

皮肤有恙别乱涂药

“没想到切菜时一不小心割伤了手指,竟然严重到要住院治疗!”陈先生很感慨。医生分析,陈先生受伤的手指感染了大肠埃希菌,而这个细菌对红霉素耐药,这就解释了为啥陈先生在伤口上涂了红霉素软膏后,不但没能杀菌消炎,反而加重了感染。

夏天天气炎热,人体出汗多,皮疹、瘙痒、红肿、感染等皮肤问题接踵而来,这时候很多人会自行买些皮肤外用药物涂抹。但皮肤外用药物种类繁多、功能各异,如果不对症,可能适得其反。

糖皮质激素类软膏 通用名常常带有“松”“奈德”字样,代表药物有氢化可的松软膏、糠酸莫米松软膏、卤米松乳膏、地奈德乳膏等,适用于各类湿疹、皮炎、蚊虫叮咬(短期止痒)等。需要注意的是,糖皮质

激素类软膏不宜长期使用,长期使用可能导致皮肤萎缩、毛细血管扩张或引起继发感染。如果皮肤存在细菌、真菌、病毒感染,激素类软膏并不对症,使用后不仅不治本,反而会让感染情况恶化。

抗细菌类软膏 通用名常常带有“霉素”“沙星”“地酸”“磺胺”字样,代表药物包括红霉素软膏、莫匹罗星软膏、夫西地酸乳膏等,适用于因细菌感染导致的毛囊炎、痤疮、疖肿、皮肤小面积破损、烧伤等。需要注意的是,抗细菌类软膏对真菌和病毒无效。尤其是家中常备的红霉素软膏,不能当作万能药膏使用,长时间用药,加重病情或引起皮肤继发感染。

抗真菌类软膏 通用名常常带有“唑”“萘芬”字样,代表药物有硝酸咪康唑乳膏、盐酸特比萘芬乳膏等,适用于因真菌感染导致

的皮肤、指(趾)甲感染,如体股癣、手足癣、花斑癣、头癣、甲癣等。此类药物的药理作用是抗真菌,对细菌和病毒也无效。

抗病毒类软膏 通用名常常带有“洛韦”“莫特”“干扰素”字样,其中带“洛韦”字样类药物主要针对单纯疱疹或带状疱疹感染;带有“莫特”和“干扰素”字样类药物主要针对人外生殖器和肛周尖锐湿疣。此类药物的药理作用是抗病毒,对细菌和真菌无效。

消炎止痒类外用药物 最常见的是炉甘石洗剂,具有良好的消炎、散热、吸湿、止痒、收敛和保护作用,主要适用于急性瘙痒性皮肤病,如荨麻疹、痱子、接触性皮炎、蚊虫叮咬后的皮肤不适、带状疱疹初期水疱未破状态等。同时,还适用于潮红、肿胀、灼热、瘙痒而无渗出的急性皮肤病症。不过,炉甘石洗剂通常只能缓解



温馨提醒

报纸好看,也不要一口气全读完。读了半小时,请休息5分钟。

持续中低热 警惕支原体感染

近期,西安医学院第一附属医院全科医学科门诊接诊了不少因支原体感染发烧的患者,其中成人感染占比较高。

支原体感染最常见的症状为发热和咳嗽。发热多表现为38℃左右的中低热,持续2—3周;咳嗽则以刺激性干咳为主,夜间加重。现在支原体感染的人群年龄跨度明显增大,不仅儿童和青少年易感染,老年人、孕妇、糖尿病患者、心脏病患者等有基础疾病的人群,以及长期使用免疫抑制剂或过度劳累的职场人群,感染风险均显著增加。(摘编自《西安晚报》)

一定程度的皮肤瘙痒,对于控制皮肤炎症、皮肤感染并没有特别帮助。一旦有破皮、渗液等情况,就不要再涂炉甘石洗剂了,因为这样可能会刺激伤口,引起明显疼痛。如果身上有较大面积湿疹时,不管有没有破损都不建议用炉甘石洗剂。

