

皮肤病久治难愈 或因腑脏功能失调

◆ 叶雪菲

许多皮炎、慢性湿疹、手足癣、荨麻疹、银屑病等皮肤病患者年年治疗，疾病却年年犯，用药就好，停药就复发的患者更是不在少数。更让患者揪心的是，皮肤病越来越顽固，瘙痒、灼痛、脱皮、红肿、起泡、皮肤溃烂等症状反复发作，给患者工作生活带来很大的困扰和痛苦。

皮肤病反复发作、久治难愈表面上看是患者没按疗程治疗，治疗不彻底，病菌出现耐药性等，但根本原因在于患者脏腑功能失调。皮肤病看似是皮肤表面的问题，其实却与人体内脏腑功能密切相关，身体内部脏腑功能健康才是皮肤健康的源泉，“治外不治内，是舍本求末也”。因此在治疗皮肤病时，不能只着眼于局部皮肤，除消肿、止痒、止

痛、修复受损皮肤外，还应注重调整脏腑气血，阴阳平衡等，否则皮损即使暂时好转，也易复发。

从中医的角度看，无论是湿疹、皮炎、荨麻疹、还是手足癣等皮肤病，都可称为湿毒疮，它可以长在人体的任何部位，长在手上、脚上的湿毒疮，即手足癣，中医称为“鹅掌风”“脚湿气”（俗称香港脚）；长在腿窝、肘窝的湿毒疮，中医称为“四弯风”；如果湿毒疮长在女性乳房部位，可被称为“乳头风”；如果长在男性阴囊上，则叫“绣球风”。

怎样防止皮炎、湿疹、手足癣、银屑病等皮肤病反复，患者要少用激素药物，其见效虽然很快，但副作用大，长期使用形成依赖很容易导致患者皮肤萎缩变薄、触痛、毛细血管扩

张、真菌感染，激素依赖性皮炎等后果。皮肤病患者可采用调养并举、内外兼修的中医方法。通过中药汤剂、熏洗、敷贴、针灸等方法，一方面可改善患者瘙痒、肿痛、脱皮、红肿、皮肤溃烂等症状，并改善皮肤血液循环和新陈代谢，使皮肤滋润，恢复如新；另一方面通过中医整体调理患者脏腑功能，可增强患者免疫力 and 体抵抗力，预防复发。

活动信息

新民健康特邀经验丰富的皮肤病专家为你解答疑惑，并提供与专家面对面交流机会。可以通过以下方式报名：拨打新民健康咨询热线：**52921706**，或编辑短信“湿疹+姓名+联系方式”发送至 **18621303635**

【医生简介】

洪淑珍

主任医师，从事中医皮肤病的临床诊疗科研工作近40年，擅长以中西医结合的方法治疗湿疹、荨麻疹、皮炎、痤疮、银屑病、鱼鳞病等皮肤病。经验丰富，对一些疑难病症采用辨病与辨证相结合，在治疗用药上拥有独特的中西医整体观念。



新民健康静脉曲张科普大讲堂50个名额征集中

特邀韩国著名血管外科专家 5月22日与您面对面宣教

◆ 吴瑞莲

16年前，金昌洙教授从胸外科转型，在韩国创办了亚洲第一家静脉曲张专科医院，目前已发展到11家连锁医院的规模。在过去的十多年里，静脉曲张的防治工作在韩国迅速发展，至今已与世界水平相当。“现在中国的静脉曲张治疗水平很像十多年前的韩国，处于发展中状态，离世界先进水平尚有差距，而且部分患者对于疾病的认识不足，错过了黄金治疗时机。”儒雅的金昌洙道出了目前国内静脉曲张防治的主要问题所在。

中国静脉曲张患者就诊率低

“相比韩国，中国静脉曲张的患者就诊率低，但就诊患者的病情严重程度更高。”金昌洙教授对此现状感到很遗憾，“由于人们对下肢静脉曲张的认知度、危险因素及其危害性了解不足，往往到了疾病后期出现并发症才就诊，导致病情贻误；还有很多中国患者选择接受一些没有科学依据或不专业的治疗，病情虽然在短期内得到抑制，但因为不是除根治疗，不久就再次复发，复发会使血管造成粘连，增加后续治疗的难度。”

很多人认为静脉曲张不严重、不致命，可以不用治疗。金昌洙对此指出，这是个误区。虽然静脉曲张本身不是一种致命疾病，但静脉曲张发展到后期会有并发症，严重的会危及生命。下肢静脉曲张在早期确实不痛不痒，但是随着病程的进展，后期会出现小腿皮肤变黑，甚至溃烂，破裂出血。据了解，曾有夜间睡眠时出血过多导致死亡的病例发生，还有

少数情况下会形成血栓并蔓延，则有可能导致肺栓塞，危及生命。

下肢沉重、酸胀、麻木需警惕静脉曲张

如何尽早发现静脉曲张？金昌洙教授介绍，下肢沉重、酸胀、麻木是静脉曲张早期最明显的症状。他表示，提倡早期治疗是为了避免并发症的发生，提高患者生活质量。后期症状尤其是皮肤变色，晚期治疗的话，皮肤很难恢复到自然的肤色。近年来，下肢静脉曲张的发病率逐年升高，但却因症状不够明显、对该病不够重视等原因，患者的及时就诊率、规范就诊率不及半数。

金昌洙提醒，如果感到下肢沉重、容易疲劳、痒、抽筋、浮肿、胀疼等症状，且下午比上午更明显，长时间站立后和夜间更严重，即便没有明显突起的血管，出现上述症状都应该去医院接受早期检查。

