



主办:齐鲁晚报
协办:山东省大众健康管理中心
山东省科普创作协会资助项目

养生堂 本期堂主:靳有鹏

靳有鹏,儿科学博士,副主任医师,山东大学硕士研究生导师,山东省立医院小儿重症医学科副主任。曾赴美国哈佛大学波士顿儿童医院及Nationwide Children's Hospital访问学习。主要从事儿童各系统危重症的急救和诊治工作。主持省博士基金课题1项,获科技奖2项,近几年,在国内外SCI及核心期刊收录杂志发表论文40余篇,参编学术专著十余部。现任中国医师协会儿童重症分会青年委员,山东省医学会儿科分会青年委员,山东省医学会流行病学分会委员,山东省医师协会围产医学分会委员兼秘书,中国小儿急救医学杂志通讯编委以及《中华临床医师杂志(电子版)》特邀审稿专家。

脱毛大作战

本报记者 陈晓丽 实习生 王倩

夏天来临,对于很多天生毛发较重的女性来说,又到了和汗毛大作战的季节。从最简单易行的镊子拔、女士剃须刀,到蜜蜡、脱毛膏、激光等,脱毛手段可谓花样百出。其中,激光脱毛经济成本最高,从几千元到几万元不等,但是作为目前唯一的永久脱毛手段,很多爱美女性非常热衷。专家提醒道,错误的脱毛方式可能会造成色素沉着、毛囊发炎、角化粗糙等现象。

蜜蜡脱毛膏 可能会导致皮肤损伤

由于基因和荷尔蒙因素的影响,每个人汗毛量有所不同。对于天性爱美的女性来说,汗毛重成为一种苦恼。不少女性选择用镊子拔、女士剃须刀等最简单易行的脱毛方式。

用镊子拔、女士剃须刀等最简单易行的方式脱毛后,不少女性发现,虽然这些手段可以暂时让皮肤保持光洁,随着时间的推移,新的汗毛会迅速生长出来。并且从视觉上来看,新的毛发又黑又硬,比清理以前更加严重。

济南市皮肤病防治所医美科主任王晓林表示,“用镊子拔和蜡纸脱毛都是通过物理手段暴力拔除毛干,不仅疼痛感强烈,同时因为暴力拔除会刺激毛孔,时间久了会使毛孔扩大,容易皮肤红肿,甚至感染细菌后发炎,对皮肤有很大的损伤。”

脱毛膏是不少女性常采用的手段之一。“脱毛膏是运用化学手段将毛根毛囊解离开,也是一种非永久性脱毛。”王晓林告诉记者,毛囊是通过生物连接将毛根固定住,脱毛膏的作用就是利用化学作用打开这些连接,但是因为没有破坏毛囊,毛发很快就会重新长出来。”

“以前还有一种电针脱毛的方法,将电针顺着毛发的生长方向插入毛囊,利用针使电流传导至毛囊,通过电离的方法破坏毛囊,从而达到抑制毛发生长的目的。”王晓林介绍,这个方法虽然是永久性脱毛,但操作繁琐、治疗时间长、疼痛感强,还可能引起皮肤损伤及瘢痕形成,因此现在这个方法基本停止使用。

激光脱毛 毛发越黑效果越好

伴随着医学手段的发展,现在绝大部分医美机构都采用激光手术的方法进行脱毛,其原理是通过加热毛干将热量向毛根传导,利用热效应的原理破坏毛囊,从而达到永久脱毛的效果。

王晓林解释,“不同颜色的东西对光的吸收率不同,激光脱毛正是利用肤色和毛发的颜色不同,选择黑色吸收多、皮肤相对吸收少一些的光进行治疗,这样会对正常皮肤起到保护作用。”据介绍,发毛的生长中心是毛囊里的毛乳头,热效应将毛乳头破坏掉,毛囊也就随之被破坏,毛发自然就会停止生长。

也正因如此,原来的毛发越黑脱

毛效果会越好,细软的毛发由于对光不够敏感,反而不宜脱净,“越黑的毛发色剂越多,吸收的光就越多,产热也就越多,一次手术对毛囊的损伤就会更大一些。”王晓林解释道。

对于现在市面上流行的冰点脱毛,则是在激光的技术基础上,加上冰雾喷洒,从而降低对皮肤创面的刺激和痛苦。山东省千佛山医院整形外科主任王彦解释,“冰点脱毛与传统激光脱毛在机理上最大的不同是:传统激光脱毛要瞬时高能量烧毁毛囊,而冰点脱毛温和地使毛囊自动失去活性,因此既能达到永久脱毛目的,又不过度刺激皮肤避免产生痛或风

险。不过,无论是传统激光脱毛还是冰点脱毛,都没有办法一次性脱干净所有毛发,通常需要连续3至5次。“正常表皮里也会有黑色素,如果手术时能量太大,皮肤也会选择性吸收很多,会出现皮肤起泡等烫伤现象。因此,我们会选择在保护正常表皮的基础上,使毛囊最大限度的被破坏,反复多次以后毛囊就会被全部破坏掉。”

