



本期 | 海南省农垦三亚医院  
坐诊 | 公共卫生科医生杨进军

## 接种卡介苗后， 化脓严重怎么办？

脓包破溃时，千万不要挤，不要用热水或热毛巾擦洗

**读者咨询：**小孩接种卡介苗已1个多月，但接种的地方化脓严重脓包，已经肿了10多天。需要把脓包挑破吗？会不会引发感染？

**医师答复：**家长们都知道，宝宝一出生，就要接种卡介苗。卡介苗接种被称为宝宝“出生第一针”。

“接种卡介苗可以预防结核病，而且很安全，但其局部反应过程比较特殊，很多妈妈不甚了解，容易造成不必要的困扰。”针对上述新生儿家长的疑问，医生表示。

“新生儿注射卡介苗后出现红肿化脓属于正常反应，家长不必担心。”医生表示，孩子刚刚接种卡介苗后很少有症状，一般2周后接种部位会逐渐出现红肿，随后化脓、破溃，8~12周后会逐渐结痂，最后留下永久的疤痕。若局部脓肿和溃疡直径超过1厘米并长期不愈(大于12周)，或接种侧腋下淋巴结形成脓疱，应及时到接种单位咨询并到医院诊治。

医生解释说，轻度化脓的情况，一般不需要处理，可以等一段时间后自愈，但要注意

保持局部皮肤清洁。脓包破溃时，千万不要挤压，不要用热水或热毛巾擦洗，也不必用消毒液擦洗或包扎。家长应该给新生儿穿宽松衣服，可用无菌纱布或棉球将脓液拭净。接种部位结痂后，要让痂皮自然脱落。

如果接种3个月，孩子还没有出现任何反应，很可能是接种失败，需要到接种点进行结核菌素试验，考虑是否要补种。

有免疫缺陷的人和结核病的患儿，不能接种卡介苗。医生提醒，暂缓接种卡介苗的情况包括：患有各种急慢性疾病；腹泻、呕吐和消化不良，体温超过37.5℃；早产儿、难产儿、出生体重在2500克以下的新生儿；新生儿有病理性的黄疸、湿疹或其他全身性疾病的。

此外，有各种传染病病愈后未满1个月；各种器质性疾病，如心脏病、肾炎；全身性疾病；过敏性疾病如哮喘、荨麻疹；癫痫、癔病及中枢疾患也要暂缓接种。

(本报记者 侯赛 通讯员 陈洁)

## 私人订制美丽蜕变之旅

海口市人民医院皮肤科为寻美之路保驾护航



叶莉华与患者沟通，制定美丽蜕变方案。

老年斑、皱纹、皮肤松弛、痤疮……爱美的你，是不是还在被这些皮肤问题所困扰？海口市人民医院皮肤科多年来致力于医学美容研究，已成熟开展激光美容(嫩肤、美白、祛皱、祛斑、祛痣、祛疤)，果酸焕肤以及微整形注射疗法，为广大爱美人士带来福音。

近日，家住海口的冯女士经好友介绍找到海口市人民医院皮肤科叶莉华医生，私人定制了一套完美蜕变方案。

**冯女士咨询：**我今年50多岁了，年轻时大家都夸我漂亮，20多岁结婚生子，把孩子从小学、中学拉扯到大学，孩子拿到了大学文凭，而我却拿到了满脸的色斑和皱纹。现在连自己都看不下去了。怎样可以让重新获得年轻时的美丽自信呢？

**叶莉华回复：**老年斑、皮肤松弛，还有明显的抬头纹和鱼尾纹，都是困扰您的老化问题。根据这些问题，可以为您私人定制一套年轻美肤方案，一步步来解决。

**第一步：**针对老年斑，采用国际先进、国内领先的调

Q-开关翠绿宝石激光，针对性击碎皮肤里的黑色素团块，使之变成细小的色素颗粒，再由自身细胞吞噬、排出。这类激光性能温和，不但不会损伤正常皮肤细胞，也不会使皮肤变薄，不会留下疤痕。

**第二步：**针对皮肤松弛，采用二氧化碳超脉冲点阵激光做全脸的焕肤，收缩毛孔，紧致肌肤。该疗法对细小皱纹也有改善。

**第三步：**A型肉毒素注射可以帮您改善表情运动纹。比如：笑起来鱼尾纹，皱眉时的“川”字纹等假性皱纹。肉毒素注射可以预防假性皱纹变成真性皱纹，因此建议爱美人士除了平时做好保湿防晒，肉毒素的注射应该尽早，把抗衰老工作尽早做到位。值得注意的是，对于已形成的真性皱纹就不是注射肉毒素可以轻易解决的了，这时候还要填充玻尿酸。

