

岛城一男子额头起红疹竟是头盔惹的祸

皮肤科医生提醒：头盔也需经常清洗



□记者 岑瑜

现下大家已养成了骑电动车戴头盔的习惯，但很多人可能没想到头盔也需要经常清洗。这不，岛城一男子因长时间不清洗头盔，感染了接触性皮炎。

近期，47岁的阿力（化名）总感觉头皮痒痒的，提高了洗头频率，但还是感觉头皮痒得难受。偶尔间，他照镜子发现自己额头、太阳穴长了一圈淡淡的红疹，有的颗粒还比较大。阿力到市妇女儿童医院皮肤科就诊，医生检查后诊断其为接触性皮炎。

“这怎么回事？我的头没有接触过其他东西啊？”阿力琢磨着自己头皮得病的原因。“会不会你戴的头盔有问题？”皮肤科医生颜云蓉提醒道。阿力仔细查看了电动车头盔，发现了罪魁祸首果然是自己常戴的头盔。

“这个头盔从买来到现在戴着有一年多了，其间一直没有擦洗、清洗过。”阿力说。只见他拿出的头盔边缘黑乎乎的一圈，平时的汗渍、雨水都混合在一起。

找到原因后，阿力赶紧将头盔进行了清洗，再加上医生开出的药膏，他的头皮渐渐不痒了。

“类似情况，我们陆续接诊过好几起。”颜云蓉说，患者都是头皮发痒，额头一圈红疹，原因也都是头盔脏污引起的。“接触性皮炎是一种常见的过敏性炎症性皮肤病，是皮

肤或黏膜单次或多次接触过敏性外源性物质后，在接触部位甚至接触部位以外的部位发生的一种急慢性炎症反应。在日常生活中，接触某些化学品、药物、油漆、花草分泌物、昆虫分泌物等都可能引起接触性皮炎。”

对此，颜云蓉提醒市民，不光要经常洗头，还要清洗头盔，以便保证头皮干净。

此外，她也提醒市民，如果发现自己感染了接触性皮炎，要及时做到以下几点：首先要去除病因，彻底清除皮肤上的过敏物质，可以用流水清洗，但应避免用热水烫洗，避免用毛巾搓洗；其次要把曾接触过过敏物质的衣物、毛巾等物品彻底清洁，避免二次接触引起病情加重；要及时咨询皮肤科医生，特别是出现多量水疱时更要及时请医生处理（如抽疱），不要自行撕脱表皮，同时尽量避免搔抓。

对于某些“偏方”，例如外涂姜葱蒜、双氧水、碘酊、酒精、高锰酸钾消毒以及用热水杀菌等，应该尽量避免，即使试图实施，也应该先咨询医生；还要尽量搞清楚引起过敏的物质，以后避免再次接触，如果过敏物是药物，更要把过敏药物红笔记录在自己的病历本上，防止再次接触。“此外，在饮食方面，最好在短期内以清淡饮食为宜，避免服食某些‘发物’，导致过敏情况加重。”颜云蓉提醒道。

延伸阅读：

头盔的清洗方法

1. 头盔里面脏了的清洗方法是直接把洗衣粉先泡开，倒进头盔里面泡一会，然后清水清理几遍，拿出来吹干即可。

2. 头盔表面经常会沾有灰尘和油污，因此擦拭表面是经常做的工作。在头盔有污迹的时候，首先用湿布将污渍洗净，然后用擦车用的水蜡或上光蜡搓擦，使头盔干净光亮。

老汉骑车带人前轻后重栽倒在地 脾脏破裂大出血

市妇儿医院外科成功实施切除术

□记者 岑瑜

1月19日中午，60多岁的郭老汉和往常一样准备骑电动车下班回家，途中遇同事想让他稍带一程，王老汉便热情地邀请同事上车。令其想不到的是就此发生了事故。

因同事有80多公斤，远超郭老汉60多公斤的体重，同事一坐上车，电动车的车头就翘了起来。郭老汉不死心，想着车开起来就会稳当，而结果车一发动，车头不受控制，车子斜斜地快速滑了出去，连带着郭老汉和其同事都摔倒在地。

