

女演员拍哭戏后,手臂出现大片风团

医生解读:因情绪激动诱发“胆碱能性荨麻疹”

近日,随着电视剧《这一秒过火》热播,演员王楚然在接受采访时提到的一段拍摄经历,引发了公众对“情绪诱发皮肤病”的广泛关注。她回忆,在拍摄一场诀别戏时,“全情投入,哭到崩溃”,结果当场爆发急性全身性荨麻疹,手臂出现大片红肿风团,瘙痒难忍,甚至后期严重影响到睡眠和拍戏状态。

东部战区空军医院皮肤科主治医师卞妹妹在接受记者采访时表示,这种情况很可能是“胆碱能性荨麻疹”。这种病虽然不具传染性,但发作起来挺“难缠”。

通讯员 于扬子
扬子晚报/紫牛新闻记者 万惠娟

卞妹妹介绍,荨麻疹种类繁多,除了胆碱能性这一类型,还有寒冷性荨麻疹,以及由过敏原诱发的一些类型,比如接触或食用某些东西后出现的反应。胆碱能性荨麻疹的典型特征是“刺痒”,甚至带有明显的“刺痛”感,这与普通过敏引起的瘙痒有所不同。患者一旦身体受热、精神紧张或情绪激动,皮肤就像被细针轻轻扎过,刺痒难忍,随即冒出一片红疹。

她表示,胆碱能性荨麻疹的常见诱因大致可分为两方面。

一是乙酰胆碱“作怪”:剧烈运动或情绪激动会激活胆碱能神经,释放乙酰胆碱,进而刺激肥大细胞释放组胺,使皮肤血管扩张、渗液,形成风团。

二是与身体免疫状态息息相关:长期压力大,身体持续分泌皮质醇,免疫系统长期处于

“戒备”状态,如果再叠加熬夜、过度疲劳,就会降低身体的耐受阈值,从而诱发或加重症状。

“临床上,不少患者回想起来,发病前半个月到一个月并没有吃特殊东西、也没接触异常物品,偏偏在情绪紧张时突然发作,也有的人是因为一时兴奋、近期劳累或长期压力过大而中招。”卞妹妹说,皮肤其实是情绪的“晴雨表”,当压力过大时,皮肤出现反应,也是一种身体发出的警报信号。

在治疗方面,发作后的控制首选抗组胺类药物,但选择时需留意副作用,部分药物可能引起嗜睡、困倦,因此驾驶员、高空作业者等应优先选用不透过血脑屏障、副作用较小的药物。对于抗组胺药效果不佳的情况,也有生物制剂或免疫抑制剂可供选择,但这通常

仅适用于难治型病例,一般情况不优先考虑。外用药方面,可选用炉甘石洗剂止痒,或含少量糖皮质激素的药膏。口服维生素C和葡萄糖酸钙有助于改善血管通透性,这些都是可行的辅助措施。“一般建议规律口服药物一段时间,切忌突然停药,应在医生指导下逐步减量,否则症状容易反复。”卞妹妹强调。

除了药物治疗,卞妹妹还提醒,患者需调整生活和工作习惯,以减少诱发因素。运动要循序渐进,比如先热身,再逐步增加运动量;情绪应尽量保持平稳,减少不必要的压力;饮食也需留意,避免摄入刺激性食物。“总之,需要药物、生活习惯、情绪管理和饮食调整多方配合,长期坚持才能更好控制病情。”她说。

失眠长期拖延恐致恶性循环

扬子晚报讯(通讯员 丁华珍 记者 朱鼎兆)近日,淮安市第三人民医院接诊了一名41岁患者,该男子持续失眠三年,伴随耳鸣、心慌、情绪烦躁等多重不适。经医院睡眠医学科中西医结合个体化规范治疗,患者紊乱的睡眠节律逐步恢复。

据了解,患者钟先生(化姓)今年41岁,三年前突如其来多重生活压力,让他彻底陷入失眠困境,每日仅能维持三至四小时的碎片化睡眠,且频繁夜半惊醒。白天工作时,他精神萎靡、思维迟钝,情绪极易烦躁,还频繁出现心慌、心悸。自去年10月起,钟先生又出现持续性耳鸣。钟先生前往淮安市第三人民医院睡眠医学科就诊,被确诊为非器质性失眠症。医院睡眠医学中心李功迎博士领衔的专家团队,为其量身定制了中西医结合综合诊疗方案。经系统规范化治疗,钟先生的精神焦虑状态得到有效缓解,入睡困难、夜间易醒的问题大幅好转,耳鸣、心慌等不适症状逐步消退。

李功迎提醒,中年人群是压力性非器质性失眠的高发群体。多数患者初期仅将失眠当作普通“睡不好”,未能及时干预,长期拖延后形成“压力过大-失眠加重-情绪焦虑”的恶性循环,进而引发躯体不适与心理问题。医生建议,若连续3个月及以上出现入睡困难、夜间频繁惊醒、早醒、睡眠质量差等问题,且日间伴随疲惫乏力、注意力下降、情绪暴躁、躯体不适等症状,应及时前往专业睡眠门诊就诊。

肝炎并非“年轻人的病”

老年人感染后更易“闹出大动静”

关注世界肝炎日

今年7月28日是第16个“世界肝炎日”,今年宣传主题为“社会共治消除肝炎”。很多老年人觉得“肝炎是年轻人的病,我都这岁数了,不用在意”,这其实是一种误解。老年人因为身体免疫力下降,本身就是肝炎的高发人群,且老年肝炎患者病情更容易加重,发展成肝硬化、肝癌的风险也比年轻人更高。那么,老年人如何科学防治肝炎,守护肝脏健康呢?记者采访了南京市中西医结合医院(南京市中西医结合老年医院)肝病诊疗专家孙刚副主任医师。