**冯女士咨询：**我脸上有很多青春痘，还有痘消后留下的小凹坑，几乎布满整个面颊，毛孔也很粗大，有什么解决办法吗？

**叶莉华回复：**痤疮，俗称青春痘，其治疗上需要一个过程，可以口服及外用药物或者果酸治疗，再配合红蓝光或艾拉光动力照射。

针对青春痘痘消后留下的疤痕，建议采用二氧化碳超脉冲点阵激光来解决。点阵激光发射出无数细如发丝，排列成矩阵的激光，可以直接穿透至皮肤真皮层，瞬间气化掉皱纹或疤痕处的组织，并发出合成胶原的强效信号，进而启动组织修复，胶原重排，解决疤痕。

不同程度患者可能需要多次治疗，因人而异。

(小赛)

### 链接

调Q-开关翠绿宝石激光：可以治疗老年斑、雀斑、颧部褐青色痣(获得性太田痣)、先天性太田痣、清洗各种文刺、咖啡斑、雀斑样痣、痘印、嫩肤等各种皮肤色素问题。

科医人二氧化碳点阵激

光：可以治疗痤疮瘢痕、皮肤老化松弛、粗糙、毛孔粗大、肤色暗沉、细小皱纹、改善色斑、疤痕、妊娠纹、汗管瘤、腋臭等多种皮肤问题。

A型肉毒素注射：除皱、瘦脸、瘦小腿，治疗手足多汗症、腋臭、疤痕疙瘩等。



目前，我国女性乳腺癌、宫颈癌的发病率每年都在递增，如果早检查、早发现、早治疗，治愈率达90%以上

# 女性预防“两癌” 日常筛查很重要

■ 本报记者 马珂

2月4日为世界癌症日。作为女性高发癌症，乳腺癌和宫颈癌正成为女性健康的两大杀手。在日前召开的2015年全省卫生计生工作会议上，记者获悉，今年，海南将继续加强孕产妇、儿童健康管理，建立妇女常见病定期筛查制度。

## 单身、晚育、未哺乳女性 易患乳腺癌

海南现代妇婴医院院长叶琳介绍，乳腺癌的发生是多种因素综合作用的结果，具有以下乳腺癌高危因素的女性患病风险更高。有乳腺癌家族史。流行病学调查发现，有5%—10%的乳腺癌是家族性的。特别是在母亲或姐妹中，如有患乳腺癌的，那么这个家族就属于高危人群，患病风险比普通人群增加2—3倍。

初潮早，停经晚。初次月经在12岁以前，停经在55岁以后的人群属于高危人群。

单身、晚育、未哺乳。未生育或35岁以后才生育的女性，乳腺癌的发病率比30岁前生育的女性要高。目前，医学界确定



■ 本报记者 侯赛

时下，越来越多的中青年患上溃疡性结肠炎。这种病在欧美发达地区发病率比较高，而亚洲国家随着生活水平的提高，发病率也在逐年上升。

“今天碰到好几个溃疡性结肠炎的患者。其中一个40多岁的大姐特别严重，一天要拉十几次血。”近日，记者采访海口市人民医院胃肠外科彭勃主任医师时获悉，溃疡性结肠炎患者在海口也多了起来。

## 二三十岁和五十岁 易患溃疡性结肠炎

“溃疡性结肠炎是一种非常顽固的疾病。”彭勃指出，结肠炎的病情总是反反复复。从临床上讲，结肠炎是一种多发性肛肠疾病、反复性、慢性。症状一般有腹泻、里急后重、腹痛、时便下黏液、缠绵不断、反复发作。

“发病率上升，一方面跟检查手段越来越先进有关，另一方面确实是生活方式改变带来的疾病。大量进食肉类、高糖饮食、进食时间不规律等因素，都会诱发消化道疾病。”彭勃说。

的发生乳腺癌最明确的危险因素之一就是未生育妇女，这是因为她们缺乏孕激素的保护，更易受到过量的雌激素的刺激。

乳腺增生。良性的乳腺增生一般不会恶变，但乳腺增生中年龄较大、病史较长、肿块较大、肿块与月经关系不明显者，则有可能发生恶变，应及时去医院就诊。

此外，高脂肪饮食，肥胖；长期压力大，心情抑郁；长期接受雌激素治疗人群，也容易患病。

## 多性伴侣者易得宫颈癌

迄今为止，宫颈癌的真正病因尚不清楚。近年来的研究与调查认为，其发病与早婚、早育、多产、宫颈糜烂、性交过频等因素有关。

作为妇科最常见的恶性肿瘤之一，宫颈癌每年大约会夺去20多万女性的生命。但由于宫颈癌早期没有任何症状，因此，许多女性一发现就已经是晚期。

由于宫颈癌早期可无明显症状和体征，容易被人忽视。

“40—60岁是宫颈癌的高发年龄。近年来，宫颈癌发病趋向年轻化，小于30岁的宫颈癌患者人数有明显上升趋势。”海南现代妇婴医院妇科门诊主任王静表示，妇女进行第一次性生活两年后，最好就要开始进行宫颈癌筛查，并坚持做到一年一次。

