



云南省中医医院
云南中医药大学第一附属医院
YUNNAN PROVINCIAL HOSPITAL OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE

对于青春痘 你了解多少?

痤疮,俗称粉刺或青春痘,是由于毛囊和皮脂腺发炎导致的一种常见皮肤疾病,好发于青春期,以面、颈、胸、背等皮脂分泌旺盛的部位多见,病程呈慢性,且易复发。

青春痘也会有遗传吗?

引起痤疮的原因和诱因是什么?云南省中医皮肤病专科医院(云南省中医医院)皮肤科副主任黄虹表示:

1. 青春痘并非遗传性疾病,但是在遗传背景下产生的毛囊、皮脂腺炎症性疾病,也就是说父母年轻时患有痤疮者,其孩子长痘痘的几率要比其他人要大些。
2. 性别、年龄、职业有一定影响。如:男性多于女性、女性生理期、从事户外工作者(粉尘、油漆环境下)多发。
3. 皮肤清洁:每日洗脸不及时、不彻底,导致脱落皮屑、灰尘、汗水、污垢、油脂堆积堵塞毛孔,此外油性皮肤的人容易长痤疮。
4. 精神压力:工作压力大的年轻人以及青春期的学生,长时间精神抑郁,紧张等因素。
5. 饮食习惯:辛辣、甜食、油腻的食物,浓茶、浓咖啡等使痤疮加重。
6. 环境因素:如日常习惯托腮或戴安全帽与脸部产生反复摩擦;空气污

染、灰尘黏附于脸部肌肤;日晒及湿度过高都会引发痤疮。

青春痘也会产生危害

在日常生活中,总有很多痤疮患者,由于处理不当而留下疤痕或痘印,给容貌美观造成了影响。严重的还影响其心理健康,导致自卑,从而影响生活或工作。黄虹表示:痤疮的皮损表现轻重不一,轻者有粉刺、脓疱,重者有结节、囊肿等,如果治疗不当或不及时,可导致皮损加重或形成疤痕。

痤疮的治疗方法有内服、外用、外治及一些物理和激光疗法,患者只需遵医嘱进行治疗就能见到疗效,云南省中医皮肤病专科医院除了药物治疗外,还能通过丘疹挤粟、中药面膜、水杨酸、红蓝光照射等进行治疗,祛除痤疮的困扰。

此外,痤疮患者需要注意皮肤护理,不要随意挤压,要注意避免使用油性或碱性洗护用品,每天温水洁面,不使用有刺激性的洗面奶,不要刺激皮肤,注意防晒等。饮食方面要注意“四少一多”,即少吃辛辣、油腻、甜食,平时多食富含维生素A/C/F和纤维素的食物。作息时间一定要规律,避免熬夜,劳逸结合,保证充足的睡眠,有助于减少痤疮的发生。

本报记者 陶彦然

云南省中医医院获批 首批国家中医药服务出口基地

12月13日,国家中医药服务出口基地建设动员部署工作会在京召开。云南省中医医院党委副书记徐莉娅参加会议并代表医院接受牌匾。

据悉,国家中医药服务出口基地由商务部、国家中医药管理局共同开展建设,旨在进一步加强对中医药服务贸易产业的培育、规划与引导,对于促进中医药事业创新发展,优化我国服务贸易机构,打造“中国服务”国家品牌,提升中华文化软实力具有重要意义。

云南省中医医院长期为境外患者

提供医疗服务,接收外籍人员进行临床培训,先后被认定为国家中医药管理局中医药国际合作基地、云南省中医药服务贸易重点机构。医院将抓住首批国家中医药服务出口基地建设契机,充分发挥中医药特色优势,积极融入国家“一带一路”建设,做好面向南亚东南亚对外教育培训、中医对外医疗、中医药健康旅游三个平台建设,不断丰富中医药对外服务形式,打造中医药国际服务品牌。

本报记者 陶彦然

健康贴士

面子很重要 避开我们洗脸的坏习惯

你真的知道怎么正确洗脸吗?避开这些损伤皮肤的洗脸坏习惯,才能让你“容光焕发”。

1. 用过冷或过热的水洗脸。水温过高会把皮肤表面的油脂洗掉,会让皮肤更加干燥,而冷水洗脸会刺激和破坏皮肤的毛细血管。
2. 洗脸时用力搓擦皮肤。用力搓擦,会破坏皮肤表面的角质层,使皮肤敏感。
3. 洗脸前不洗手。洗脸前不洗手容易将手上的污垢,细菌和油脂沾在脸上。
4. 洗完脸直接用毛巾擦干。毛巾擦皮肤,同样会把皮肤表面的油脂擦掉,导致肌肤敏感。
5. 洗脸不洗发际线。洗脸一定要洗发际线,避免清洁剂和污垢残留在发际导致皮肤过敏和毛孔堵塞。

