

冬季脸红脖子粗，你对寒风也过敏

今日女报 / 凤网记者 李诗韵 通讯员 朱文青



扫一扫，分享健康知识



爱穿低领装，姑娘的脖子被风团包围

今年25岁的陈婷（化名）最近特别苦恼——元旦节假期大好阳光，钟爱时尚打扮的她特意换上低领连衣裙，与小姐妹们愉快地户外聚会。尽管寒风刺骨，但一想到能拍不少美美的合影，她硬扛着寒冷坚持了一天。

谁知当晚回家后，陈婷感觉到不对劲。脸颊泛红刺痛，脖子瘙痒难耐，她忍不住抓了几下，没想到脖子皮肤上突然长满了大片风团，都肿了起来。

起初以为是吃了什么食物导致过敏，陈婷赶紧去药店买了一盒抗过敏药。用药后，当晚的风团的确消失了，可第二天晚上又出现了同样的问题。

1月3日，陈婷赶紧赶到长沙市中心医院皮肤科就诊，被接诊医生告知，她是对冷空气过敏了。

陈婷纳闷，怎么冷空气还能让人过敏？该院皮肤科主任医师田立红解释，有一种皮肤疾病叫寒冷性荨麻疹，遇冷或吹风就易发病，冬天比较常见。因此，这类患者要特别注意保暖。它是荨麻疹中的一种特殊类型，属于变态反应性皮肤病，通常皮肤上会出现大小不等的红色或苍白色水肿性斑片或风团，严重情况下还会发展到四肢、躯干，剧烈瘙痒。

寒冷性风团最爱头面部

“大多数寒冷性荨麻疹属于原发性，与其他类型荨麻疹不同的是，这类风团一般出现在与寒冷物体直接接触的皮肤表面，以头面部多见，严重的也会出现在全身其他部位，如躯干、口腔黏膜等。”田立红介绍，当身体接触到冷水、冷空气、冷的物体或吃冷食后，机体肥大细胞、嗜碱性粒细胞会释放组织胺、激肽等物质，引起皮肤小血管扩张、通透性增加，从而让暴露的皮肤部位出现大小不等的水肿性红斑或风团，有的人会感觉皮肤剧烈瘙痒，一般在遇冷后几分钟内就会出现皮疹，遇热后



每年冬季，皮肤门诊都有不少对冷空气过敏患者。

20分钟左右会自然消退，不留痕迹。

不过，也有一些严重的患者，在冷水中游泳或淋冷雨时，可能发生心慌、胸闷、喉梗阻、腹痛、昏厥甚至休克等严重症状。

田立红提醒，另一种继发性寒冷性荨麻疹则多由某些基础疾病引起，包括结缔组织病、梅毒、冷球蛋白血症、恶性肿瘤等。

热敷并非治疗法

“寒冷性荨麻疹发病后，脱离寒冷环境就很重要。”田立红说，比如带上围巾、回到室内、冲杯热饮等。不过要注意的是，最好不要用温度较高的热水冲洗或热敷。因为风团部位皮肤有时会伴有抓痕，烫毛巾外敷，非但不会缓解，有时还会加重症状。

田立红建议，首次发病并被确诊的患者在以后的生活中除了要避免让大面积皮肤暴露于低温环境外，还需要在“不得不接触”的时候先试试水。由于全身暴露于较冷环境中可能会导致更严重的反应，因此，局部接触的“试敏”非常重要。比如，游泳时先将手或者脚浸入在水中，看是否出现刺痛或瘙痒感；在外出前，先将窗打开感受一下外界温度等。

另外，不论哪一种荨麻疹都不要抓挠风团处，这一行动不仅不能停止瘙痒，还可以让皮肤更痒，因为当你抓挠时，皮肤区域的温度和血液中能释放更多的组胺，让病情更加严重。

所以，当遇上皮肤过敏问题时，要注意皮肤清洁，尽可能使用温和的酸性清洁产品，保护皮肤免受碱性洗涤剂的伤害，使用温和的护肤护理产品，保护皮肤湿润。需要注重的是尽量洗脸时不使用热水、碱性肥皂或粗毛巾等。



■ 健康身边事

把眼红当“红眼病”，女子险失明

今日女报 / 凤网讯（记者 李诗韵 通讯员 肖茜予）长沙的刘女士最近工作压力大，总是加班熬夜，近一个多月来右眼胀痛，视物模糊，自行购买了眼药水使用，但是未见好转，尤其是近几天视力急剧下降，这才急忙来到湖南省人民医院眼二科就诊。经诊断，刘女士患上了右眼葡萄膜炎。

该院眼二科主任医师沙莎介绍，葡萄膜炎是指发生于葡萄膜、视网膜、视网膜血管和玻璃体的炎症性疾病，以中青年患者居多。由于初期症状和“红眼病”很像，所以很多患者并不重视，往往自行用药，错过最佳治疗期。

沙莎提醒，“红眼病”主要表现为眼睛红，有眼屎，但它对视力一般不会有影响；葡萄膜炎不仅表现为眼睛红，还伴有其他症状，比如眼睛疼、流泪、怕光、眼前有黑影飘动，相当一部分患者的视力还会下降。所以如果确诊患上葡萄膜炎，应及时、全面治疗，要避免熬夜，注意休息，以防免疫力下降时病情复发。



不爱卫生爱吃辣，“难言之隐”找上门

今日女报 / 凤网讯（记者 李诗韵 通讯员 许琴）近日，33岁的小韩很郁闷：来长沙旅游五天，她却倍受外阴肿痛的困扰，无奈来到长沙市第三医院妇科就诊。该院妇科医师向素花检查后发现，小韩的外阴长有一鸡蛋大小的肿块，表面红肿，一触即痛。

医生询问情况后得知，小韩在旅游期间为了图方便，天天使用卫生护垫，并未及时换洗内裤；经不起美食的诱惑的她食用了过多辛辣刺激食物（如小龙虾、烧烤等），被确诊为前庭大腺囊肿合并感染。

该院妇产科主任医师易旺军介绍，前庭大腺囊肿多发于免疫力低下、个人卫生习惯不佳的人群，以及进行分娩手术的女性及育龄妇女。一般表现为外阴部有坠涨感，可触摸到肿块，从鸽蛋到鸡蛋大小不一。因此，女性平时一定要注意个人卫生，勤洗手，多穿棉质透气内裤并勤于更换，每日睡前要用温水清洗外阴，保持外阴清洁。