

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厘米并长留，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个月后，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。

有免疫缺陷的人和有结核病的患儿，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；新生儿有病理性黄疸、湿疹或其他全身性疾病。

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



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，收细毛孔，紧致肌肤。该疗法对细小皱纹也有改善。

第三步：A型肉毒素注射可以助您改善表情运动纹。比如：笑起来的鱼尾纹，皱眉头时的“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，这时还要填充玻尿酸。

冯女士咨询：我脸上有很多青春痘，还有痘痕留下的小凹坑，几乎布满整个面部，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，其在治疗上需要一个过程，可以口服及外用药物或者果酸治疗，再配合蓝光或艾拉光动力治疗。

针对青春痘消后留下的瘢痕，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。

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，一步一步来解决。

第一步：针对老年斑，采用国际先进、国内领先的调

链接

Q-开关翠绿宝石激光：可以治疗痤疮疤痕、皮肤老化松弛、粗大、毛孔粗大、肤色暗沉、细小皱纹，改善色斑、痘痕、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、小腿，治疗手足多汗症、腋臭、疤痕疙瘩等。

科医人二氧化碳点阵激



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、儿童健康质量管理，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

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、现代妇儿儿童医院联合海南日报报业集团、海南广播电视台总台共同发起“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：多个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



■ 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。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时获悉，溃疡性结肠炎患者在海口也多了起来。

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，一步一步来解决。

第一步：针对老年斑，采

用国际先进、国内领先的调

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。不少溃疡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 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，镶过牙或戴牙套的人需要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、表面积等牙垢，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牙周病患者，应在治愈之后才可进行。（久柔）

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，多是因烫染头发的化学制剂不慎溅入眼内，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，如果仍然感觉不舒适或疼痛不减，就需要到医院做进一步的检查和治疗。（桑桑）

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、早监测、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这项检查。

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，戒除烟、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，应及时用药物干预；老年人要预防跌倒，室内要光线充足，地面要整洁干爽，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，应放在腰部位置的高度，要收好过长的电线，以免绊倒。（桑桑）

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，即使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）