



核心提示

入秋以后，早晚温差偏大，天气转凉，银屑病进入高发季节。昨日，记者在郑州市南阳路七十一中旁边的郑州华肤皮肤病研究所了解到，近日到医院看银屑病的患者逐渐增多。其中，不少人都不是初次发病。

银屑病，俗称牛皮癣。有调查显示，目前我国银屑病患者高达650万。其中，国内儿童银屑病患者总患病率9.28%，平均发病年龄为9岁。专家指出，这个时节是银屑病高发时期，一些平时免疫力低下的人最容易感染此病。因此，大家在这时要注意防寒保暖，在生活上要有规律，保持充足的睡眠，避免过度紧张劳累。同时在饮食上要忌食辛辣、牛羊肉、海鲜，戒烟戒酒。

银屑病发病 多与季节因素有关

银屑病是一种慢性、反复发作、以表皮细胞过多增殖为特点的皮肤病。据郑州华肤皮肤病研究所皮肤科主任苏国水介绍，银屑病的临床症状为周身泛发红色皮疹，呈点滴状、斑块状、地图状或混合状，表面覆有银白色鳞屑，大量脱落皮屑，皮屑易于剥离，剥离后有点状出血，新发皮疹不断出现，

伴瘙痒，或见心烦口渴、便秘溲赤，舌质红、苔黄脉数。中医认为其主要病机为血热毒盛，气血瘀阻，日久耗气伤血，则血虚风燥。

“牛皮癣发病常与季节有关，大多数患者秋冬季节易复发和加重，夏季自然缓解或消退，这都是因为我们自身体质所致，患者要学会进行自身调整。”苏

主任指出，很多的患者都会因为季节的变化，而出现病情加重的现象，特别是在秋季，气温低，温差大，户外活动少，出汗少，洗澡次数少。因此，病情易复发和加重，且不同的季节，人的心情和活动情况不同，这对病情均有影响。马上也要降温了，特别是孩子及老人在外出时应注意保暖。

治银屑病“别图快”防感冒很重要

在郑州华肤皮肤病研究所里，记者见到前来看病的刘女士。刘女士说她有银屑病20多年了，去了很多医院，治疗后都有所改善，但不久后又都复发了。皮疹反复发生，时轻时重，刘女士深感苦闷。前几天的一场秋雨，让身子骨本身就单薄的刘女士患上了感冒，结果银屑病也跟着复发了。

苏主任说，随着秋冬季节的到来，天气

转凉，稍不注意增减衣服就容易着凉感冒、咽喉发炎等。在日常门诊中经常会见到因为感冒而加重银屑病的患者，尤其是有咽喉疼痛症状的人更明显。这是因为细菌尤其是乙型溶血性链球菌感染容易诱发点滴型、关节病型及红皮病型银屑病。因此，银屑病病人在感冒好发的季节一定要加强预防措施，增强身体抵抗力，一旦感冒发生要尽快治疗。

“在治疗银屑病时，有的患者存在一定误区，单纯为了见效快，口服或外用大量激素，如地塞米松或含有大量激素的膏或药剂。虽一时见效但很快又复发，几个月后转变为慢性银屑病，耽误了治疗时间，疾病越发加重。”他强调，在临床上，因血热受风、受寒的银屑病患者较为多见，患者在学习上切莫贪图“速效”。其实，中医辨证治疗效果未必缓慢。

分型治疗银屑病 对症给药效果好

“银屑病症状的发生和反复发作除受季节性因素影响外，日常饮食不合理、生活不规律等也容易造成疾病的发生或复发，如果感冒发生后引发咽喉炎和扁桃体炎等炎症，身体还会受病毒和细菌的感染导致疾病的发生或复发。对于银屑病的治疗不可一概而论。”苏主任说，中医对银屑病有着辨证分型，分为风热型、血燥型、血瘀型、血虚型、血热型和脓毒性。有的类型，皮损肥厚，皮疹颜色暗

红，皮损鳞屑干燥不易脱落；有的类型皮损较薄，皮疹颜色淡红或暗淡，大量干燥鳞屑层层脱落，可有瘙痒，伴面色无华、乏力、头晕或少眠。因此，在治疗上也是因类型而辨证治疗。

