

“大花脸” 职业性黑变病作祟

我们经常能看到一些五官端正的人,脸上却有或大或小的青灰色或深褐色斑块,严重影响其形象,这其实是一种疾病,医学上称之为职业性黑变病。

顾名思义,职业性黑变病是指劳动或作业环境中存在的职业性有害因素(主要是煤焦油、石油及其分馏产品,橡胶添加剂,某些颜料、染料及其中间体等)引起的慢性皮肤色素沉着性疾病。患者大都是成人,且多见于职业男性,常伴有头痛、头晕、疲乏无力,食欲不振等全身症状。

这种病初期主要表现为面部淡褐斑或淡红斑,呈左右对称分布,随后慢慢扩大呈青灰色或深褐色弥漫性斑片,偶尔有轻微瘙痒感,部分患者除有典型的色素沉着斑外,还可以出现局限性毛

细血管扩张、毛囊角化性丘疹及少许细小脱屑,会使患者呈铅灰色面容,就像戏剧舞台上的关公一样,成了“大花脸”。

为什么长期接触这些环境会变成“大花脸”呢?这是因为沥青、煤焦油中含有刺激皮肤的酚、萘等多种物质,可引起皮炎,而沥青中所含有的吡啶、萘等光感物,又容易使皮肤对光线过敏而发生日光性皮炎,极少数患者还有可能发生癌变。

关于黑变病的治疗,目前还没有特效药,也并非所有的患者都需要药物治疗。一般来说,黑变病患者如果离开工作环境,停止接触致敏物质,色素沉着经数月、数年后可有不同程度的减轻,因

此,对于黑变病患者来说,立即调换工种,避免继续接触焦油类化合物才是最重要的。其次,这类患者在日常生活中要保持心情愉快,饮食上少吃寒凉的食物,少抽烟、不喝酒,多吃些高蛋白和维生素丰富的食物。

长期从事接触煤焦油等石化产品的工友们,工作中应加强个人防护意识,穿戴工作服、工作帽、口罩及手套,避免在强烈日光下工作,如果皮肤出现上述症状,应尽早就医,确诊是否患上了职业性黑变病。

湖南省疾病预防控制中心 江波

张医生信箱

肾结石患者日常饮食有何讲究?

张医生:

我去年医院体检时查出患有肾结石,结石不大,平时也没有什么不舒服,医生建议我多喝水,多做跳跃运动,结石就有可能排出来。我想问一下,肾结石病人在日常饮食方面有哪些要注意的地方?

湖南长沙县 吴先生

吴先生:

你好,长沙星灿结石病专科医院主任医师龙洪熙回复,对于肾结石患者而言,日常饮食的原则可以归纳为“一多四少”。

“一多”即多吃果蔬和饮水,这是最好也是最简单的方法;“四少”是:①少吃含钙高的食物,尤其睡前不宜喝牛奶;②限制糖类食物的摄入,少吃甜食;③少吃草酸盐含量高的食物,如豆制品、番茄、菠菜、草莓、甜菜、巧克力等;④少吃蛋白质含量高的食物。

张医生

近日,一则关于某日韩明星为保持美貌而定期输血的新闻,传得沸沸扬扬,也吸引了不少人的眼球,一些爱美女士更是跃跃欲试。“定期输血真的能美容?”这当然不是真的。

输血是用于临床各科治疗疾病和抢救的方法之一,对改善病情、提高疗效和降低死亡率具有重大意义。但是,血液制品(如全血、红细胞、血小板、白蛋白等)在临床上的应用有着严格的适应症和禁忌症,绝不是任何人想输

输血美容不可取

就能输的。以目前的医疗技术,还没有研究表明定期输血有美丽肌肤、保持年轻的效果。

而且,输血也有一定的风险,输血不当有可能发生发热、过敏、溶血、急性心力衰竭、出血倾向及高血钾症等不良反应,长期输血还可能发生含

铁血黄素沉着症和继发性血色素病等,甚至可能致命。由此可见,输血并非没有危险,如果单纯只是为了“貌美”而选择输血,实非理智之选。

长沙市八医院
副主任医师 彭梅
(周园芳 吉美凤 整理)

