大附院皮肤科接诊患者人数居高不下，其中以虫咬最为常见。

### “虫虫军团”威力不小

“医生，我母亲腿上实在痒得厉害，皮肤科的号已经挂完了，能麻烦你帮忙加个号吗？”8月19日11:35，已过中午下班时间，两名中年男子搀扶着一名头发花白的老人，匆匆赶到江大附院皮肤科门诊，焦急地询问。听到患者家属的诉求，忙碌了一个上午的副主任医师许辉一边起身走向老人，一边点头示意家属：“去吧，我给你看。”

这样的拖班情况，近两个月来在江大附院皮肤科门诊几乎成为常态。许辉表示，往年5—7月是虫咬高发季，但今年由于高温原因，时至此时，皮肤科接诊热度依然未见降势，几乎每天都有虫咬病例。

近日，许辉就收治了一名50多岁的女性患者，她在白天

整理衣物时，被藏身衣物中的蜈蚣咬了手，不多久，伤口附近就红肿一片，红斑、脓疱接踵而来，皮肤火辣辣的。“患者晚上来就诊时，患处反应还是比较重的，医生根据她的情况，针对性地采用了抗毒素药物来治疗。”许辉说，皮肤科接诊的虫咬患者五花八门，常见的“凶手”除了蜈蚣，还有螨虫、隐翅虫、蜂虫等。

野外露营、林间散步、山中避暑……当人们衣着单薄、四肢皮肤裸露在外时，就容易被各类虫虫盯上，一旦被咬，轻则瘙痒灼痛、红斑肿胀，重则恶心头闷，严重的甚至还会发生过敏性休克。医生提醒，对于不同类型的虫咬，处理方式也不一样。患者要避免抓挠和热水烫洗患处，要保持患处干燥并及时就医。此外，少去阴暗潮湿或者树木较多的地方活动。

### 高温、烈日 易诱发皮肤病

今年夏季的日头过分“毒辣”，近段时间，因炎炎烈日、灼灼高温导致的疾病也不少，日光性皮炎就是其中比较典型的皮肤病之一。

今年18岁的小张放暑假后，隔三差五就与小伙伴相约外出旅行、游泳。近日，她和朋友下水玩耍了一个下午，回



江大附院皮肤科副主任医师许辉 杨光曦 摄

家后，才发现背后被晒得通红，感觉火辣辣的疼。

与小张一样，市民孙先生也因忽视烈日威力导致晒

伤。几天前，孙先生带女儿去水上乐园玩。当时，他上身赤裸，没做任何防晒，下身只穿了一条泳裤，就这样晒了大半天。当天晚上，因为双臂、后背晒伤，他疼得一夜没睡好。

日晒伤又称日光性皮炎，是由于突然过度日晒造成，日晒部位出现红斑，严重时可形成水泡，有明显灼痛，还会引起全身不适。

预防日光性皮炎，还需从防晒入手。坐诊时，许辉发现部分日光性皮炎患者对防晒存在一些认识误区。以防晒霜为例，很多人只注重它的防晒指数，而忽视涂膜厚度。“通常来说，在纬度不高的地区，SPF50的防晒霜就足够，但需要注意的是，只有涂抹足够厚度才能充分发挥防晒作用。”许辉说，防晒霜的涂膜厚度因人而异，一般来讲，半边脸需

要至少一个手指节的量。此外，由于高温季节人体出汗多，还需根据实际情况适时进行补涂。

许辉提醒，除了做好化学防晒和物理防晒，在10:00—14:00日光照射最强时，市民最好避免户外活动或减少活动时间。如果日晒伤病情比较严重，一定要去医院皮肤科就诊，以免延误治疗。

除了虫咬、日晒伤，由于外界高温引起的夏季皮炎患者也不少。该病主要特征是患者皮肤会有较大红色斑点、丘疹，并且常感瘙痒。对于夏季皮炎，许辉给出的防范建议是：除了避免暴晒，平日还需保持心情舒畅。穿着方面，衣物以宽松、棉质为宜。洗澡水水温不宜过高，每日洗澡次数不宜频繁，洗完澡后涂抹润肤乳以保持皮肤滋润。



杨冷 摄