据了解，该院研制出的DM-三维异化联合疗法首先是从全面检查开始，根据患者的个体情况，为病人进行全面检查；突破了牛皮癣诊疗疗程长、易复发等技术瓶颈，集牛皮癣症状检查、治疗和康复为

一体，为对症的个性化治疗提供了坚实可靠的依据，为牛皮癣患者带来了康复的福音。“多年来在此疗法治疗下康复的患者多达千人，效果立竿见影，如果有疑问，可拨打咨询电话0371-63818389，我会将根据患者的具体情况进行详细分析与解答。”苏主任提醒，银屑病是一种顽症，且不可盲目治疗，一定要及时到专科医院对症治疗，才可有满意疗效。

记者 董亚飞 蒋晓蕾

前段时间，郑州市民小红(化名)开车发生一起事故，而这起事故的起因就是她脚上穿的松糕鞋。

据了解，今年最流行的鞋子无疑是鞋底有5厘米甚至更高的厚底鞋(俗称松糕鞋)，而这对一些身高不够高的女生来说更是如获至宝。“松糕鞋不但好看，还能显个儿。”有关专家却说，穿松糕鞋容易崴脚不利膝关节健康。

穿松糕鞋最坑“脚” 容易崴脚不利健康



穿松糕鞋影响膝关节

郑州大学附属郑州中心医院骨科医生王学昌说：“当穿上厚底鞋时，双足跟地面隔离着一层厚厚的鞋垫，感知路状的能力也变得迟钝。”一旦路面不平整，穿厚底鞋的人比穿其他鞋的人更容易崴脚。

“另外，长期穿松糕鞋会让人体的膝关节受到影响。”王学昌解释说，松糕鞋因为垫高脚部，让身体重心前移，膝关节从平常放松状态变成紧张状态，造成关节呈现微曲状。因此，会加重膝关节负荷，还会减少膝关节的活动度，造成营养软骨的滑液分泌减少，从而导致软骨软化，易提前骨关节炎发生的年龄。

不仅如此，在负重增加的情况下，脚部也容易变形，尤其是脚尖、脚掌的负重增加，长期穿松糕鞋的结果就是脚拇指外翻或畸形、趾骨骨质肥大变形。

选鞋请记住三个准则

不少女士在厚底鞋、高跟鞋之间会选择厚底鞋，因为厚底鞋能增高，看起来更平稳。其实，两者都让你“费劲”。郑州市中医院推拿科主任康献勇建议女士选鞋记住以下准则：

1.先看看自己脚有没有“病”赤脚站在平地上，如果三个手指能够刚好放入足弓内，说明足部是正常

的。如果手指无法放入或放入后空间过大，建议到医院去，听听医生的建议。

2.千万别信“穿穿就好了”建议下午或傍晚脚部充分活动后再去买鞋，因为脚在下午会有所肿胀，以此脚型买到的尺度才会合适。试穿时，别赤脚，双脚都要穿好鞋，再站起来走动，体会行走时脚部的舒适度。如果穿起来不合脚，再漂亮也没有什么留恋的。千万别被营业员“穿穿就好了”的谎话蒙骗了。

3.高跟鞋别超过4.6厘米买高跟鞋时，不要盲目求高，最好别超过4.6厘米，过高不仅足部不舒服，还会引发各种妇科疾病。记者 董亚飞 蒋晓蕾

郑州晚报

植得 Dental Implant 种植牙

Health Express 健康直通车

植得种植牙让您找回真牙的感觉

延期 EXTENSION

大型公益活动

寻找300名缺牙者，与种植牙专家面对面，享受种植牙基金援助。活动空前火爆，已有485名牙病患者受益，仅余少量名额，报名请抓紧！

报名热线 0371 8888 2777

网址 www.zdzy.com QQ 1508484668 地址 郑州市金水路25号(金水路与健康路交叉口向西50米路北) 主办单位: 郑州晚报 承办单位: 郑州植得口腔·牙种植中心 协办单位: 韩国Dentium医疗科技