

晒多了太阳，皮肤真的会“生病”

警惕容易被忽视的癌前病变——日光性角化病

记者 秦聪聪
通讯员 丁娜 济南报道

脸上“老年斑”竟检出癌前病变

不久前，市民王女士因为面部“老年斑”结出黄褐色斑片并有干燥皮屑，到医院就诊。医生检查后告诉她，这不是单纯的老年斑，而是一种皮肤的癌前病变——日光性角化病。

听医生说，这种斑块如果不及处理，有可能发展为癌，王女士很是紧张，很快就在医生建议下，接受了治疗。

“大多数患者开始以为自己脸上长的是老年斑，结果我们询问病史、进行检测后，发现是日光性角化病。”济南市皮肤病防治院皮肤科主任医师于德宝介绍，日光性角化病多见于中老年患者，尤其是肤色白皙者。上海某社区流行病学调查发现，60岁以上老年人中，经病理诊断的日光性角化病患病率为3.08%，且随年龄增长而升高。

临床中，随着社会人口老龄化，日光性角化病患病率及就医需求在增加。

于德宝介绍，日光性角化病虽然形似老年斑，但与老年斑有不同，主要表现为红斑、角化性斑丘疹及斑块，皮损大小不等，表面多覆盖黏着性痂屑，甚至进展为糜烂、溃疡，皮损区域可见色斑、毛细血管扩张及皮肤萎缩等光老化表现。

作为一种皮肤癌前病变，日光性角化病0.1%~16%可进展为皮肤鳞状细胞癌，60%的皮肤鳞状细胞癌患者，曾有日光性角化病的病史。

根据临床形态不同，日光性角化病可分为角化过度型、色



紫外线是如何伤害皮肤的?

紫外线(UV)按波长分为长波紫外线(UVA)、中波紫外线(UVB)和短波紫外线(UVC)

