

# 莫道春风不恼人

□晚报记者 詹莉莉  
通讯员 王建明 于莉

## 春暖花开皮肤有烦恼

上周,郑州市中心医院皮肤科门诊量每日均在100~130人次,皮肤科主任、主任医师倪文琼说,这中间最常见的皮肤病是过敏性疾病和病毒感染性疾病,如带状疱疹、水痘、神经性皮炎、结节性痒症等。倪主任提醒大家,春季多风季节,吸入性过敏体质者应减少户外活动,少接触花草树木和宠物皮毛,以免引起过敏性疾病如哮喘、鼻炎、荨麻疹加重。神经性皮炎患者应及时调整工作节奏,减轻精神压力,保证睡眠时间,不熬夜、不过度搔抓患处,及时就医。

## 春暖花开眼睛也烦恼

郑州市第五人民医院的统计数据显示,上周五院眼科日均接诊量都在136人次左右,市五院眼科夏建生副主任医师说,上周随着天气转暖,气温升高,空气中的过敏物质增多,使得过敏性结膜炎患者较平时增加了许多。夏主任说,治疗过敏性结膜炎最重要的是要避免已知的过敏源,并使用抗组胺及去充血的眼药水,更厉害的可能要使用类固醇眼药水。饮食要清淡,可以多喝一些菊花水,出门时佩戴墨镜进行眼睛防护。

## 春风温柔却伤老人“心”

暖和了,老年人也想出去走走,心肌耗氧量也随之增加。老年人摄氧能力有限,如果活动量过大,心肌耗氧一下子增加,容易心慌、心跳加快、胸闷、气短,搞不好,还会在运动的时候突然昏倒。建议老年人外出时随身带着“便携式制氧器”,一旦感到不舒服,马上吸氧,以适应春季的户外活动。患哮喘的老人在药疗的同时,还应该同时进行氧疗,每天坚持吸入一定量纯氧。氧疗可以辅助药疗,让老人更快恢复,一方面气短、气喘得到有效缓解,另一方面还能提高血氧张力,防止心、脑、肺受到损伤。

详见 B03~B05