920医院皮肤科 杨仕超

健康资讯

首批“中国脂肪肝数据管理中心建设项目”及“成军专家工作站”在市三院揭牌 为脂肪肝患者提供更好服务

12月20日,国家卫健委首批“中国脂肪肝数据管理中心建设项目”及“成军专家工作站”在昆明市第三人民医院同时揭牌。市三院院长杜映荣在启动仪式上表示:市三院以牵头建立北京亚太肝病诊疗技术联盟云南省联盟为契机,积极向云南省科技厅申请将北京亚太肝病诊疗技术联盟理事长成军教授引入市三院成立“成军专家工作站”,开展肝病诊疗临床研究,更好地为省内广大肝病患者提供优质的医疗服务。

据悉,成军专家工作站将以成军教

授团队乃至整个北京亚太肝病诊疗技术联盟鼎力支撑,在3年建站期间聚焦HBV基因组学测序及新靶点筛选、脂肪肝的临床及干预研究,通过真实世界的研究设计,获取更多准确的疾病相关数据,实现多中心之间的数据共享,为开展脂肪肝相关临床研究储备数据资源,联合影像、病理、临床,围绕脂肪肝领域启动多项干预及研究课题,并将研究成果反哺临床,形成良性循环,最终服务患者。

本报记者 陶彦然

昆医大附二院专家解密“DBS黑科技” 助力帕金森病患者重获新生

“帕金森病是目前为数不多的经治疗症状可改善的神经变性疾病,DBS是目前治疗帕金森病首选的外科微创手术。”昆明医科大学第二附属医院神经外科主任赵宁辉19日向媒体解密脑深部电刺激(Deep Brain Stimulation,简称DBS)黑科技,希望提高公众对DBS的认知度,让该技术造福更多人。

赵宁辉主任表示,目前帕金森病所有的治疗手段都是控制症状。早期一般使用药物来控制,到中后期,可以采用外科手术进行干预。这样可以大大减缓症状,让患者能够独立生活,且保

持较好的生活质量。昆明医科大学第二附属医院是云南地区收治帕金森病患者数量最多的医院,也是全国范围内率先开展脑起搏器治疗帕金森病的医院之一。赵宁辉主任说:“脑起搏器手术对帕金森病治疗来说是必不可少的一环。并且,该手术在之前已经纳入医保报销范围,大大减少了患者治疗花费。”除了帕金森病,脑起搏器在其他运动功能障碍疾病领域也获得了很好的应用。

本报记者 陶彦然

医博肛肠医院举办放射性肠炎防治专题研讨会 肛肠专家现场为市民会诊

12月22日,“放射性肠炎防治专题研讨会暨大型专家会诊活动”在昆明医博肛肠医院举办。会议旨在探讨放射性肠炎的防治,为患者提供疗程短、疗效快、副作用小的新疗法,同时通过邀请国内名专家会诊,帮助百姓做好消化道肿瘤的二级预防,降低发病率。20余名来自省内外的肛肠胃肠学专家参会。

会上,杨毅教授、宫毅教授、曹波教

授等对放射性肠炎的诊疗新进展、热点、难点问题进行了专题讲座,通过学术交流,提升学术和诊疗水平,做好疾病防治。随后,专家为患者开展面对面会诊、胃肠镜检查及肛肠手术。为了提升广大群众的疾病预防意识,针对当天预约患者,医院从专家会诊、胃肠镜检查、肛肠手术等方面给予福利,上百位患者参加活动。

本报记者 王劲松

三焦点老视手术中心 在华山眼科成立

12月21日,德国蔡司公司在昆明华山眼科揭牌成立三焦点老视手术中心、三焦点屈光白内障治疗中心,这意味着云南民众在白内障治疗与老花眼治疗诊疗项目上,可以获得与国际接轨的先进诊疗方案。

活动现场,中国非公医疗协会眼科专委会委员绍兴医学会眼科专委会委员李志强,为到场参加活动的市民讲授三焦点人工晶体植入术治疗方案。

李志强介绍,“三焦点人工晶体植

入术的出现,成为白内障及老视矫治手术的突破性解决方案,帮助患者同时拥有清晰的远、中、近全视视觉体验,解决老视、近视、散光等问题,让白内障患者在术后实现彻底脱镜,老视患者重返年轻的视觉体验。”

为了直观了解三焦点人工晶体植入术,大家观看了由昆明华山眼科业务副院长和志清开展的飞秒LenSx辅助三焦点人工晶体植入术,详细解说手术过程及相关问题。

本报记者 王劲松

云南首家一站式 康养美中心落户春城

12月13日,壹龄荟大健康生命养护中心在昆明滇池度假区迎海路正式启幕。总投资7000万元,占地5700平方米,是集整体医学应用、预防医学、健康管理、医疗美容、形象托管为一体的综合身心灵养护中心。

壹龄荟大健康生命养护中心细分为生命健康养护中心、生命健康预检养护中心,生命美丽养护中心、生命品质养护中心四大中心。

壹龄荟大健康生命养护中心创始

人蒋海介绍,“生命养护”将充分利用医疗优势资源,并与国内外多家医疗机构、科研院所建立了良好的战略合作关系,携手国内资深专家团队,依托高、精、尖的医疗技术和管理经验,利用医养结合、中西合璧、医疗元素与文化元素融汇的医疗健康服务为客户提供高端尊享的健康管理服务,美丽管理平台,定制私人专属的健康解决方案和抗衰老解决方案,真正做到“提前预防,早期发现,及时治疗”。

本报记者 王劲松