静脉曲张“青睐”长期站立人群

正常情况下，腿部的血液向心脏方向流动，如果有静脉曲张疾病的话则会血液倒流，在小腿部位淤积。静脉曲张属于周围血管疾病中的一种，大部分患者是因为位于大腿部位的大隐静脉血液逆流，引起小腿血管凸出，还有部分是由于小隐静脉病变，形成在皮肤表面肉眼可见的蚯蚓状屈曲成团的静脉曲张。

那么哪些人更容易受静脉曲张的“侵袭”呢？金昌洙表示，静脉曲张“重女轻男”，而美发师、护士、教师、空姐、营业员、交警、厨师等需要长期站立的人群，更易患上静脉曲张。另外，怀孕也会引发静脉曲张。

如何界定自己是否患上了静脉曲张？金昌洙教授解释说，大隐静脉和小隐静脉血液

倒流时间超过0.5秒，就可确诊为静脉曲张。此外，如果肉眼可以看到3毫米以上的血管凸出时，也可基本判断为静脉曲张。由于静脉曲张不是血管堵塞引起的，而是由于血管扩张引起的，所以随着天气变暖，会有病情加重的感觉，但这一时期同时也是治疗的好时期。

十招教你远离静脉曲张

金昌洙教授介绍，针对静脉曲张高危人群，包括有遗传倾向的人群，可以从学习以下十个方面入手，来达到预防静脉曲张的目的。但值得注意的是，这些方法对于已经患上静脉曲张疾病的患者无效：

1. 预防静脉曲张需要保持正常体重不能超重，因过重会使腿部静脉负担增加。
2. 养成每日运动腿部一小时的习惯，走路是最好的方式。
3. 避免长期站或坐，应常让脚做抬高、放下运动，或可能的话小走一番。
4. 避免提超过约10公斤之重物。
5. 每晚睡时，将腿垫高约6英寸，并保持最舒适之姿势即可，千万不要因此而让腿部僵直，这样会适得其反。
6. 穿太紧身的衣服会增加腹压，引起静脉曲张恶化。过长时间站立或跷二郎腿也会妨碍静脉循环。
7. 在炎热的地方小腿肚肌肉长时间不运动时，会导致腿部静脉扩张，特别是桑拿房，不利于腿部健康。
8. 多穿系带的鞋子，可以减少脚或脚腕的浮肿和不适感。在长时间乘车或坐飞机旅行时尤为重要。
9. 长时间坐着时，最好每小时做10-15次扭转脚踝、上下抬脚蹻的运动，这样会有助于促进静脉循环。

【特邀专家简介】



金昌洙 教授
韩国国立庆尚大学医院胸外科主治医生
韩国成均馆大学医科大学江北三星医院教授
韩国胸部外科学会血管研究会常任理事
韩国静脉学会常务理事前会长

讲座信息

新民健康特邀韩国著名血管外科专家金昌洙教授来沪作静脉曲张专题讲座。凡成功报名者还有机会获得免费交流名额，共50个。送价值50元礼包（韩国小礼品及中餐一份）。有需要的读者可拨打新民健康热线 **021-52920871**，或编辑短信“静脉曲张+姓名+联系方式”到 **17717640571** 报名。

时间:本周日5月22日

本版活动为公益活动, 不向参加者推荐医疗服务或者其他商品, 相关信息仅供参考

云南文山三七

59元申购100克

产地直供，精挑细选，体验推广，更实惠

吃真三七，买好三七，现面向全国推出27-40头，100克三七，59元的超值体验价格，折合每斤仅295元，价格实惠，体验推广，让消费者感受到三七的优质品质后再购买。

工厂可以免费代打粉！方便！5瓶起订！

德利特工厂采用无尘净化车间，人工水洗、超音速气流对撞成粉，超细达1200-1500目，服用更方便，吸收率大大提高。

数量有限，文山三七行情价格有起落，订购从速

唐缘牌

氨糖 9.9元/盒

酪蛋白磷酸肽钙胶囊

本品是以碳酸钙、D-氨基葡萄糖盐酸盐、酪蛋白磷酸肽、硬脂酸镁为主要原料制成的保健食品，经动物功能试验证明，具有增加骨密度的保健功能。

标志性成分含量：每100g含：钙20.1g、D-氨基葡萄糖盐酸盐19.9g

富硒羊奶粉仅66元

陕西神果乳业成立20周年之际，400克装市场价298元中老年配方羊奶粉，活动特惠66元/盒，60岁以上人群优先申购，本次特惠每人最多限购1箱，每箱15盒。

订购电话021-51619577

老年评书机

免费申领

给您老年生活带来无穷乐趣！

60岁以上三高人群优先申领

秘鲁进口 玛咖

活动价 39元/瓶

买10瓶送2瓶同品

规格：500mg*60片

●国内邮发代号3-5 / 国外发行代号D694 / 全国各地邮局均可订阅 / 广告经营许可证号: 3100020050030 / 社址: 上海市威海路755号 / 邮编: 200041 / 总机: 021-22899999 转各分部
●本报印刷: 上海报业集团印务中心等。在国内外7个印点同时开印 / 上海灵石、上海龙昊、上海金桥、上海界龙 / 北京、香港、美国洛杉矶
●本报在23个国家地区发行海外版 / 美国、澳大利亚、加拿大、俄罗斯、西班牙、泰国、菲律宾、日本、法国、巴拿马、意大利、荷兰、南非、匈牙利、新西兰、罗马尼亚、尼日利亚、印度尼西亚、阿联酋、英国、德国、希腊等

24小时读者服务热线 962555 本报零售价 每份 1.00元

6 935563 504518