中成药软膏 根据功效分为清热燥湿类(代表药物包括冰黄肤乐软膏、除湿止痒软膏等)、活血化瘀类(代表药物包括青鹏软膏等)、清热解毒类(代表药物包括额龙珠软膏等)。对于面部、黏膜等处,应避免使用含冰片、麝香等刺激性中成药药膏。对于破损的皮肤,禁用粉剂油膏(如拔毒膏),可选水剂凝胶。(宁夏回族自治区人民医院药学部临床药师 王基云)

重建免疫力,筑牢健康“防火墙”

您是否发现,父母开始频繁进出医院?一场普通感冒就能让他们卧床半月,换季如同“渡劫”?这背后,是免疫力断崖式下跌引发的多米诺骨牌效应。

免疫力崩塌让晚年危机四伏 “上个月肺炎刚出院,这两天又发烧了……”72岁的张女士又到老年科“报到”,心里忧心忡忡。专家指出,像她这样因为免疫力衰退,陷入感冒→肺炎→心衰等死亡螺旋的老年人有不少,尤其是高龄老人,一次感染就可能引发多器官连锁反应。一些老年人因为小感冒诱发了一连串的问题,健康状况急转直下,不得不住进ICU抢救。

因为长期吃不好睡不好,除了容易感冒,贫血、乏力、便秘、精力下降、嗜睡、腿脚无力也与老年人如影随形。他们会反复出现口腔溃疡、皮肤瘙痒,就连记忆力也明显减退,尽管药越用越多,恢复却十分缓慢——免疫力低下导致伤口迁延不愈,术后并发症风险激增,继发感染危机重重。

提升免疫力就是守护晚年生活质量 好的免疫力=少生病+少住院+少遭罪,就像给身体筑起“防护墙”。那么,如何应对免疫衰老?

这些年来,灵芝孢子油增强免疫力越来越被学界证实和认可。研究认为,灵芝孢子油富含灵芝三萜(如灵芝酸A、B、C等)等活性成分,能调节免疫力,有效改

善免疫平衡——既不会过度刺激免疫系统,又能帮助提升身体的防御能力。还有研究指出:灵芝孢子油中的灵芝三萜可修复免疫细胞损伤,特别适合反复感冒者、术后康复需增强抵抗力者等人群。

灵芝孢子油是通过超临界的二氧化碳萃取技术,从破壁灵芝孢子粉中萃取全部的灵芝三萜,并结合超浓缩工艺,使破壁灵芝孢子粉的灵芝三萜都集中在一粒粒的孢子油中,服用浓缩核心营养价值的孢子油,更高效。中老年人每天适量补充,有望提高免疫力,少生病少就医,更有精力安享晚年。

灵芝孢子油怎么选? 关键看3点 专家介绍,首先要选择有蓝帽标识的正规保健食品;其次是看核心营养成分——灵芝三萜的含量。有些产品混淆概念,标注“总三萜含量”,殊不知,产品中灵芝三萜(如灵芝酸A)的含量可能并不多。请大家擦亮双眼,不是所有三萜都一样,应优先选购标注了(而非检验)“灵芝三萜含量”的产品,数值越高越好。高品质灵芝孢子油会标注灵芝三萜含量≥33%;第三,认准产地。安徽大别山金寨素有“灵芝之都”美誉,那里开展仿野生椴木种植灵芝已38年,一年只产一季灵芝,产1年要休3年,虽然产量非常低,但灵芝品质非常高。许多人吃了后感觉良好,打算一直吃下去,也带动亲友一起吃。(文/杨蓓)

增强免疫力

请用灵芝孢子油

芝百泰® 灵芝孢子油维生素E软胶囊

该产品由灵芝孢子油、维生素E(d-a-生育酚浓缩液),配以明胶、纯化水、甘油精制而成。
其标志性成分及含量为:每100g含灵芝三萜33g、维生素E 3.41g。

皖食健广审(文)第260620-07844号
生产厂家:众康健桥(北京)生物科技有限公司
保健食品不是药物,不能代替药物治疗疾病,不适宜人员及注意事项详见说明书。

订购热线 **400-6698-505**
13974837517

广告