通讯员 杨璞 扬子晚报/紫牛新闻记者 许倩倩



早期症状隐匿,老人感染风险高

肝炎主要分为病毒性肝炎和非病毒性肝炎两大类。孙刚介绍,病毒性肝炎是由肝炎病毒引起的传染病,最常见的是甲型、乙型、丙型、丁型、戊型五种,老年人感染最多的是乙型和丙型肝炎。很多老年朋友年轻时感染了乙肝病毒,因为当时没有明显不舒服,就一直没有发现,病毒在体内悄悄存在了十几年甚至几十年,随着年龄增长,免疫力下降,病毒开始活跃,损伤肝脏。还有一部分老年人本身是乙肝病毒携带者,到了老年阶段,病情也更容易进展。此外,戊型肝炎近年来在老年人群中的发病率也在上升,戊肝主要通过消化道传播,吃了不干净的食物、喝了被污染的水都可能感染。

非病毒性肝炎中,脂肪肝和药物性肝炎最常见。“轻度脂肪肝一般没有明显症状,很多

人体检查出来也不当回事,但如果干预,脂肪肝会慢慢发展成脂肪性肝炎,甚至肝硬化、肝癌,还有的会合并糖尿病、高血压。”孙刚说,老年人往往有多种慢性病,需长期吃多种药物,很多药物都经过肝脏代谢,不当用药很容易引起药物性肝损伤,也就是药物性肝炎。

一些老年患者得了肝炎,早期没有明显不舒服,或者只是觉得乏力、胃口不好,以为是年纪大了正常的老化现象,就不去检查,结果耽误了治疗。“老年人本身免疫力差,不少人还有高血压、糖尿病、冠心病这些基础病,得肝炎之后,更容易发展成重型肝炎,还容易出现腹水、感染、肝性脑病这些并发症,治疗难度更大,恢复也更慢。”孙刚提醒,慢性乙肝、丙肝如果长期不治疗,老年人发展成肝硬化、肝癌的风险比年轻人高很多。此外,如果肝脏不好,会影响身体的代谢和解毒功能,原本的高血压、糖尿病等基础病也更难

控制,就更容易出现药物副作用,形成恶性循环。

别等疼了再体检,防治肝炎要做好四件事

肝炎虽然危害大,但只要早发现、早干预,大部分肝炎都能得到很好的控制,甚至可以完全治愈。孙刚建议,老年朋友可以从以下四个方面做起:

1.主动筛查,早发现是关键。建议所有老年人都主动做一次肝炎筛查。如果是乙肝病毒携带者,或家里有乙肝、丙肝患者,更要定期检查,最好每半年查一次。如果经常感觉乏力、厌油、肚子胀、肝区不舒服,或发现眼睛、皮肤发黄,小便颜色变深等情况,要及时就医。

2.规范治疗,不听信偏方。如今,乙肝和丙肝都有较好的抗病毒药物,丙肝基本可以治愈。千万不要相信所谓“根治肝炎”的偏方、秘方,也不要随便买网上或者街头的保健

品、“特效药”。

3.日常养成好习惯。甲肝和戊肝都是通过消化道传播,平时做饭要生熟分开,不吃不干净的食物,不喝生水,饭前便后要洗手,降低感染风险。如果家里有乙肝、丙肝患者,要注意不要共用牙刷、剃须刀这些可能接触血液的物品。

有脂肪肝的人群,要注意少吃高油、高糖、高热量的食物,控制主食量,多吃新鲜蔬菜、水果,适量吃优质蛋白。不管什么类型的肝炎,都要严格戒酒。

吃药一定要遵医嘱,不要自己随便加药、多吃药。长期吃药者,要定期检查肝功能。

可以根据自身情况选择合适运动,比如散步、打太极、跳广场舞等,控制体重,提高免疫力,平时要保持心情舒畅。

4.主动接种疫苗。预防肝炎最有效的方法就是接种疫苗,目前甲肝、乙肝、戊肝都有疫苗。抵抗力差、经常在外吃饭的人群,可考虑接种戊肝疫苗。

省版分类

企业公告、寻人启事、商务招商、房产信息、招聘求职、遗失声明

友情提示:本报按《广告法》的要求对所有刊登信息的手续都严格进行审查,仍不敢保证每一条信息的真实性,请客户认真核实,如不确定建议事先咨询律师或相关部门,所产生的一切纠纷均自行负责。

订版热线:

电话:13813874450 13809039462

电话:025-84463289 13770559486

电话:025-84720079 15951803813

淮安:18652309079 盐城:18913964918
南通:13615214418 苏州:13913116125
镇江:15052996039 昆山:0512-57319378
无锡:13913045798 常州:13861293584

公告 专栏

注销公告

南京市栖霞区栖霞街道新合村商会(统一社会信用代码:51320113MJ5718723D,住所:南京市栖霞区友谊路77号)经会员大会表决、决议终止经营,拟向市场监督管理部门申请注销登记。债权人请自本公告见报之日起45日内向本公司清算组申报债权,逾期视为放弃权利。清算组联系方式:地址:南京市栖霞区栖霞大道神巷100号 联系人:张瑜 电话:18151699788 特此公告!南京市栖霞区栖霞街道新合村商会