相关链接

输血的临床功效

1) 替代治疗:当血液成分减少到一定程度时,即可按照“缺什么,补什么”的原则进行替代性输血治疗。

2) 免疫治疗:如使用人血免疫球蛋白治疗自身免疫性溶血性贫血等。

3) 置换治疗:当血液中某些成分(如胆红素等)过多或出现异常成分(如毒物等),危及患者生命时,即采用“边去除,边输注”置换输血治疗。

4) 移植治疗:如接受造血干细胞移植者,在完成放(化)疗后所接受的造血干细胞移植,也就是在特定条件下的“成分输血”。

形形色色的痰

痰是肺部或鼻的疾病产生的呼吸道里的垃圾。它由我们自身分泌的黏液,吸进肺的灰尘、烟尘、细菌、病毒,以及呼吸道和肺的脱落细胞、坏死组织、血球、脓性物等成分组成。这样,仅凭痰的不同颜色就能分辨出吐痰者患的是什么病。

灰色或黑色的痰 吐这样的人常是职业病的患者。比如常听说的硅肺,或者纺织工人常得的纤维肺等等。但随着空气质量越来越差,很多粉尘吸入呼吸道后,普通人也会出现吐黑痰的现象。

铁锈色的痰 有患大叶性肺炎的可能。我们说可能,是因为会有例外,有些矿工会因为吸入一些金属元素(如铜矿工)也会有这种颜色。

白色的粘痰 表示呼吸道有轻微的炎症,常是感冒的原因。因为这种痰里存在大量病毒以及巨噬白细胞(一种免疫细胞)的尸体。

黄色或绿色的脓痰 表明体内有化脓性炎症,就是比较严重的肺部感染。这与肺炎球

菌引起的大叶性肺炎区别很大,是化脓性细菌(常见的有葡萄球菌、链球菌、绿脓杆菌等)感染人体而出现化脓,脓液为死亡的白细胞、坏死组织。

粉红色泡沫状痰 常见于患有肺气肿、肺癌、肺结核、支气管扩张或急性左心功能不全的患者。这是因为呼气时,支气管炎患者的气管会变得非常狭窄,肺泡内压不断增高,导致肺泡过度膨胀或破裂,肺部就会含有少量的红细胞,而由于肺泡内空气的存在,痰液中本身存在大量的气体,所以咳出来的痰就会呈粉红色泡沫状。

所以,如能仔细观察,就能帮助我们自行诊断,有利于疾病得到及时治疗和传播。

长沙市第一医院
呼吸医学中心主任
主任医师、医学博士 汤渝玲
主治医师、医学硕士 阎郁升

长沙市第一医院
THE FIRST HOSPITAL OF CHANGSHA
咨询电话 0731-84667562

健康卡通



辣椒不伤胃

一些人进食辣椒、芥末等辛辣食物后,胃内会觉得麻辣火烧,于是认为辣椒等辛辣食物很伤胃,其实,事实正好相反。辣椒含有丰富的维生素C和一种叫辣椒素的成分,能增强胃肠蠕动,促进消化液分泌,不仅能改善食欲、杀死胃内的病菌,还有提高免疫力、抗癌和延缓衰老的作用。

图/文 陈望阳

头皮屑多可能是病

不少人认为,有了头皮屑,只要勤洗头,再用点去屑洗发水就可以了。然而皮肤科专家表示,70%~80%的头皮屑其实是一种病态的表现。

作为头皮正常生理代谢的产物,每个人都会有头皮屑,但此类头皮屑十分细小,肉眼很难观察到;当出现肉眼可见的白色或灰色头皮屑时,则往往提示头皮代谢出现异常,大部分是由真菌感染引起,此时可选择一些含

有抗真菌效果的洗发水,如康王、采乐等,但是要避免洗头太勤,一般2~3天使用一次即可。

还有一些头皮屑,往往附着在头皮表层和头发上,梳头或抓挠时极易掉落,且伴有不同程度的瘙痒,脱屑部位还伴有红斑、丘疹、掉发、油腻等病理性变化时,可能是某些皮肤病的表现,如银屑病、脂溢性皮炎等,此时应及时到皮肤科就诊,

明确病因后,对症治疗。

日常生活中,一旦发现头皮屑症状加重,可先自查是否伴有其他皮肤病症状,是否有洗护用品使用不当、过度洗发、精神压力过大等因素影响头皮功能。如果为非病理性原因,可以从改善生活方式做起,如饮食清淡,多吃水果蔬菜,避免进食油腻的食物,规律作息,少熬夜等。

周一海