王晓林告诉记者,腋毛基本3次就可以脱干净,“腋毛很黑,而腋下的皮肤很白,再加上这个部位血管比较多,皮肤的热量会很快被血液循环带走,因此手术效果更好。”而胳膊、腿部和唇部的毛发,3次只能可以减少80%左右。

家用脱毛仪 选用正规厂家产品

对于很多人担心激光脱毛后会影响身体排汗,王晓林表示:“毛囊虽然也是在排汗的毛孔里,但是小汗腺的开口大部分在皮肤表面,所以脱毛基本不会对排汗产生影响,暂时也没有发现对人体有其他的长期不良影响。”

“不过,激光手术原理就是热损伤,因此刚刚手术后有可能会出现红肿等类似毛囊炎的情况,所以刚做完手术后除了要做好防晒,也不能泡澡、泡温泉,通常要一周后才能恢复正常。”因此,王晓林也提醒道,手术时

不能一味只考虑脱毛的效果,还要考虑安全性,“要找一个既不损伤皮肤又能尽快脱毛的平衡点。”

此外,王彦表示激光脱毛适用于所有部位的深色或浅色的毛发,但对白色的毛发无效,也不是所有人都适合激光脱毛手术,“孕妇、皮肤病患者、癫痫患者、身上有开放伤口或感染伤口者、近期接受过阳光暴晒者都不可以做这类手术。”

不正确的脱毛方式可能会造成一些副作用。“不当的脱毛会出现内

嵌毛的现象,这是自行除毛最危险的并发症,常常是因为拔毛断裂,或逆向刮毛使毛发埋没在皮肤内部,无法正常生长所致。”除此以外,错误的脱毛方式还会造成色素沉着的现象,甚至使毛囊发炎、角化粗糙等。

现在不少品牌都出了家用脱毛微型仪器,王彦建议,不要随便自行使用家用激光脱毛器,至少应该选择正规厂家产品,“若激光能量过大或是过长,可能会引起烫伤,或产生黑色素沉着和炎症反应等。”

认识小儿的感染性皮疹

很多妈妈都会遇到宝宝出疹子的情况,引起宝宝出疹子的病因有很多,而且对于医生来说,鉴别发疹的原因也是很困难的,所以母亲最好从一开始就有一定程度的思想准备,发疹可能是急性热性病的发病症状,也可能是婴儿发生的湿疹,如果一点儿都不懂就很难办。

婴儿一出现发疹就应该请医生检查,因为有的发疹伴有发烧,而有些不发烧。伴有发烧的发疹,有猩红热等法定传染病(必须住进特定的医院)、麻疹、急性的皮肤黏膜、淋巴结症候群(川崎病)等严重疾病。不发烧的发疹中最常见的是湿疹,这些在治疗方面,外行人是承担不了的。

常见的小儿感染性皮疹的原因有如下一些情况:

(一)麻疹

麻疹是伴有发热的发疹,从皮疹出现前2—3天就持续出现38℃左右的热度,在刚刚觉得热度下降的时候,出现皮疹,热度此时再升高,麻疹患儿从初次发热开始,就出现流鼻涕、咳嗽等症状,即严重的卡他状(黏膜的表层炎症)。如果不清楚受感染的时间,在皮疹出现以前很难诊断(潜伏期约11天左右)。如果自发热2—3天起,颊黏膜上出现白色小斑点(费氏斑),这是医生诊断的重要依据。麻疹的皮疹自耳下的脖子开始出现,扩展至全身,在出现皮疹的时候,常有眼睛充血,流鼻涕等现象发生,使人感到孩子脸上不干净。麻疹的发烧一般在5—6天后开始下降,皮疹逐渐消失,留下暗褐色的疤痕,并可有糠状脱皮。预防麻疹有麻疹疫苗,如果突然流行麻疹的时候,注射胎盘球蛋白,可以取得很好的预防效果。另外,麻疹在皮疹出现4天以前,就有传染性,所以当周围麻疹流行时,应考虑到麻疹传染的特性,采取相应的对策才有效。

(二)幼儿急疹

幼儿急疹是一种很容易与麻疹弄错的疾病。但是幼儿急疹没有麻疹的那种卡他症状,皮疹出完后,热度就下降了,而且只发生在1岁半以前的小儿身上,从这点上比较容易与麻疹区别。这种幼儿急疹,发病前没有前兆,患儿突然发热至38℃以上,无论采取什么措施,不经3天,热度不会下降,但是从第四天开始,热度就自然开始下降了,与此同时,在胸部、腹部、后背等处出现麻疹的皮疹,如果是麻疹,在出现皮疹时,热度会再次升高,但幼儿急疹不会再出现热度。到第五天,患儿就有精神了,经过2—3天,皮疹就退尽了。

(三)猩红热

是由链球菌感染引起的,猩红热是由一种A组乙型溶血性链球菌引起的急性出疹性呼吸道传染病,中医称它为“烂喉痧”,主要发生在冬春季节。任何年龄均可患病,但2—8岁的宝宝最容易被感染。临床以发热、咽峡炎、全身弥漫性猩红色皮疹和疹退后皮肤脱屑为特征。由于现在药物比较有效,该病一般都能治好,但是如果治疗不当,可引起中耳炎和肾炎等并发症,所以猩红热仍然是一种严重的疾病。