

露营游玩务必做好防护

医生提醒:此时节毒虫咬伤高发

本报记者 徐小翔 通讯员 宋黎胜

“一下冒出不少包块,痒得实在受不了。”5月1日上午8时,浙江省人民医院皮肤科门诊一开诊,挠着腿的一家三口走进诊室。

原来,前段时间,一家人到户外露营地搭帐篷野炊。虽然有一定防护,但到了晚上,3人同时出现下肢瘙痒性皮炎,随后疹子越发越多,痒得难以入睡。

接诊的皮肤科丁杨副主任医师检查后表示,这是丘疹性荨

疹,俗称虫咬皮炎。常见于暴露部位,下肢、腰腹部是好发部位,症状表现反复,会越抓越红,越抓越痒。尤其是在晚上,抓挠后红痒交加,严重的可能会起水泡。

该院皮肤科主任陶小华表示,天气渐热,门诊中丘疹性荨麻疹患者逐渐增多。医生提醒,此时节是毒虫咬伤高发季,草木茂盛的地方往往是各类毒虫的栖息地,尽量避免在这类地方扎营。同时,尽量避免毒虫出现的高峰期,如黄昏、夜晚。

露营或外出时,最好穿长袖长裤,适当涂抹安全的驱蚊虫类产品,降低被毒虫叮咬概率。

如到远郊、山区露营或游玩,要扎紧衣领、袖口、裤脚等,不要赤脚穿凉鞋在草丛灌木中行走,防止蜱虫叮咬。

游玩归来,要及时洗澡更衣。若皮肤出现不正常的小包块,不要随意抓挠。一旦发现蜱虫叮咬,别强行拔出蜱虫,以免撕伤皮肤,防止口器折断在皮肤内,建议及时就医。

扭伤脚后差点失去一条腿

如今七旬大姐又跳起广场舞

通讯员 应晓燕 张煜梓
本报记者 戴虹红

“只是扭伤脚,没想到差点保不住腿。”近日,康复出院的王大姐回想起此前情景,仍心有余悸。

年已七旬的王大姐自退休后加入了广场舞队伍。前不久,她在跳舞时不慎扭伤了脚,于是在家休养。可几天后的一个早上,她起床看到左腿肿胀得很厉害,皮肤颜色发青,摸上去冰凉,把她吓坏了,赶紧联系家人,并拨打120急救电话。在浙江省立同德医院急诊抢救室,医生为老人做了下肢血管超声,发现她左腿有大量血栓,赶紧联系血管外科副主任医师严金。

严金接诊后发现,老人不仅腿肿、紫绀、皮温降低,而且肢体感觉和运动功能也有不同程度损害,这

种情况是血管外科典型的急重症之一股青肿,需要尽快急诊手术。

在和患者及家属充分沟通后,严金和主任医师王晓栋为老人进行微创手术,把滤器和吸栓导管送入患者深静脉内,恢复深静脉的通畅,以缓解左腿症状。术后3天,王大姐康复出院。

医生表示,下肢深静脉血栓形成是比较常见的周围血管疾病之一,是指血液在下肢深静脉系统内不正常凝结,堵塞管腔,导致静脉回流障碍的一种疾病。

股青肿并不是独立存在的一种疾病,而是下肢深静脉血栓症状加重到一定程度的临床表现,是从患肢肿胀发展到静脉坏死这一系列临床表现其中的一个阶段。其发病迅速而广泛,下肢的深静脉大范围被血栓堵塞,从而导致下肢高



度水肿伴有动脉痉挛,肢体缺血、皮温降低、紫绀,而且疼痛剧烈。

医生提醒,老年人容易同时存在下肢静脉回流受阻和动脉供血障碍,若不及时治疗会出现肢体坏死致残,甚至会出现体循环障碍而休克。一旦确诊,需要紧急手术治疗,才能挽救肢体和生命。

据《科技日报》

新型候选药物 或可预防流感相关炎症

一项发表在英国《自然》杂志上的新研究显示,一种新型候选药物在小鼠实验中被证明,能减轻小鼠与甲型流感病毒感染相关的炎症症状和肺损伤并提高生存率。

美国福克斯蔡斯癌症治疗中心领衔的研究团队研发出一种名为UH15-38的药物,这是一款RIPK3抑制剂,能在不影响细胞凋亡信号传导通路的情况下阻断细胞的坏死性凋亡。研究人员在小鼠实验中发现,经过该药物的治疗,小鼠感染甲型流感病毒后三周时已完全康复。

研究人员还发现,经过UH15-38治疗的小鼠的炎症标志物和坏死性凋亡肺细胞更少,说明对这一通路的选择性阻断有助于预防与流感病毒感染相关的过度炎症和肺损伤。此外,在小鼠感染后5天内使用UH15-38药物仍显示出了治疗效果,这说明即使在病毒复制高峰期也能看到阻断这种炎症的积极效应。

研究人员表示,UH15-38既可以抑制流感病毒引起的炎症,也能保持其他免疫反应功能不变,这使得它有望成为临床试验候选药物。

据新华社

老人走路变吃力 小心这类疾病

春暖花开,正是运动好时节。专家提示,老年人如发现走路变吃力,走不远、走不久,要小心骨质疏松等疾病风险。

步行距离缩短、行走能力下降可能是骨质健康出现问题的信号,“能不能走”可作为衡量骨质健康的重要参考。

总的来说,步速正常的老年人普遍健康状态比较好,而步速减慢的老年人,发生骨质疏松的可能性比较高。步态的稳定性与肌肉力量、平衡能力和神经系统功能等因

素密切相关,如果行走时步态明显不稳,要谨防摔倒等意外,同时也要排查有无相关疾病。

造成老年人行走障碍最常见的疾病有:腰椎间盘突出和腰椎管狭窄、下肢关节退行性病变和过度劳损、骨质疏松症等,如果发现行走能力明显变差,应排查疾病风险。其中,骨质疏松症的好发人群是绝经后女性和70岁以上的男性。

医生建议,老年人可根据自己的身体状态,在医生等专业人士指导下,使用弹力带、沙袋等轻量级

阻力工具进行抗阻训练,提升肌肉力量和步行能力。不宜外出者可在家中运动,即使是卧床的病人,也可以进行抬腿勾脚等下肢被动训练。

此外,专家也推荐老年人进行快走、慢跑、打太极拳、跳广场舞等有氧运动。专家表示,如果行走障碍的发生与衰老、缺乏锻炼或疾病有关,患者要与医生沟通制定合理的方案,积极治疗原发疾病,加强锻炼提升肌肉力量,行走困难的问题将可以得到改善。

据新华社