## 贫困两癌妇女可申请救助

为呵护海南女性的健康，预防乳腺

癌、宫颈癌伤害，海南现代妇婴医院、现代妇女儿童医院联合海南日报报业集团、海南广播电视总台共同发起“海南万名女性乳腺癌、宫颈癌筛查大型公益活动”。

活动中，女性只需支付100元，即可享受乳腺癌筛查或宫颈癌筛查套餐一份。通过筛查发现乳腺癌、宫颈癌的贫困患者，或已患上乳腺癌、宫颈癌却无钱治疗的贫困患者，都可以向海南现代妇婴医院申请“百万基金”免费救助。

## 宫颈癌高发人群

- 1 人乳头瘤病毒(HPV)感染者
  - 2 多性伴侣：多性伴侣与宫颈原位癌及宫颈癌均有明显的相关性。
  - 3 早婚多育者：20岁以前结婚的患病率比21—25岁组高3倍。宫颈癌的发病率随产次增加而递增。
  - 4 20—50岁宫颈癌高发，50岁以后发病率下降。
  - 5 宫颈不典型增生者，特别是中度和重度患者，若不积极治疗，也可能转化为宫颈癌。
- 此外，口服避孕药、吸烟及低收入者也是宫颈癌高发人群。
- 制表/许丽

# 溃疡性结肠炎 病情易反复

10年病史者要注意癌变，每年接受肠镜检查

溃疡性结肠炎有两个高发年龄：二三十岁的年轻人和50来岁中年人，存在以下危害。首先是易导致癌变。数据显示，慢性溃疡性结肠炎患者患大肠癌的几率比正常人要高出数倍，约5%病例发生癌变，且往往在发生慢性溃疡性大肠炎10年后开始癌变。因此提醒，溃疡性结肠炎患者最好每年接受肠镜检查。

其次，是结肠狭窄和肠梗阻。多发生在病变广泛、其部位多见于左半结肠，乙状结肠或直肠，严重时可引起肠阻塞，出现肠狭窄时，要格外警惕。

另外，就是溃疡穿孔。多数是中毒性肠扩张的并发症，多发生于左半结肠。

## 患者饮食原则 应遵循“三高两少”

溃疡性结肠炎目前尚无有效的长期预防或治疗方法。常规治疗可分为内科治疗和手术治疗，内科治疗包括卧床休息、全身支持治疗和药物治疗。对于暴发型及病情严重的患者，如内科治疗效果不佳，会考虑手术治疗。有20%~30%重症溃疡性结肠炎患者最终手术治疗。

溃疡性结肠炎病情较复杂，好反复发作，疗程较长，所以科学的饮食对提高治疗效果及减少复发是很有帮助的。患者的饮食原则则应遵循“三高两少”——高热能、高蛋白、高维生素、少油少渣膳食，一

般应进食柔软、易消化、富有营养和热量充足的食物，也就是低渣、低脂肪、低乳糖饮食。

彭勃表示，腹胀、腹泻明显时，应少食糖及易产气食物，如薯类、豆类、牛奶等；注意密切观察自己对各种食物的适应性，避免进食过敏或可疑过敏及不能耐受的食物。不少溃结患者对牛奶或面食不耐受，值得注意。腹泻严重者可发生脱水

和钾、氯、钠离子的大量丢失，应及时静脉补液，保证肠道休息。长期出血的病人，注意铁剂的补充。

彭勃提醒，患者要注意劳逸结合，不可太过劳累；暴发型、急性发作和严重慢性型患者，应卧床休息，但疾病缓解期适当的体育运动锻炼是必要的。注意衣着，保持冷暖相适，尤其腹部要注意保暖，受凉也是诱发的重要原因。



## 保健百科

## 牙齿美白不是人人都能做 4类人群慎做

1.孕妇产妇 牙齿美白需要用到漂白剂，在治疗中多多少少会进入口腔。虽然这样的剂量对胎儿有无影响尚未确定，但若想进行牙齿美白，最好在产后进行。

2.镶过牙或戴牙套 牙齿漂白技术只能改变真牙的颜色，因此如果去做牙齿美白会出现两种牙齿颜色。如果真的要美白牙齿，镶过牙或带牙套的人需重新镶上一颗可配合美白后色泽的假牙，或重新换上另一副牙套。