郭老汉感觉自己的头、面、胸、腹等身体多处疼痛。原本以为只是皮外伤，过一会儿就没事了。可是4个小时后，郭老汉感觉疼痛没有丝毫减轻，反而有增强的趋势。最后，在家人和同事的劝说下，他到医院就诊。

急诊科医生检查后发现，郭老汉的左侧额部皮下血肿，左侧颧骨骨折，左侧第8、9肋骨骨折，同时其脾下缘周围有少量积血。医生怀疑是脾脏破裂，遂要求他进一步做全腹部CT增强，结果显示“脾脏破裂，腹腔积血”，要立即手术治疗！

一听说要动手术，郭老汉考虑到家里经济困难，一度想放弃治疗回家。但医生考虑其病情严重，随时有生命危险，一直劝说他继续治疗。急诊值班医生更是第一时间与病房值班医生联系，外科副主任医师吴其肯赶到急诊室进行会诊，同时将检查情况汇报给

了外科主任和医务处。医院立即争分夺秒，开通绿色通道，又直接联系相关科室做好手术准备。经过再三劝说，郭老汉最终同意了手术。

很快，郭老汉直接从急诊科转送到了手术室，吴其肯主刀急诊手术探查，术中发现其脾脏破裂，属于二级脾裂伤，伤口长3cm，深1cm，此时其腹腔出血约有1000ml。见此情景，吴其肯当即予以破裂脾脏切除术。术后，郭老汉被送至ICU，目前恢复良好。

“不能小视摔伤。”吴其肯表示，如果市民不慎滑倒，先看是否骨折，可以尝试活动四肢和腰部。若有肢体变形，或不能动、疼得特别严重，就要高度怀疑有骨折风险。此时不能再乱动，要及时拨打120到医院就诊。其次再看皮肤有无破损、出血，若出现擦伤、划伤或较大出血，可用毛巾、衣物或围巾等对伤口进行简单包扎，先止血，然后立即就医。

若未出现出血、骨折等状况，但仍有肿胀疼痛，要遵循以下几个原则进行处理：立即停止活动，及时休息，避免二次损伤；采用冰袋等进行冷敷，使血管收缩、减轻肿胀。但冰敷时需注意每1~2小时进行一次，每次约20分钟，冰敷至感觉有轻微麻木即可；使用弹力绷带对受伤部位进行加压包扎，促进吸收和消肿。休息时可将患侧垫高，促进静脉回流，加速消肿、缓解不适。“通过以上处理，一般轻伤很快就会恢复，如果病情有反复、加重，要及时到医院就诊。”吴其肯说。

关注口腔健康



问：牙齿矫正期间需要注意哪些事项？

答：一般矫正过程中需要戴用一些矫正器，有些是固定在牙齿上的，有些是可以自己摘戴的。不论戴用哪一种矫正器，都需要保持很好的口腔卫生。尤其在使用固定矫正器的情况下，固定矫正器上有很多装置，这些会影响口腔清洁，如果没有进行很好地清洁，很容易造成牙齿龋坏；其次，对于可以自己摘戴的矫正器要保证按照医嘱戴用足够时间，如此才能保证矫正效果；还有在矫正中需要注意不要进食过黏和过硬的食物，因为过硬的食物容易导致托槽的脱落，甚至会导致结扎丝的松动和折断，过黏的食物容易附着在牙齿表面，不易清除，易导致龋坏。最后，遵照医嘱，按

时复诊，进行弓丝的更换、加力和活动牙套的调整。

问：牙齿矫正方式有哪些？

答：正畸的方法有：1. 阻断矫治。佩戴活动矫正器，如肌激动器、功能调节器等，可引导颌骨的生长改建，调整咀嚼肌等的运动习惯，破除口呼吸、吐舌等不良习惯。2. 一般矫治。采用固定矫治或隐形矫治的方法，牵引牙齿移动、排列整齐，建立正常的覆盖覆盖关系，改变开唇露齿、牙列不齐等情况。3. 手术矫治。牙齿发生重度骨性错颌畸形时，需结合正颌外科手术完成矫治目标。

（舟山市口腔医院供稿）

牙医大讲堂