晒黑

长波紫外线(UVA)也被称为“晒黑段”，当皮肤受到UVA照射后，会迅速产生黑色素。

光老化

长波紫外线(UVA)会穿透进入皮肤真皮层，导致皮肤的光老化，诱导色斑形成。

晒伤

中波紫外线(UVB)作用于表皮层，会带来严重的晒伤，如红斑、水疱甚至晒后脱皮

皮肤疾病

过多紫外线进入人体内，还可能

素型、萎缩型、皮角型及光线性唇炎型。

其中光线性唇炎型，是特殊类型的光线性角化病，表现为口唇脱皮、裂隙、溃疡或局灶性角化过度，进展为皮肤鳞状细胞癌的概率为10%~30%。

经常暴晒或是致病原因

“日光性角化病的发病机制尚不明确，普遍认为与紫外线的照射密切相关。”于德宝介绍，日光性角化病好发于面部、耳朵、手背和前臂等日光暴露部位。

目前认为，反复、慢性的日光照射，是引发日光性角化病的主要原因。皮肤吸收紫外线越多，日光性角化病的患病风险越高。

此外，放射线、辐射及接触沥青或煤提炼产物，均可诱发本病。

同时，个体易感性，在这种疾病的发病中，也起着重要作用。有研究发现，在男性中，秃顶是日光性角化病发生和皮肤严重光老化的最重要危险因素。

在我国，女性日光性角化病患者多于男性，可能与女性更注重面部疾病，就诊率更高有关。

一般情况下，医生结合病史及皮损特征，多数日光性角化病可初步诊断。

近年来，皮肤镜、反射式共聚焦显微镜(皮肤CT)等无创诊断技术，逐渐应用于日光性角化病的辅助检查和诊断。

不过，组织病理检查，仍是诊断日光性角化病的金标准，尤其是在临床上，不能确诊或怀疑进展为侵袭性皮肤鳞状细胞癌时。

临床中，日光性角化病需与鲍恩病、基底细胞癌、脂溢性角化病、盘状红斑狼疮等鉴别。

积极治疗预防癌变

由于日光性角化病具有潜在恶变或伴发其他非黑素瘤性皮肤肿瘤的风险，因而所有日光性角化病患者，均应得到管理和治疗。

现有治疗方法主要包括局部和系统治疗。局部治疗，包括光动力治疗、外用药物治疗、物理治疗和局部手术切除；系统治疗，以口服维A酸类药物为主。

其中，光动力治疗是日光性角化病的首选治疗方法之一，尤其适用于头面部，多发性或大面积日光性角化病的治疗，对日光性角化病的复发及其他光老化性皮肤病有一定预防作用。

外用药物治疗，可使用5%咪喹莫特乳膏、氟尿嘧啶乳膏、双氯芬酸凝胶、维A酸类乳膏或凝胶。物理治疗，可采用冷冻疗法、二氧化碳激光治疗。

手术切除最为直接，主要适用皮损较少、面积小的日光性角化病患者，特别是角化过度型及临床上可疑癌变的皮损。

系统治疗中，口服维A酸类药物，可以有效清除并预防皮肤肿瘤的发生，适合于多发性日光性角化病区域癌变或高危患者。

对治疗方案的选择，要兼顾有效性、安全性、功能保护、美观及经济负担等诸多因素。

日光性角化病患者，以免疫抑制及初诊高龄患者居多，且发病率随年龄增长逐年增高。

早期诊断及治疗，可有效避免日光性角化病向癌症发展。一旦发生日光性角化病，需做终身紫外线防护，注意科学护肤，而且患者应该接受终身随访。

至于日光性角化病的预防，主要是尽早避免长期大量日光照射，采取有效防护措施进行防晒。

夏季贪凉，得了急性胃肠炎该咋办

记者 韩虹丽 通讯员 孙方雷

夏季来临，大家喜欢吹空调，饮食习惯也贪凉，那就一定要警惕这种疾病——急性胃肠炎。

急性胃肠炎是夏季常见病、多发病

山东省妇幼保健院消化内科主任高峰玉表示，急性胃肠炎是夏秋季的常见病，多发病，多由细菌及病毒等感染所致，主要表现为腹痛、呕吐、腹泻，可伴有发热、头痛、乏力等症状，严重程度与摄入微生物、毒素的类型和量有很大关系。不同人的抵抗力不同，也会导致症状差异。

高峰玉说，如果病情较为严重且没经过治疗，则可出现电解质和液体的大量丢失，严重者危及生命。尤其是抵抗力较弱的孕产妇、婴幼儿与老人，出现此类症状时，需格外重视。

	胃肠型感冒	急性胃肠炎
病因	病毒细菌感染引起	不洁净饮食
症状表现	兼有普通感冒和胃肠道不适的特征，但主要以呕吐、腹泻、腹痛为主，患者会出现食欲差、身体倦倦、上腹部发堵、全身肌肉酸痛、畏寒，甚至会伴有水样腹泻等。	患者会出现胃肠道急性炎症，严重者会出现发烧症状
区别点	急性肠胃炎不会出现类似感冒的呼吸道症状	

“该病的主要原因是进食被污染的食物或水，即食物中毒。成人常见的致病菌为沙门菌、痢疾杆菌、大肠埃希菌等，进食生冷、有毒及刺激性强的食物、酗酒、海鲜过敏、重金属中毒等，也可引起非感染性急性胃肠炎。”高峰玉提醒。

细菌性急性胃肠炎典型症状

据悉，食物中毒者，多数在进食几个小时内发病，起病急，表现为上吐下泻，腹痛多以上中腹痛为主，呕吐物往往为进食的不洁食物，腹泻轻者每天数次，严重者每天数十次。侵袭性细菌感染，因肠道黏膜破坏，可出现黏液脓血便。

“有些细菌不侵犯肠道黏膜，而是释放致病毒素，引起急性胃肠炎，此时大便中不含黏液及脓血。食物中毒与不洁食物有关，一

起吃饭的人可集体发病，未进食者不发病，且病情轻重与进食量有关。”高峰玉说。

高峰玉提醒，想要预防急性胃肠炎，还要注意饮食卫生。

避免食用被苍蝇、带菌者污染的不洁饮食，隔夜食物尽量少吃或不吃，吃隔夜食物要彻底加热，注意是否变质，避免饮用生水，不食用生肉、变质食物，少吃冰箱里长期存放的食物或冰冻的食物等。

平时要注意手部卫生，饭前便后勤洗手，注意营养饮食，提高免疫力。

患上急性胃肠炎如何应对

“首先，胃肠炎急性期要多休息、多喝水、避免劳累、戒烟戒酒。”高峰玉说，其次通过合理饮食调节，使胃肠功能逐渐恢复。

由于胃肠功能障碍，吸收功

能下降，所以饮食需注意以清淡及富含水分为宜，忌油腻、刺激性食物及海鲜、生冷食物。

高峰玉提示，还要注意暂停饮用牛奶及其他乳制品、果汁等，避免引起高渗性腹泻。

急性期病情较重者，可采用流质饮食，如浓米汤、面汤、鸡汤、浓豆浆、豆腐脑等。

病情较轻者可采用低渣半流质饮食，食物要求细软、易消化，如白米粥、蛋羹、面条等，不含韭菜、芹菜、莲藕等粗纤维蔬菜。

可以少食多餐，避免食用油炸以及豆类等易引起肠胀气的食物，腹泻停止后，可逐渐恢复普通饮食。

“轻症患者一般通过补液、饮食控制与充分的休息后短时间内可自愈。当出现剧烈腹痛、大便次数明显增多、排黏液脓血便、高热、口干、少尿或无尿、倦怠、休克等症状时，建议及时就医。”高峰玉说。