3.患特定疾病的人 很多人一看牙医会紧张不已，有些心脏病或哮喘患者可能因此而发病。所以在进行牙齿美白前，可以咨询下医生的意见，避免意外发生。

4.牙周病患者 牙齿美白前，一定要用机械或物理的方法，除掉牙面的细菌、牙石、表面色等牙垢，否则，牙齿有不适，意味着牙齿不健康、敏感，对牙齿美白剂的刺激反应会比正常牙大。因此如果有严重的口腔疾病或是牙周病患者，应在治愈之后才可进行。

## 年前烫发染发 小心化学制剂灼伤眼

新年，亲朋好友聚会，自然要留个好印象。趁着年前，不少爱美女性纷纷打理起头发来，烫之，染之，护理之。然而，眼科专家提醒，染发时要当心染发剂滴入眼内，灼伤眼睛。

医生指出，因烫染头发的化学制剂溅入眼睛致使眼角膜受伤的事情可不少。每年临近春节，医院都会收治不少因烫发、染发伤眼的患者，多是因为烫染头发的化学制剂不慎入眼、灼伤眼睛而起。

发剂一般由苯胺类药物制成，毒性较大；冷烫精则是一种强碱性物质，这些物质溅入眼睛会引起剧烈疼痛、眼睛肿胀、烧灼感、畏光、流泪、视力模糊，如不及时处理，严重者可引起角膜变浊、视力受损等。溅入的冷烫精较多又处理不及时，还可引起角膜穿孔、眼球萎缩等后果严重。

眼科专家提醒，烫染头发时，最好选择质量好性质温和的化学制剂，烫染头发时最好将眼睛闭上。如果化学制剂不慎溅入眼内，应立即用清洁的水源反复冲洗眼睛，如果仍然感觉不舒服或疼痛不减，就需要到医院做进一步的检查和治疗。

## 骨头疏松易引发骨折 人过中年应定期检查

冬日里由于不慎滑倒摔伤而引起的骨折有很多。特别是行动不便的老年人，但或许有些人不知道，老年人的这种骨折看似是意外，实际上却极有可能是由骨质疏松所致。而且这种骨折的“意外”，完全有可能避免。专家表示，很多人认为，骨质疏松症是一种不可避免的自然老化，它既非致命性疾病又对日常生活影响不大。事实远比大家所想的要严重。

很多老年人以为骨质疏松和白头发、老花眼一样，是不可避免的“老年病”。专家强调，这是一个认识误区。只要做到“早预防、早检测、早治疗”9字口诀，就能减少骨质疏松症所带来的危害。通常，骨质密度在30到35岁左右时达到骨峰值，之后便会因钙质流失而开始下降，尤其以女性的下降速度更为明显。因此建议，50岁以上的中老年人应适时检测骨密度，绝经后的妇女更应该重视此项检查。

专家指出，预防骨折的措施主要是积极参加适宜的体育锻炼；在日常生活中，对老年人要加强防摔、防碰、防跌倒措施；提倡合理营养和膳食，摄入足够的钙质和维生素D，并减少盐的摄入；保持健康的体重，戒烟、酒嗜好；及时治疗影响老年人视力的疾病，如白内障；正确使用镇静剂；已有骨质密度明显下降的老年人，及时应用药物干预；老年人要预防跌倒，室内要光线充足，地面要整洁清爽，切勿堆放杂物。浴室及厕所，宜安装牢固的扶手及防滑垫，切勿举高取物，常用物品，应放近腰部位置的高度，要收好过长的电线，以免绊倒。

(桑久)

## 中年罹患糖尿病 年老易痴呆

最新研究表明，人过中年罹患糖尿病，老年时记忆力及认知能力的衰退会明显加快。

研究人员发现，控糖效果差、糖化血红蛋白水平超过7%的患者，大脑退化程度较常人多19%，也远比糖化血红蛋白水平稳定的患者严重；若这项指标能控制在5.7%以下，大脑各项功能受损最小。

流行病学专家称，即便50岁的人罹患糖尿病，仍应控制饮食、增强运动并戒烟，血糖及糖化血红蛋白长期偏高，会破坏全身血管及眼睛周边神经系统和肾脏等，而最有效的办法就是减肥。只要减去5%~10%的体重，就可避免糖尿病恶化，甚至推迟记忆力退化的时间。

(生时)